

COVID-19 Pandemisi Zamanlarında Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı / *Mental Health of Healthcare Workers in Times of COVID-19 Pandemic*

Ana Luiza Ferreira AYDOĞDU¹

1. İstanbul Sağlık ve Teknoloji Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, luizafl@gmail.com 

Gönderim Tarihi | Received: 01.06.2020., Kabul Tarihi | Accepted: 14.08.2020., Yayın Tarihi | Date of Issue: 23.06.2022, DOI: <https://www.doi.org/10.25279/sak.10.25279/sak.729828>

Atf | Reference: "AYDOĞDU, A.L.F. (2022). COVID-19 Pandemisi Zamanlarında Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı. *Sağlık Akademisi Kastamonu (SAK)*, 7 (Covid-19 Ek Sayısı), s.155-166."

Öz

COVID-19 tüm dünyada bir kriz yaşatmaktadır. Bu olağandışı durum herkesin yaşamında değişiklikler yaratmakla birlikte sağlık çalışanlarının iş yükü ve meslek riskleri artmaktadır. Sağlık kuruluşlarında çalışanlar her zaman sözel, fiziksel ve psikolojik şiddet, bulaşma riski, hasta ölümleriyle karşı karşıya kalmaktadır. Fakat COVID-19 ortaya çıktıktan sonra bu olaylar arttığı için bu profesyoneller, daha depresif, endişeli ve stresli bir yaşam sürdürmektedirler. Tüm dünyada, ilgili kurumlar konuyu yakından takip ederek tavsiyelerde bulunduğu gibi Türkiye’de de önlemler alınmaktadır. Özellikle sağlık kuruluşlarında yönetici olarak çalışanlar, sağlık çalışanlarının ruh sağlığına dikkat etmelidirler. Sağlık çalışanları, etkin ve verimli çalışmazsa küresel salgını kontrol altına almak imkânsız olacaktır. Bu makalede, COVID-19 küresel salgını ile artan sağlık çalışanlarının ruh sağlığı sorunları ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19; Küresel Salgın, Ruh Sağlığı; Sağlık Çalışanları.

Abstract

COVID-19 is causing a crisis all over the world. Although this unusual situation creates changes in everyone’s lives, the workload and occupational risks of healthcare workers increase. Employees in health institutions are always faced with verbal, physical and psychological violence, the risk of contamination, and patient deaths. However, as these events increase after COVID-19 occurs, these professionals lead a more depressed, anxious and stressful life. Organizations all over the world closely follow the situation and create measures to prevent the problem. The same occurs in Turkey. Especially those working as managers in health institutions should pay attention to the mental health of healthcare professionals. If healthcare professionals cannot work effectively and efficiently, it will be impossible to control the pandemic. In this article the increasing mental health problems of healthcare workers after the arising of the COVID-19 pandemic is discussed.

Keywords: COVID-19; Pandemics; Mental Health, Healthcare Workers.

1. Giriş

Dünyada birçok değişiklik yaratan COVID-19, Aralık 2019’un sonunda Çin’deki Wuhan şehrinde gerçekleşen pnömoni salgını olarak ortaya çıkmıştır. Daha sonra Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından küresel salgın olarak ilan edilmiştir (Secretaria de Vigilancia em Saude 2020; Wu, Leung ve Leung, 2020). 19 Haziran itibariyle dünyadaki toplam vaka sayısı



8.559.321 iken, 457.105 kişi COVID-19 nedeniyle vefat etmiştir (John Hopinks University, 2020). Aynı tarihte Türkiye’de 185.245 COVID-19 vakası vardı, ölüm sayısı 4.905’ti ve ölüm oranı %2,6’ydı (Sağlık Bakanlığı, 2020a).

COVID-19’a karşı DSÖ tarafından ülkelere önerilen önlemlerin arasında “sosyal izolasyon” yer almaktadır (World Health Organization, 2020a), fakat sağlık çalışanları için böyle bir uygulama yok, tam tersi, onlar yeni koronavirüse karşı ön cephede bulunmaktadırlar. Sağlık çalışanlarının enfekte olma ihtimalleri oldukça yüksektir (American Nurses Association, 2020; United Nations, 2020). DSÖ’ye göre bazı ülkelerde sağlık çalışanlarının %10’undan fazlasına COVID-19 bulaşmış bulunmaktadır (World Health Organization, 2020b).

