

Sosyal İzolasyon, Karantina ve Psikolojik Etkileri

Canan Alev Mevlana^a, Meryem Karaaziz^b

^a Psikoloji Bölümü, Lefke Avrupa Üniversitesi, cmevlana@gmail.com

^bPsikoloji Bölümü, Klinik Psikoloji Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yakınođu Üniversitesi, meryem.karaaziz@neu.edu.tr, 0000-0002-0085-612X

Özet

Çin’de ortaya çıkan Covid-19 virüsünün basit bir virüs olmadığı ve bireylerin tüm beden sağlığını, ruh sağlığını ayrıca düşünce, davranış ve tutumlarını da etkileyerek tümüyle değiştirdiği görülmüştür. Tüm dünya ve ülkemizde de Covid-19 salgınının nüfusu olumsuz bir şekilde etkilediği görülmüştür. Toplumdaki her bir bireyin psikolojik tepkimleri, salgın döneminde, salgın sonrasında, salgının yayılması sırasında sosyal ve duygusal olarak çok farklı olmaktadır. Yapılmış araştırmalara göre salgın döneminde toplumların psikolojik olarak etkilenip duygusal rahatsızlıklar yaşadığı görülmüştür. Yapılan diğer çalışmalara göre, Covid 19 virüsüne yakalanan veya virüse enfekte olduğu düşünölen birçok hastanın sıkıntı, korku, kaygı, öfke, yalnızlık ve uyku sorunları gibi duygusal ve davranışsal olarak tepkilerde buldukları da gözlenmiştir. Buna bağlı olarak da ortaya çıkan bu tepkiler de travma sonrası stres bozukluğu, panik bozukluk, paronid ve psikotik belirtilerle ilişkilendirilmiştir. Özellikle karantinaya alınan birçok bireyde bu semptomların daha yaygın olarak görüldüğu de tespit edilmiştir. Bununla birlikte yaşanan karantina sürecinin olumsuz psikiyatrik sonuçlarla ilişkisi olacağı ve yine karantina sürecinin birçok psikolojik etkilerinin olduğu aylar, yıllar sonra da tespit edileceği bildirilmiştir. Bu sebeple karantina döneminde psikolojik önlemlerin dikkate alınması gerekli olmaktadır. Araştırmanın amacı pandeminin bireylerin ruh sağlığına etkilerini araştırmaktır ve literatür taraması yapılmıştır. Covid-19 sürecinde bireylerin ruh sağlığı özelinde ilgili literatür araştırılırken daha önce yaşanan pandemilere dair ruhsal tepkiler incelenmiştir. Bu çalışmanın pandemilerin birey, aile ve toplum etkilerini anlayabilmek ve öngörebilmek adına önemli olacağı düşünölmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal izolasyon, karantina, psikopatoloji, pandemi, Covid-19

Social Isolation, Quarantine and Its Psychological Effects

Abstract

All the dimensions of Covid-19, which emerged in China, are shown in a simple limitless and comprehensive way, in which the spirit replaces all the details with the ways of behaving. It is literally a form of education for the whole world and also for Covid-19. Reactions in an education in a surviving community can be very different in appearance, very pleasant, and emotionally different from those that are liked. Societies that can be applied according to what has been done are affected by the way they are tried and there are too many emotions. Accordingly, the schools that will be liked are exhibited as well as the negatives are definitely looked at. They react emotionally and behaviorally, such as worrying, anxiety, anger, loneliness, and problems being thought about before being infected or used to the virus. As a result, these reactions showed parity with trauma, post-stress illness, panic clinical, psychotic optimism. Especially in autumn, this season was perceived as very common. Quarantine pandemic is the most effective and effective way to cope with the disease. It's the little things with psychiatric consequences that end with each passing day, and it's over when it ends again, after months, years, and years. It is being prepared for training during this training period.

Detailed information on the comprehensive education program on the comprehensive education for literature through the pandemic Detailed information on the comprehensive education on the comprehensive studies. The Covid-19 era has affected every aspect of society.