Dünyada, yaklaşık 59 milyon kişi sağlık alanında çalışmaktadır (Joseph ve Joseph, 2016). Türkiye’de sağlık çalışanlarının sayısı 1.000.000’den fazla ve bunların çoğu da hemşiredir (Sağlık Bilgi Sistemleri Genel Müdürlüğü, 2019). Ekonomik Kalkınma ve İşbirliği Örgütü’nün (OECD) ortalamasına göre, 2017 yılında 1.000 kişiye düşen hekim sayısı 2,7 ve hemşire sayısı 8,8 iken Türkiye’de sadece 1,9 hekim ve 2,1 hemşirenin olduğu ifade edilmiştir (Organisation for Economic Co-operation and Development, 2019). Öteki ülkelerde olduğu gibi Türkiye’de de sağlık çalışanlarının arasında COVID-19’a yakalanan ve bu yüzden ölenler olduğu bilinmektedir. 01 Nisan 2020 tarihinde Sağlık Bakanı tarafından yapılan bir açıklamaya göre, o tarihe kadar Türkiye’de 601 sağlık çalışanına COVID-19 bulaşmıştı (Sağlık Bakanlığı, 2020b).

Sağlık çalışanlarının görevi her zaman zordur, sağlık kuruluşlarında çalışmak streslidir ve COVID-19 ortaya çıktıktan sonra bu durum daha tehlikeli bir hâle gelmiştir. Yeni koronavirüs çok bulaşıcı olduğu için çalışanlar sürekli tehdit altındadırlar. Bu zor hastalıkla mücadele etmekle birlikte kendilerine, öteki hastalara ve sevdiklerine bulaştırma olasılığı bir tedirginlik yaratmaktadır (Lancet, 2020; Schwartzl, King ve Yen, 2020). Yaşanan bu zor anlarda sağlık çalışanları en kritik noktada bulunmaktadırlar. Bu kadar büyük bir baskının altında kaldıkları için onların ruh sağlıkları da tehlike altındadır. Uluslararası ve ulusal kuruluşlar bu konuda endişe duymaktadırlar (Davranış Bilimleri Enstitüsü, 2020; International Council of Nurses, 2020; Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, 2020a; World Health Organization, 2020c;). COVID-19 başladığından beri bütün dünyada sağlık çalışanlarının psikolojisi ile ilgili haberler artmaktadır. Küresel salgının sağlık çalışanlarının ruh sağlığına etkisi ile ilgili haberler Çin, Amerika Birleşik Devletleri (ABD), İtalya, Brezilya ve Türkiye gibi birçok ülkede gözlenmiştir (Carroll, 2020; Law, 2020; Sansür, 2020; Smith, 2020; Teixeira, 2020).

COVID-19 küresel salgınından sonra sağlık çalışanları daha depresif, stresli ve endişeli olmaktadırlar. Herkesi etkileyen bu zor dönemde sağlık çalışanlarının görevlerini en iyi şekilde yerine getirebilmeleri için konu ile ilgili iyileştirmeler yapılmalıdır (International Council of Nurses, 2020; World Health Organization, 2020c, World Health Organization, 2020d).

2. COVID-19 Küresel Salgınının Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı Üzerine Etkileri

Tüm dünya zor bir dönemden geçmektedir. Herkes kendini ve sevdiklerini korumak için çeşitli çözüm yolları bulmaya çalışmaktadır. Toplumun bir kısmı DSÖ’nün önerdiği gibi



izolasyonu uygulayabilmekte; fakat bazı meslek gruplarının üyeleri, sağlık çalışanları gibi, sürekli COVID-19 ile karşı karşıya gelmektedirler.

Sağlık kuruluşlarında çalışmak hiçbir zaman kolay olmamıştır. Sağlık çalışanları hastalarını iyileştirmeye çalışırken birçok riske maruz kalarak her zaman stresli bir ortamda görev yapmaktadırlar. Böyle bir atmosferde çalışmak, ruh sağlığını negatif olarak etkilemektedir (Başer, 2020; Okeaför ve Alamina, 2018; Silva ve Gomes, 2009). Sağlık sektörü, uzun, yoğun ve değişken mesaisi, yetersiz çalışan sayısı, hastalıklara bulaşma riski ile dolu bir sektördür. COVID-19 küresel salgınından sonra durumlar daha kötüye gitmektedir. Çalışan hastalanınca iş gücü yavaşlamakta ve azalmaktadır. COVID-19 vakaları çoğaldıkça mesailer daha yoğun geçmektedir. Çalışanlar sürekli kişisel koruyucu donanımlarla çalışmak zorunda kaldıklarından, bu uygulama onlar için tam bir eziyete dönüşmektedir; tulumlar terletmekte, maskeler, koruyucu gözlükler yüzlerinde iz ve yara bırakmaktadır. Bununla birlikte koruyucu donanımların eksik olabilmesinin endişesi de duyulmaktadır (Lan ve diğerleri, 2020; World Health Organization, 2020e).

Yeni ve bilinmeyen olaylardan korkmak insanoğlunun doğasının bir parçasıdır. Yeni koronavirüs küresel salgını herkese istenmeyen bir rutin getirmiştir. Çoğu kişinin günlük aktiviteleri azalırken, sağlık çalışanlarının iş yükü ve meslek riskleri artmıştır. COVID-19 hem çok bulaşıcı hem de ölüm oranı yüksek bir hastalıktır, COVID-19'a maruz kalan bu hastalara hizmet vermek çok travmatik olabilmektedir. Hastalar izole oldukları için ailelerinden uzakta kalmaktadırlar ve durumu kritik olanlar da son nefeslerinde sevdiklerine veda edememektedirler. Ölmeden önce en son gördükleri kişiler sağlık çalışanlarıdır, bu olay hasta ve aileye zor olduğu gibi çalışanlar için de çok üzüntü vericidir. Kötüleşen hasta sayısı ve ölüm oranı fazla olunca sağlık çalışanı kendini başarısız ve yetersiz hissedebilir; böylece COVID-19 küresel salgını ile daha da zorlaşan çalışma koşullarının getirdiği duygusal yük, dayanılmaz bir hâle gelebilmektedir.

İş yükü arttığı gibi COVID-19 küresel salgınıyla sağlık çalışanlarına karşı şiddet ve ayrımcılık olaylarında da bir artış görülmektedir. Şimdi sadece iş yerinde değil; yollarda, toplu taşımalarda ve yaşadıkları yerlerde bile sağlık çalışanları, ayrımcılık ve şiddetle karşı karşıya kalmaktadır. Onlar için artık eve gitmek de stres yaratan bir olaydır. Ayrıca ailesine hastalık bulaştırma korkusuyla eve dönmeyenler bulunmaktadır. Bu endişe yüzünden sağlık çalışanı, kendisini olması gerekenden daha çok izole ederek duygusal bir bozulma yaşayabilir. Sağlık çalışanlarına uygulanan sözel, fiziksel ve psikolojik şiddet sıkça görülmektedir ancak COVID-19 salgını ile bu olaylar daha da artmış ve sağlık kuruluşlarının dışına da taşınmıştır (Türk Tabipleri Birliği, 2020; World Health Organization, 2020c; World Health Organization, 2020d). Günümüzde birçok ülkede sağlık çalışanlarına şiddet ve ayrımcılık haber olmaktadır (Junior, 2020; İzci, 2020; Miranda, Martinez ve Torres, 2020; Punzalan, 2020).

Sağlık çalışanları, hastalara hizmet verirken hastalığa yakalanmaktan korkmakla birlikte, hastalığı öteki hastalara ve iş arkadaşlarına enfekte etmekten endişe duymakta; eve gittiklerinde sevdiklerine hastalığı taşımaktan da korkmaktadırlar (Schwartzl, King ve Yen, 2020; Lancet, 2020). İzolasyon yapmak zorunda kalan sağlık çalışanlarının, yalnız kaldıkları ve meslektaşlarının iş yükünü artırdıkları düşüncesi ile psikolojileri de olumsuz etkilenmektedir (Brooks ve diğerleri, 2020).



COVID-19 küresel salgının genel toplumun ve sağlık çalışanlarının ruh sağlığı üzerindeki etkileri ile ilgili yapılan çalışmalar önemli olumsuz sonuçlara işaret etmektedir.

Ekiz, İlman ve Dönmez'in (2020) yaptığı çalışmada toplum, COVID-19 salgınına bağlı olarak orta düzeyde anksiyete gösterdiği belirtilmiştir. Satici, Tekin, Deniz ve Satici (2020) tarafından yapılan bir çalışmada eş zamanlı geçerlilik analizinde genel popülasyondaki COVID-19 korkusu; depresyon, anksiyete ve stres arasında anlamlı pozitif korelasyon saptanmıştır.

Huang ve Zhao'un (2020) yaptığı çalışmada COVID-19 sırasında Çin halkının zihinsel sorunlarının arttığı belirtilmiştir. Özellikle gençler salgın hakkında düşünerek çok fazla zaman geçirdiği tespit edilmiştir. Aynı çalışmada, sağlık çalışanlarının psikolojik sorunlar sergileme riskinin yüksek olduğu görülmüştür.

COVID-19 salgının nedeniyle sağlık çalışanları dünya çapında daha önce görülmemiş bir durumla karşı karşıya gelmektedir. Bu profesyoneller zor kararlar vererek aşırı baskı altında çalışmaktadır. Bu tür deneyimler ahlakî ve mental sorunlara yol açabilmektedir (Greenberg, Docherty, Gnanapragasam, Wessely, 2020).

Cao ve diğerleri (2020) tarafından yapılan çalışmada sağlık çalışanları, COVID-19 ile mücadele ederken diğer benzer durumlarla karşılaştıklarından daha stresli oldukları görülmüştür. Bununla birlikte, duygusal sıkıntı ve tükenmişlik seviyeleri çok yüksek olmadığı, fakat hemşirelerin %52,6'ı korku ve stres gibi olumsuz duygulara sahip olduğu saptanmıştır. Bu duyguların sebepleri ise, bulaşma korkusu ve artan iş yükünden kaynaklandığı belirtilmiştir.