The aim of the research was to investigate the effect of individuals on mental health during the pandemic process, and the literature was reviewed retrospectively. During the Covid-19 process, the mental health of individuals was investigated with the relevant literature, while the mental reactions to previous pandemics were examined. It was thought that it would be important to understand and predict the effects of pandemics on the individual, family and society.

Keywords: Social Isolation, Quarantine, Psychopathology, Pandemic, Covid-19

Giriş

Hastalık, dokularda ve hücrelerde fonksiyonel ve yapısal olarak değişiklikler oluşturan bir durumdur. Bu bağlamda hastalık farklı koşulların sembolik bir şekilde bireylerde kendilerini nasıl gördüklerini ve başkaları tarafından nasıl görüldüklerinden de etkilenmektedirler. Hastalığı olan fiziksel ya da psikolojik patolojinin var olduğu tanımlanan birey kendisini hastalığın içinde hissetmektedir ve bireyin fiziksel ve sosyal anlamda alışmış olduğu yaşantısında kesintilerde olabilmektedir. Dolayısı ile bireyde bilişsel yönlendirmede bozukluk ve karışıklık olabilmekte ve bu durum davranışlarına da yansımaktadır. Bireylerin gündelik yaşamlarında kültürle olan ilişkileri olduğu kadar hastalık ve sağlıklı olan değerlendirmelerinde de etkilidir. Bireyler kendilerini hasta, sağlıklı, rahatsız ve sağlıksız olarak tanımlamalarda bulduklarında sosyal ortamın kodlarından da etkilenmektedirler. Bireyi hasta olarak değerlendirebilmek için bireyin kendini hangi zaman ve hangi koşulda hasta olarak algıladığı da esneklik göstermektedir (Aytaç ve Kurttaş, 2015).

Günümüz ortamında sağlığın içerisinde bireyler ve bireylerin kültürleri; buna bağlı olarak da duyguları, değerleri, eşitlikleri, normları, düşünceleri, inançları ve vb. bulunmaktadır. Sağlık geçmiş dönemlerde olduğu gibi sadece tıbbi çalışmalar ile değil temel kurum kültür ve yapı dâhilinde toplumun kendisi ile bireyi birlikte ele almaktadır. Günümüzde sağlık hem eşitsizlik hem işlevsel hem de kültürel olarak yer almaktadır ve tıbbi olduğu kadar psikolojik, biyolojik, siyasal, ekonomik ve toplumsaldır (Bingöl, 2017).

Hastalık anormal olup bireyin zihinsel, ruhsal, sosyal ve fiziki işlevlerinin önceki durumuna göre azalması durumudur. Hastalığın tedavisi kadar bireyin hastalığa yakalanması ve hasta olmamayı sağlaması ve sağlık hakkındaki algı ve tutumlarıyla da ilişkilidir. Yapılan araştırmalara göre bireylerin sağlıklarını korumada toplumsal ve bireysel davranışlar gösterdikleri gibi sağlık davranışlarının hepsini uygulayanların uygulamayanlardan daha sağlıklı olduğu görülmüştür. Yapılan diğer çalışmalardan elde edilen verilere göre toplumda bireylerin sağlıklı olabilmeye konusunda hem zihinlerinde bilgiye hem de gündelik bilgiye dayanılarak sosyal temsillere benzer şekilde gerçekleştirdiği söylenebilmektedir (Araz, Harlak ve Meşe, 2007).

Tarihsel süreç içerisinde, hastalık kavramı olarak ve hastalık nedenleri buna bağlı olarak da hastalık tedavi yöntemleri de önemli şekilde değişim geçirdiği de görülmektedir. Günümüzde ise sağlık psikolojik, sosyal ve fizyolojik olarak bütüncül bir şekilde ele alınmakta ayrıca sağlığın devamlılığı da tanımlanmaya başlanmıştır. Bireyde sağlıkla ilgili sorunlar ortaya çıktığında kendinin iyi hissetmemesi ile başlayan ve kötü hissetmesine sonrasına ise

tükenmişliğe kadar uzanan bir süreç yaşanmaktadır. Kısacası hastalık bireyden bireye değişkenlik gösteren karmaşık bir davranış olarak değerlendirilmektedir (Tekin, 2007).