Tan ve diğerleri (2020) yaptığı çalışmaya COVID-19 hastalarına hizmet veren iki hastanede görev yapan 470 sağlık çalışanı katılmış, onların %8,1'inde depresyon, %10,8'inde anksiyete ve %6,4'ünde ise stres semptomlarına rastlanmıştır.

Lai ve diğerleri (2020) tarafından yapılan bir çalışmaya 493 hekim ve 764 hemşire katılmıştır. Katılımcıların %50,4'ünde depresyon, %44,6'sında anksiyete, %34'ünde uyku bozukluğu ve %71,5'inde melankoli tespit edilmiştir.

Zhou ve diğerlerinin (2020) COVID-19'a karşı ön cephede görev yapan 1.001 sağlık çalışanı ile yaptığı bir çalışmada katılanların %27,5'i stres ve %16,8'i uyku bozukluğu ile mücadele ettiği görülmüştür.

Xiou, Zhang, Kong, Li, Yang'ın (2020) yaptığı çalışmada, COVID-19 hastalarına hizmet veren hekimlerin ve hemşirelerin uyku kalitelerinin düşük olduğu belirtilmiştir.

Pappa ve diğerleri (2020) tarafından COVID-19 nedeniyle sağlık çalışanları arasında anksiyete, depresyon ve uyku bozukluğu prevalansını incelemek üzere bir meta analiz çalışması yapılmıştır. Araştırmaların %23,2'sinde anksiyete, %22,8'inde depresyon ve %38,9'unda uyku bozukluğu prevalansı olduğu görülmüştür.

COVID-19 küresel salgın, genel toplumun ve sağlık alanında çalışanlarının ruh sağlığını olumsuz etkilemiştir. Bu olumsuz sonuçlar arasında korku, anksiyete, stres, uykusuzluk ve depresyon yer almaktadır.



Ruh sağlığı ile ilgili sorunlar yorgunluk ve uykusuzluk yaratabildiği gibi iş verimliliğini de düşürerek unutkanlık, sinir, depresyon, karamsarlık yaratmaktadır (Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, 2020a). Sağlık çalışanlarından mesleki bilgi ile birlikte sürekli dikkat ve duyarlılık istenmektedir, bu nedenle sağlık çalışanı herhangi bir ruh sağlığı sorunu yaşadığında kendisi ve hastaları için büyük bir risk taşır.

Çok bulaşıcı olan herhangi bir salgın zamanında sağlık çalışanlarında zihinsel sağlık sorunları yaşanması yaygındır. Devletin ve sağlık kuruluşlarının yöneticileri, COVID-19 salgının çalışanlarda psikolojik sıkıntı ve intihar düşüncesi riskini artırma potansiyelinin farkında olmalıdır. Bu profesyonelleri korumak üzere sosyo psikolojik desteklerin geliştirilmesi gerekmektedir (Galbraith, Boyda, Mcfeeters, Hassan, 2020; Ornel, Halpem, Kessler, Narvaez, 2020; Zhou ve diğerleri, 2020).

COVID-19 küresel salgını başladıktan sonra tüm dünyada olduğu gibi, Türkiye’de de sağlık çalışanlarının stres, endişe, korku ve depresyon seviyelerinde bir artış görülmektedir (Türk Eczacıları Birliği, 2020; Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, 2020a; Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, 2020b; Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, 2020c; Wang ve diğerleri, 2020; World Health Organization, 2020c). Bu küresel salgına bağlı olarak sağlık çalışanlarının ruh sağlığını olumsuz etkileyebilecek olaylar çok fazla olduğu bilinmektedir. Türkiye de dâhil olmak üzere birçok ülkenin devlet kurumları, bu önemli durumu çözmek ve önleyebilmek için uğraşmaktadırlar (Ministerio da Saude, 2020; Sağlık Bakanlığı, 2020c; Serviço Nacional de Saude, 2020).

Türkiye’de bu soruna çözüm bulmaya çalışan Sağlık Bakanlığı, meslek derneklerine özellikle sağlık kuruluşlarında yönetici olarak çalışanlara tavsiyelerde bulunmaktadır. Sağlık kuruluşlarında verilen hizmetler bir takım tarafından gerçekleştirilmektedir. Özellikle şu an yaşanan kriz döneminde sağlık çalışanlarının isteklerine ve duygularına dikkat edilerek iş planlaması yapılmalıdır (Baykal, 2020; Sağlık Bakanlığı, 2020c; Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, 2020c). Sağlık çalışanlarının en büyük kısmının temsil eden, hemşirelere destek vermek için yönetici hemşireler dikkatli olmalı, bu zor anda hemşirelerin motivasyonu yüksek tutulmalı ve psikolojileri korunmalıdır. Hemşireler, herhangi bir sorunla karşı karşıya geldikleri zaman yöneticilere bildirmelidir (World Health Organization, 2020d, Baykal, 2020).