Dünyada Ağır Akut Solunum Yetersizliği Sendromu (SARS, 2003), kuş gribi (H5N1 2004) ve (Domuz Gribi H1N1, 2009) gibi salgın hastalıklar ilgi çekmektedir. Korona virüs (SARS-CoV) sebep olduğu solunum yolu hastalığıdır ve damlacık yoluyla bulaşmaktadır. 2002 Kasım – 2003 Haziran arasında Hong Kong’da salgın başlamıştır. Bu salgın döneminde dünyada 8.422 vaka görülürken 916’ da ölüm görülmüştür (Özkan, 2020).

Dünyada toplamda 37 ülkeye yayılım gösteren salgın özellikle %50 oranında 65 yaş ve üzerinde etkili olmuştur. MERS CoV virüsü insandan insana özellikle yakın temas ile geçerken ateş, öksürük ve nefes darlığına neden olurken her yaşta da görülebilmektedir. 2012 Eylül ayında ilk olarak Suudi Arabistan’da görülmüştür. Daha sonra yapılan araştırmalarda ise ilk olarak 2012 Nisan ayında Ürdün’de görüldüğü tespit edilmiştir. 2015 yılında ülke dışından gelen birinin Kore Cumhuriyeti’nde büyük salgına neden olduğu da dikkat çekmiştir. İlkbahar aylarında hastane kaynaklı MERS ‘in salgınlara neden olduğu fakat tüm yıl boyunca da yeni vakalarında olduğu görülebilmektedir. Son dönemde bütün dünyayı saran ve pandemi olarak nitelendirilen yeni tip koronavirüs salgını ölümlere neden olmakla birlikte bütün dünya insanlığı çok ciddi tehdit etmektedir. Covid-19 salgını, sürecin içerisi içinde bulunmamız nedeni ile öngörülemiyor ve tahminlerde bulunulurken en iyi sonuçlar ancak pandemi sonucunda görülmesi mümkün olabilecektir (Hasöksüz, Saraç ve Yıldırım, 2020).

Salgın hastalıklar insanlığın karşılaştığı travmalardan biridir ve toplumdaki tüm güç dengelerini, toplumsal değişimleri, toplumsal rol değişimlerinde de etkili olmaktadır. Toplumlar yaşanan bu travmaya karşı psikolojik ve sosyolojik olarak özgül tepkime gösterebilmektedirler. Buna bağlı olarak da toplumda bireyler kendi algılama, psikolojik zeminlerini oluşturarak kendilerine özgül belirti veya savunma mekanizmaları gösterebilmektedirler (Çubuk, 2020).

Koronavirüs, tüm toplumda yaygın olarak görülen, hafif belirtileri gibi (MERS) orta doğu solunum sendromu ve şiddetli bir şekilde akut solunum yolu sendromuna (SARS) gibi oldukça ciddi enfeksiyonlara sebep olan bir virüsdür (Dikmen, Kına, Özkan ve İlhan, 2020).

İnsandan insana kolaylıkla bulaşabilen ve soğuk algınlığına sebep olan çeşitleri (HCoV-229E, HCoV-OC43, HCoV-NL63, HKU1-CoV) bulunmaktadır. Hayvanlarda da bulunan CoV insanlara da geçerek çok ağır tablolara sebep olmaktadır. Yapılan araştırmalara göre SARS-CoV kedilerden, MERSCoV ise tek hörgüçlü develerden insanlara bulaştığı görülmüştür (Şirin ve Özkan, 2020).

Diğer solunum yolu patojenleri ile Covid-19 virüsü karışarak ya da koenfeksiyon oluşturabilmektedir. Koronavirüsler orthocoronavirinae alt ailesine ait tek zincirli pozitif RNA virüsleridir. Dört ana cinsten (Beta, Gama, Delta, Alfa) oluşmaktadırlar. Alfa ve Beta cinsleri insanlarda solunum enfeksiyonlarından sorumlu olurken, Gama ve Delta cinsleri kuşların enfeksiyonlarından sorumlu olmaktadır. SARS- CO VE SARS CoV-2 arasında benzerlik oranı %70 olarak saptanmış ancak MERS-CoV ile %59 benzerlik olduğu ve az ilişkili olduğu belirlenmiştir. İnsanlarda görülen koronavirüsün basit bir soğuk algınlığından akut solunum sendromuna kadar gidebildiği görülmüştür (Dhama, Khan, Tiwari, Sircar, Bhat, Malik ve Rodriges- Moralez, 2019).