COVID-19 hastaları ile doğrudan ilgilenen sağlık çalışanları duygusal bir bozulma yaşama riski altındadır. Yöneticilerin psikolojik sorun geliştirme riski yüksek grupları tanımlayarak çözüm bulma amacıyla strateji planlamaları yapmaları gerekmektedir. Tüm dünyayı etkileyen bu kriz döneminde düzensizlikler yaşanmaktadır. Fakat takım çalışmasından oluşan sağlık hizmetlerinde düzensizlik, başarısızlık demektir. Sağlık çalışanlarının yeteneklerinden en üst düzeyde yararlanılabilmek için onlar fiziksel ve psikolojik olarak hazırlanmalıdırlar. Böyle kritik bir zamanda sağlık çalışanlarının ruh sağlığına dikkat etmemek hem kendileri için olumsuz olduğu gibi tüm sağlık sektörü için zararlıdır; çünkü etkin ve verimli çalışmalar yapılmazsa sağlık sisteminin çöküşü kaçınılmaz olur.



3. Sonuç ve Öneriler

COVID-19 küresel salgın tüm toplum için büyük riskler taşımaktadır. Bu bağlamda, topluma hizmet veren sağlık profesyonellerin hem fiziksel sağlığı hem de psikolojik sağlığı daha da fazla tehdit altındadır.

Sağlık çalışanlarının görevlerini yerine getirebilmeleri için fiziksel ve psikolojik olarak onları korumak ve çalıştıkları sisteme duydukları güveni güçlendirmek gerekmektedir. Aşağıdaki noktalara dikkat etmekte fayda vardır:

1. Sağlık çalışanlarının çalışma koşulları iyileştirilmelidir;
2. Sağlık kuruluşlarında güvenlik önlemleri artırılmalıdır;
3. Sağlık kuruluşlarında yeteri kadar kişisel koruyucu donanımlar bulundurulmalı ve bunların kullanımı ile ilgili uygulamalı eğitim verilmelidir;
4. Sağlık çalışanlarına kendilerini yalnız olmadıklarını hissettirerek takım ruhu korunmalıdır;
5. İşe yeni başlayanlar alıştırma dönemi bitmeden COVID-19 hastalarıyla doğrudan temas etmemelidir;
6. COVID-19 ile ilgili toplumu yeteri kadar bilgilendirerek sağlık çalışanlarına uygulanan şiddet ve ayrımcılık azaltılmalıdır;
7. Gerekli olduğu durumlarda sağlık çalışanları, görev yaptıkları kurumlarda psikososyal destek alabilmelidirler;
8. Ruh sağlığı ile ilgili sorunlar yaşayan sağlık çalışanları tedavi edilmelidir;
9. Sağlık çalışanlarının ruh sağlığı ile ilgili araştırmalar yapılmalıdır.

COVID-19 küresel salgını ile mücadelede en temel ve etkin roller sağlık çalışanları tarafından gerçekleştirilmektedir. Bu küresel tehditle karşı karşıya gelen çalışanların psikolojik dayanıklılığını arttırmak amacıyla etkin stratejiler uygulanmalıdır.

Beyanlar

Bu çalışma tez çalışmasından üretilmemiştir ve daha önce herhangi bir toplantıda sunulmamıştır. Herhangi bir kişi/kurumdan maddi manevi destek alınmamıştır. Herhangi bir çıkar çatışması yoktur. Bu çalışma derleme olduğundan dolayı etik kurul raporu alınmamıştır.



Kaynaklar

- American Nurses Association (ANA). (2020). Coronavirus response fund for nurses. Erişim adresi: <https://www.nursingworld.org/foundation/programs/coronavirus-response-fund/>
- Başer, B. (2020). *Sağlık çalışanlarında tükenmişlik, psikolojik dayanıklılık ve iş tatmini arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü. Lefkoşa, Kıbrıs.
- Baykal, Ü. (2020, 26 Nisan). Salgında yönetici hemşirelerin rolü ne olmalı? *Medikritik* (köşe yazıları). Erişim adresi: <https://www.medikritik.com/kose-yazilari/covid-19-salginisurecinde-yonetici-hemsirelerin-yonetim-tarzi-nasil-olmalidir/>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S. et al. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *Lancet*, 395(102227), 912-20. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Cao, J., Wei, J., Zhu, H., Duan, Y., Geng, W. et al. (2020). A study of basic needs and psychological wellbeing of medical workers in the fever clinic of a tertiary general hospital in Beijing during the COVID-19 outbreak. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 89, 252-254. Doi: <https://doi.org/10.1159/000507453>
- Carroll, L. (2020, March 30). Ansiedade e depressão acometem profissionais de saúde enfrentando Covid-19 na China. *Medscape*. Erişim adresi: <https://portugues.medscape.com/verartigo/6504626>
- Davranış Bilimleri Enstitüsü (DBE). (2020). Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı. Erişim adresi: <https://www.dbe.com.tr/Kurumsal/tr/news/saglik-calisanlarinin-ruh-sagligi/>
- Ekiz, T., İlman, E., Dönmez, E. (2020). Bireylerin sağlık anksiyetesi düzeyleri ile COVID-19 salgını kontrol algısının karşılaştırılması. *Usaysad Derg*, 6(19), 139-154.
- Galbraith, N., Boyda, D., Mc Feeters, D., Hassan, T. (2020). The mental health of doctors during the COVID-19 pandemic. *BJPsych Bulletin*, 45(2), 93-97. Doi: <https://doi.org/10.1192/bjb.2020.44>
- Greenberg, N., Dochercy, M., Gnanapragasam, S., Wessely, S. (2020). Managing mental health challenges faced by healthcare workers during covid-19 pandemic. *BMJ*, 368,m1211. Doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.m1211>
- International Council of Nurses (ICN). (2020). ICN COVID-19 update: New guidance on mental health an psychosocial support will help to alleviate effects of stres on hard-pressed staff. Erişim adresi: <https://www.icn.ch/news/icn-covid-19-update-new-guidance-mental-health-and-psychosocial-support-will-help-alleviate>
- İzci, İ. (2020, 19 Nisan). Apartmanlara " Arka kapıyı kullanın" gibi notlar asılıyor... Sağlık çalışanları ve yakınları anlatıyor. *Hürriyet*. Erişim adresi: <https://www.hurriyet.com.tr/kelebek/hurriyet-pazar/apartmanlara-arka-kapiyi-kullanin-gibi-notlar-asiliyor-saglik-calisanlari-ve-yakinlari-anlatiyor-41497718>