Pandemi, Covid 19 Pandemisi ve Tedavisi

Bir hastalığın belli bir zaman içinde çok fazla görülmesi epidemiy (salgın), büyük kıtaları etkisi altına alarak büyük salgınlar "pandemi" olarak adlandırılmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü birden fazla ülkede milyonlarca bireyi etkileyen ve bazen de tüm dünyaya yayılan büyük salgınlar olarak tanımlanmıştır. Bir salgına sebep olması için virüs ya da bakterinin birçok insanda bağışıklığa sahip olmaması ve bireyden bireye kolay bir şekilde bulaşabilmesi ayrıca ciddi bir şekilde hastalıklara neden olması gerekmektedir ve ortaya çıkan pandemi bir afet olarak kabul edilmektedir. Normal bir yaşamın kesintilere uğramasıyla toplumun tümünün etkilenmesine, çaresiz kalmasına, korunmaya, kurtulmaya, yiyeceğe, tıbbi ve sosyal olarak bakıma ihtiyaç duymaları olağanüstü bir durum olarak kabul edilmektedir. Pandemi bireylerin çeşitli zorluklarla karşılaştığı periyodik bir olgudur. Küresel olarak salgın hastalıklar, tıbbi olarak tedaviye ihtiyaç duyan bireylerin sayısının hızlıca artmasına ve sağlık sisteminin çökmesine de neden olmaktadır. Bu bağlamda pandemi, çok ciddi şekilde afet öncesi ve sonrasında da iyi bir afet yönetimi hazırlığına ihtiyaç göstermektedir (Dizer ve Demirpek, 2009).

Pandemi, dünya çapında birçok ülkeyi, kıtayı, adayı, milyonlarca insanı etkisi altına alan ciddi boyutlu salgınlara verilen adıdır. Hastalık, salgın boyutuna ulaştığında bunun bildirisini Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tüm dünyaya yapıyor. Hastalığın pandemi (salgın) olarak nitelendirilmesi için hastalığa sebep olan virüsün veya bakterinin insanların bağışıklığının olmadığı, kişilerarası bulaşma durumunun fazla ve basit olması, insan organizmasına ciddi hasarlara yol açan bir organizmadır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nün pandemi için yaklaşık olarak kıstasları üç şekildedir:

- Virüsün hiç karşılaşılmamış ve yeni olması
- İnsandan insana basit bir şekilde bulaşma göstermesi
- İnsanlarda aktif olabilmesi Pandemi, bireylere ve bireylerin yakın çevresine, sevdiği insanlara bir tehdit unsuru olarak düşünüldüğünde psikososyal stres faktörleriyle bağlantılıdır.

Stres faktörleri arasında kişinin standart yaşam kalitesinde aksaklıklar, yakın çevresinden ve sevdiklerinden ayrı kalması, ekonomik sıkıntılar, karantina ve sosyal izolasyon uygulamaları vb. bulunmaktadır. Karantina tıp alanında kullanılan köken olarak İtalyanca olan "quarantina" kelimesinden gelmektedir ve kırk gün anlamına gelmektedir. Karantinanın tanımı ise şu şekildedir; tanımlanan salgın hastalığın bulaşma hızının ve çoğalmasının engellenmesi açısından belirli bir bölgenin denetimini sağlamak ve bölgeyle etkileşimin kesilmesi şeklindeki uygulamalardır. Bu uygulamada asıl hedeflenen taşıyıcı olması olası kişilerin toplumdan izole edilerek hastalığı diğer bireylere bulaştırarak hasta kişilerin çoğalmamasıdır. Karantina uygulanan bireylerin çoğu bu durumdan rahatsızlık duymaktadır. Bağımsızlığının kısıtlanması, sevdiği insanlardan uzak kalma, hastalığın seyri hakkında bilinmezlik, sıkılma ve acıklı etkileri olabilir. Dünya birçok kez pandeminin hüküm sürdüğü zamanlar yaşanmıştır ve bu dönemlerde ilk karantina uygulamasına VII. yy'de rastlanmaktadır. XV. yy sonlarında uygulanan karantina ise veba salgının önüne geçmek adına Akdeniz limanlarına uygulanmıştır. Osmanlılar karantinaya "usul-ı tahaffuz" ve karantina bölgelerine ise "tahaffuzhane" sözcüklerini kullanmışlardır (Ayar ve Kılıç, 2017).