- Johns Hopkins University. (2020). COVID-19 Dashboard by the Center for Systems Science and Engineering (CSSE). Erişim adresi: <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>
- Joseph, B., Joseph, M. (2016). The health of the healthcare workers. *Indian J Occup Environ Med*, 20(2), 71–72. Doi: <https://doi.org/10.4103/0019-5278.197518>
- Junior, G. (2020, March 25). Profissionais de saúde são hostilizados em trens: "Sai do vagão, seu doente". *Estadao*. Erişim adresi: <https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,profissionais-de-saude-sao-hostilizados-em-trens-sai-do-vagao-seu-doente,70003246731>
- Huang, Y., Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: A web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288, 112954. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J. et al. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *Jama Network Open*, 3(3), e203976. Doi: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>
- Lancet, T. (2020). COVID-19: protecting health-care workers. *Lancet*, 395(10228),922. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30644-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30644-9)
- Lan, J., Song, Z., Miao, X., Li, H., Li, Y. et al. (2020). Skin damage among health care workers managing coronavirus disease-2019. *Research Letters, J Am Acad Dermatol*, 82(5),1215-1216. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jaad.2020.03.014>
- Law, T. (2020, April 10). "We carry that burden." Medical workers fighting COVID-19 are facing a mental health crisis. *Time*. Erişim adresi: <https://time.com/5817435/covid-19-mental-health-coronavirus/>
- Ministerio da Saude. (2020). Ministerio da Saude garante suporte psicologico a profissionais do SUS. Erişim adresi: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46767-ministerio-da-saude-garante-suporte-psicologico-a-profissionais-do-sus>
- Miranda, J., Martinez, J.C., Torres, R. (2020, April 16). COVID-19: Healthcare workers experience discrimination and violence in Mexico. *El Universal*. Erişim adresi: <https://www.eluniversal.com.mx/english/covid-19-healthcare-workers-experience-discrimination-and-violence-mexico>
- Okeafor, C.U., Alamina F.E. (2018). A qualitative study on psychosocial hazards among health care workers in a tertiary health facility in South-South Nigeria. *Ann Ib Postgrad Med*, 16(1), 23–29.
- Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2019). Health at a glance 2019: OECD Indicators, OECD Publishing, Paris. Doi: <https://doi.org/10.1787/4dd50c09-en>



- Ornell, F., Halpem, S.C., Kessler, F.H.P., Narvaez, J.C.M. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. *Cad. Saude Publica*, 36(4). Doi: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00063520>
- Pappa, S., Ntella, V., Giannakas, T., Giannakoulis, V.G., Papoutsis, E. (2020). Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain, Behavior and Immunity*, 88,901-907. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.026>
- Punzalan, J. (2020, April 03). Ambulance driver hurt after getting shot over parking row in Quezon. *ABS-CBN News*. Erişim adresi: <https://news.abs-cbn.com/news/04/03/20/ambulance-driver-hurt-after-getting-shot-over-parking-row-in-quezon>
- Sağlık Bilgi Sistemleri Genel Müdürlüğü, Sağlık Bakanlığı. (2019). Sağlık istatistikleri yıllığı 2018; Ankara, Sağlık Bakanlığı. Erişim adresi: <https://dosyasb.saglik.gov.tr/Eklenti/36134,siy2018trpdf.pdf?0>
- Sağlık Bakanlığı (SB). (2020a). Türkiye'deki Güncel Durumu. Erişim adresi: <https://covid19.saglik.gov.tr/>
- Sağlık Bakanlığı (SB). (2020b). Bakan Koca: "Dışarı çıkmayalım, virüse fırsat tanımayalım". Erişim adresi: <https://www.saglik.gov.tr/TR,64846/bakan-koca-disari-cikmayalim-viruse-firsat-tanimayalim.html>
- Sağlık Bakanlığı (SB). (2020c). RUHSAD uygulaması. Erişim adresi: https://dosyamerkez.saglik.gov.tr/Eklenti/37081,ruhsad-uygulamasiustyazipdf.pdf?0&_tag1=F5A16DDBE4FF19363630793070A8025A1C3BBE78
- Sansür, L. (2020, 13 Nisan). Genç hekimler: Hastanelerdeki organizasyon eksikliği en büyük sorun. *Sözcü*. Erişim adresi: <https://www.sozcu.com.tr/2020/saglik/genc-hekimler-hastanelerdeki-organizasyon-eksikligi-en-buyuk-sorun-5745253/>
- Satici, B., Tekin, E. G., Deniz, M. E., Satici, S. A. (2020). Adaptation of the fear of COVID-19 Scale: Its association with psychological distress and the life satisfaction in Turkey. *International Journal of Mental Health and Addiction*. Doi: <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00294-0>
- Schwartzl, J., King, C.C., Yen, M.Y. (2020). Protecting health care workers during the COVID-19 coronavirus outbreak-lessons from Taiwan's SARS response. *Oxford University*. Erişim adresi: <https://www.mentice.com/hubfs/COVID-19/CID%20-%20Letter%20on%20preventing%20exposure%20lessons%20from%20SARS%20-Schwartz.pdf>
- Secretaria de Vigilancia em Saude, Ministerio da Saude. (2020). Doença pelo coronavirus 2019: Ampliação da vigilancia, medidas nao farmacologicas e descentralização do diagnostico laboratorial; Brasilia, Ministerio da Saude; (Boletim Epidemiologico 5).



- Serviço Nacional de Saude (SNS). (2020). Psicologos do INEM difundem medidas de gestao emocional. Erişim adresi: <https://www.sns.gov.pt/noticias/2020/03/20/covid-19-apoio-psicologico/>
- Silva, M.C.M., Gomes, A. R. S. (2009). Stress ocupacional em profissionais de saude: um estudo com medicos e enfermeiros portugueses. *Estudos de Psicologia*, 14(3),239-248. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2009000300008>
- Smith, A. (2020, March 31). Nurse suicides rise in Europe amid stres of COVID-19 pandemic. *World Socialist Web Site*. Erişim adresi: <https://www.wsws.org/en/articles/2020/03/31/trez-m31.html>
- Tan, B., Chew, N., Lee, G., Jing, M., Goh, Y. et al. (2020). Psychological impact of the COVID-19 pandemic on health care workers in Singapore. *Annals of International Medicine*, 173(4),317-320. Doi: <https://doi.org/10.7326/M20-1083>
- Teixeira, P. (2020, April 24). A cada 11 minutos, um profissional de enfermagem que trabalha no tratamento contra a covid-19 busca atendimento psicologico. *G1*. Erişim adresi: <https://g1.globo.com/rj/rio-de-janeiro/noticia/2020/04/24/a-cada-11-minutos-um-profissional-de-enfermagem-que-trabalha-no-tratamento-contra-a-covid-19-busca-atendimento-psicologico.ghtml>
- Türk Tabipleri Birliği (TTB). (2020). "Sağlıkta Şiddet Yasası" Türk Tabipleri Birliği'nin kazanımıdır! Erişim adresi: https://www.ttb.org.tr/haber_goster.php?Guid=89769254-7f21-11ea-bc5a-1802c1c4918a
- Türk Eczacıları Birliği (TED). (2020). COVID-19'la nasıl bir mücadele? Erişim adresi: <https://www.teb.org.tr/content/159/COVID19'LA%20NASIL%20BİR%20MÜCADELE?>
- Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, Türkiye Psikiyatri Derneği. (2020a). COVID-19 salgınında sağlık çalışanlarının tükenmişlikten korunma rehberi Erişim adresi: <https://www.psikiyatri.org.tr/uploadFiles/14202016552-TukenmislikCOVID.pdf>
- Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, Türkiye Psikiyatri Derneği. (2020b). Türkiye psikiyatri derneği sağlığı çalışanlarına destek hattı açıldı. Erişim adresi: <https://www.psikiyatri.org.tr/2174/turkiye-psikiyatri-dernegi-saglik-calisanlarina-destek-hatti-acildi.06/04>
- Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Çalışma Birimi, Türkiye Psikiyatri Derneği. (2020c). Sağlık çalışanlarının ruh sağlığının korunması için sağlık kurumu yöneticilerine öneriler. Erişim adresi: <https://www.psikiyatri.org.tr/uploadFiles/3032020115022-SaglikKurumlariCOVID.pdf>
- United Nations (UN). (2020). COVID-19 highlights nurses' vulnerability as backbone to health services worldwide. Erişim adresi: <https://news.un.org/en/story/2020/04/1061232>