Bireyler açısından karantina zor ve karmaşık bir süreçtir. Sosyal yaşamından uzaklaşma, ekonomik boyutta sıkıntılar yaşama, sevdiği insanlarda uzak olma, yaşam alanının kısıtlanması, yaşamıyla ilgili denetimin elinden alınmış olması, baskı altında hissetme, kendisi ve

çevresindeki sevdiği insanların sağlıklarıyla ilgili endişe duyma gibi birçok durum bireylerde ciddi boyutlarda hasara yol açmaktadır. Sosyal olarak farklı sınıflara mensup bireylerin benzer veya farklı olduklarının belirlendiği kavram sosyal mesafe olarak adlandırılmaktadır. 1925 yılında Bogardus'un yaptığı bir çalışmada sosyal mesafe gruplar arası etkileşimi açıklar ve bununla birlikte sosyal ilişkilerinin de özellikleri hakkında betimleme yapılabilmektedir. Sosyal mesafe gruplarının ilişki bağlamındaki (evlilik, arkadaşlık, komşuluk) değerlendirmelerini hakkında bilgi sahibi olunması mümkündür. Sosyal psikolojide sosyal mesafenin tanımı; dil, din, ırk, milliyet, gibi farklı sosyal kesimlerde bulunan grupların birbirilerine gösterdikleri onayın boyutunun neticesidir (Budak ve Korkmaz, 2020).

Sosyal grupların özel alanlarına kendi istekleri üzerine çektikleri sınırın ne derecede olacağını belirten toplumsal faktörlere göre benzer, yakın ve uzak olma durumu sosyolojik bakımdan sosyal mesafeyi bu şekilde ele almaktadır. Etkili bir sosyal mesafe uygulaması için dikkatli, tutarlı, anında gerçekleşmesi gerekmektedir. Çocuklar ve gençler arasındaki sosyal mesafe uygulamasında bu durum özellikle geçerli olmaktadır. Çünkü çocukların ve gençlerin yetişkinlere oranla daha hareketli ve daha çabuk ortam değiştiren bireyler olduğu düşünülürse bulaşma hızının ciddi boyutlara ulaşması kaçınılmaz bir sonuç olacaktır. İnsanlarının birbirleriyle arasında 1,5 metre mesafe bırakmaları fiziksel mesafe olarak adlandırılmaktadır. Covid-19'un yayılım hızının en aza indirilmesi açısından sağlık ve bilim alanlarındaki bilirdişiler fiziksel mesafenin önemi vurgulamaktadır (Akgül, 2020).

Fiziksel mesafenin uygulanması sonucundan Covid-19 hastalığının bireylerarası bulaşma riskinin en düşük seviyeye indirmektedir ve bu toplum sağlığı açısından insan haklarına saygı ve sorumluluktur. Sürekli bir tek başına kalma durumu yerine fiziksel mesafe kuralına uyarak etkileşim sağlayabiliriz. Covid-19 salgının ilk dönemlerinde bireylere "sosyal izolasyon" uygulamalarına geçileceği bildirilmiş ancak çok geçmeden asıl belirtilenin sosyal izolasyon olmadığı amaçlanan ve uygulanacak olanın "fiziksel izolasyon" olduğu açıklanmıştır. Erkal (2020), asıl istenilenin insanların birbirleriyle arasına çizecekleri fiziksel mesafe olduğunun açıklamasını yapmaktadır (Akyüz, 2021).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) SARS_CoV-2 tüm dünyada pandemi olarak ilan ettiği tarihten itibaren korunma önlemleri belirlenmiş ve güncellenmiştir. Maske takmak, elleri yıkamak, antiseptik kullanmak ve ellerin ovularak temizlenmesi, virüsün damlacık temasının önlenmesi için sosyal mesafenin korunmasıdır. Ayrıca hasta bireylerin maske kullanarak sağlık kuruluşlarına başvurması, yurt dışına çok zorunlu olmadıkça gidilmemesi ve yurt dışı dönüşlerinde ise 14 gün karantina süresi uygulanması olarak belirlenmiştir (Dhama, Khan, Tiwari, Sircar, Bhat, Malik ve Rodrigez- Moralez, 2019).