- Wang, C., Pan, P., Wan, X., Tan, Y., Xu, L. et al. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*, 17(5), 1729. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
- World Health Organization (WHO). (2020a). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19-16 March 2020. Erişim adresi: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---16-march-2020>
- World Health Organization (WHO). (2020b) What's needed now to protect health workers: WHO COVID-19 briefing. Erişim adresi: <https://www.weforum.org/agenda/2020/04/10-april-who-briefing-health-workers-covid-19-ppe-training/>
- World Health Organization (WHO). (2020c). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak. Erişim adresi: <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>
- World Health Organization (WHO). (2020d). Coronavirus disease (COVID-19) outbreak: rights, roles and responsibilities of health workers, including key considerations for occupational safety and health. Interim guidance. Erişim adresi: [https://www.who.int/publications-detail/coronavirus-disease-\(covid-19\)-outbreak-rights-roles-and-responsibilities-of-health-workers-including-key-considerations-for-occupational-safety-and-health](https://www.who.int/publications-detail/coronavirus-disease-(covid-19)-outbreak-rights-roles-and-responsibilities-of-health-workers-including-key-considerations-for-occupational-safety-and-health)
- World Health Organization (WHO). (2020e). Shortage of personal protective equipment endangering health workers worldwide. Erişim adresi: <https://www.who.int/news-room/detail/03-03-2020-shortage-of-personal-protective-equipment-endangering-health-workers-worldwide>
- Wu, J.T., Leung, K., Leung, G.M. (2020). Nowcasting and forecasting the potential domestic and international spread of the 2019-nCoV outbreak originating in Wuhan, China: a modelling study. *Lancet*, 395(10225), 689-697. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30260-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30260-9)
- Xiao H, Zhang Y, Kong D, Li S, Yang N. (2020). The effects of social support on sleep quality of medical staff treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. *Med Sci Monit*, 26,e923549-1 – e923549-8. Doi: <https://doi.org/10.12659/MSM.923549>
- Zhou, Y., Zhou, Y., Song, Y., Ren, L., Ng, C. et al (2020). Tackling the mental health burden of frontline healthcare staff in the COVID-19 pandemic: China's experiences. *Psychological Medicine*, 13,1-2. Doi: <https://doi.org/10.1017/S0033291720001622>



Extended Abstract

The world is experiencing a big crisis due to COVID-19. The disease emerged in Wuhan, China in late December 2019 and in March it was declared as a pandemic. The whole world is going through a difficult period while the number of infected and dead individuals due to the illness continues to increase causing panic worldwide. Part of the society can do social distancing as the World Health Organization suggests; however, some professional, such as healthcare workers, are constantly face-to-face with the virus. For healthcare workers the pandemic caused an increase in the workload as well as in occupational risks. Health personnel has always faced verbal, physical and psychological violence, risk of contamination and patients' death in their work places, but since these events increased after COVID-19 had appeared, the emergence of symptoms of mental illness in healthcare workers has been increasing. This article aimed to discuss the increasing mental health problems of healthcare workers after the arising of the COVID-19 pandemic. In addition to increased workload and occupational risks health professionals are also facing the violence and discrimination, which currently occurs not only at the workplace, but also outside it; on the streets, on public transport and even in the places where they live. When caring for patients, they are afraid of being infected and are also concerned with the contagion of other patients and co-workers; homecoming is also a stressful event since they are afraid of contaminating their loved ones. All those factors cause them to experience an emotional breakdown. The effects of the pandemic on the mental health of health professionals point to negative consequences, they became more depressed, anxious, worried and stressed. Organizations all over the world closely follow the situation and create measures to prevent the problem. The same occurs in Turkey. Especially, managers working in health institutions should pay attention to the mental health of healthcare workers. In order for healthcare professionals to fulfill their duties, it is necessary to protect them physically and psychologically, and to strengthen their trust in the system in which they work for. The following suggestions should be considered: working conditions of healthcare professionals should be improved; Security measures should be increased in health facilities; Health institutions should be supplied with sufficient personal protective equipment and practical training on their use should be given; Team spirit should be reinforced; Newly hired staff should not have direct contact with COVID-19 patients before the work orientation period is over; Violence and discrimination against healthcare workers should be reduced through providing adequate information to the population; If necessary, healthcare professionals should receive psychosocial support at the institutions where they work for; Healthcare workers suffering from mental illness should receive adequate treatment; More researches on the mental health of healthcare professionals should be conducted. It should not be forgotten that the most basic and effective roles in combating the COVID-19 pandemic are performed by healthcare workers. Effective strategies must be implemented to increase the psychological resilience of those professionals who are facing this global threat.