Çin'in Wuhan kentinde deniz ürünlerinin toptan satış pazarında ortaya çıkan zooteknik kaynaklı olan yeni tip koronavirüs salgını bütün dünyayı etkisi altına alarak küresel bir boyuta ulaşmıştır. İnsandan insana bulaştırıcılığın yüksek olduğu hastalık bütün dünyaya çok kısa sürede yayılarak dünya genelinde on dört milyondan fazla bireyi enfekte etmiştir. Amerika'da tespit edilen vaka dört milyona yaklaşmıştır (Acar, 2020).

Covid-19 ölüm oranlarına bakıldığında salgının çıktığı Hubei Gehrini' deki ölüm oranlarından 7,5 kat daha fazla aştığı görülmüştür. Türkiye'de ise doğrulanan vaka sayısının, salgının görüldüğü tüm dünya ülkeleri arasında beşinci sırada olduğu görülmüştür. Geçen zaman içerisinde vaka ve ölüm sayılarında artışın görüldüğü salgın, Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi olarak ilan edilmiştir. Bugün hala Covid-19 ile ilgili klinik belirtiler sınırlıdır ve salgının önlenmesinde en etkili tedbirler arasında kişisel tedbirlere uyulması olduğu

görülmektedir. Hastalık bireyden bireye damlacık yolu ve yakın temas ile bulaşmaktadır. Tüm dünyada pandemi sürecinde yapılan çalışmalarda Covid-19'un seyrine ait bilgiler gün geçtikçe daha da netlik kazanmaya başlamıştır (Akboğa, 2020).

Çok yayımlı olduğu için salgınlar özellikle pandemi sosyal riskleri, dünya çapında bir sosyal değişimi ve bunun yanında sosyal sorunları da getirmektedir. Tüm nüfusu etkilemekte ve en önemlisi savunmasız durumlarda yaşlıları, gençleri, engellileri, yoksulları da risk altına almaktadır. Covid-19 döneminde pandeminin yarattığı sosyal kriz, kısa ve uzun vadede dışlanma, ayrımcılık, eşitsizlik, işsizlik vb. sıkıntıları da beraberinde getirmektedir. Özellikle salgın döneminde sağlık sektöründe meydana gelen salgının etkilerini istihdam etme ve iş gücü yansımalarından da etkilenmektedir. Oluşan bu değişimler hak kayıpları, ekonomik kayıplara neden olmakla birlikte ikincil sorunları da meydana getirmektedir (Ayata ve Çamur, 2020).

Krizin en önemli basamağını sağlık sektörü oluşturmaktadır. Bu bağlamda sağlık, devletin düzenlemeleri içinde kilit noktası olmaktadır. Bütçe, materyal, bütçe yeterliliği, sağlık hizmetlerine erişim, sağlık sektöründeki personelin sayısı, var olan personelin sağlıkları sağlık sektörünün en önemli konuları arasında bulunmaktadır. Covid -19 pandemisinde iki temel risk bulunmaktadır. Devletlerin sağlık sistemleri hazırlıksız olarak yakalanmış ve materyal, personel sayısının yetersizliği, bütçe açıkları dezavantajlı konuma getirmiştir. Hızlı yayılım ve buna bağlı olarak covid-19 virüsünün ne kadar kişiye bulaştığı önemli olmadan kısa dönemde sağlık kurumlarında önemli yığılmalar söz konusu olmaktadır. Bu durum hem hizmet alma hem de sağlık çalışanlarının verimini etkilemektedir. Oluşan kriz sağlık çalışanlarının üzerinde fiziksel, ruhsal ve toplumsal etkiler oluşturmaktadır. Ayrıca uzun saatler ve yoğun çalışma da stres, kaygı çeşitli fiziksel ve ruhsal kayıplarında oluşmasında etken olmaktadır. Bu bağlamda ruhsal olarak öfke, suçluluk duygusu, depresyon, çaresizlik, anksiyete ve tükenmişlik, fiziksel olarak da yorgunluk ve hastalık riskleri görülmektedir. Sağlık çalışanlarının özellikle salgın hastalığı yakınlarına bulaştırma kaygısı ruhsal ve fiziksel sağlıklarını olumsuz bir şekilde etkilemektedir (Güreşçi, 2020).

Çalışan bireyleri, karantina, ulaşım kısıtlaması, bulaş riskine karşı olan kaygı ve ekonomik olarak daralma tüm sektörleri de doğrudan etkilemiştir. Bu süreç içerisinde turizm, eğitim, festivaller, spor etkinlikleri vb. iptal edilmiştir. Birçok çalışanın veriminin düşmesine ve olumsuz etkilenmesine de sebep olmuştur (Karakaş, 2020).

Günlük yaşamdaki rutin değişimler; çeşitli olan grupların maruz kaldığı ayrımcılık, iş ve sosyal yaşam kayıplarının neden olabileceği ruhsal olarak çökkünlük, gelecek kaygısı, depresyon, değişimlere adapte olma sorunlarıdır. Bunun yanında belirsizlik gibi karmaşık duygular ayrıca karantinanın getirdiği yalnızlık, ekonomik kayıplar ve yarattığın endişe, aidiyet, aile içi şiddet vb. riskler arasında sayılanlardan bazılarıdır (Kordalı, 2020).

Toplum içinde kırılğan gruplar da (yaşlılar, evsizler, suçlular, zihinsel ve fiziksel engelliler, çocuklar bağımlılar, seks işçileri gibi) covid-19 döneminde oluşan kriz ruhsal olarak da riskleri beraberinde getirmiştir (Kara, 2020).

Pandemi ilan edildiğinde en sık karşılaştığımız karantina ve izolasyon olmaktadır. Karantina; bireylerin bulaşıcı olan bir hastalığa maruz kaldığında, bulaşıcı hastalıkla ilgili olarak hastalık belirtisi gösterip göstermediğini gözlemleyebilmek için bireylerin soyutlanarak hareketliliğinin kontrol altında tutulmasıdır. Bireyin hasta olduğuna dair herhangi bir delil bulunmadığından ancak hastalanmasına sebep olacak etkenler ile karşılaşmış olan ve taşıyıcı olduğu düşünülen birey karantina altına alınmaktadır. Bireylere bu sınırlılığın getirilmesi riski olan bireyin fazlaca

bireylerle ilişki geliştirmesini engelleyerek hastalığın yayılımını engellemektir (Akbaba, Kurt ve Nazlıcan, 2014).

İzolasyonun farklı uygulanan türleri bulunmaktadır ancak genel anlamda hasta bireylerin sağlıklı olan bireylerden ayrıştırılarak hastalığın yayılımını azaltmak ve önlemek için hasta bireylerin belli yerde tutulmasıdır. Bulaşıcılığı yüksek olan hasta grupları için temas ve solunum izolasyonu uygulanan sıkı ve yüksek önlemlerli izolasyon türlerine örnek gösterilebilir. Pandemi öncesinde ve ilk aşamada enfekte olma konusunda ciddi belirsizlik ve yanlış bilgilendirme ile önleme ve iyi yönetim konusunda ciddi bir belirsizlik bulunmaktadır. Özellikle pandeminin bitip bitmeyeceği ile ilgili karışıklıklar mevcuttur ve hatta salgınlar dalga dalga tekrarlayabilmektedir (Koçak ve Harmancı, 2020).

Bu bağlamda bulaşıcı hastalık belirtilerine sahip bireylerin, sağlıklı olan bireylerden uzak kalmalarını sağlamak için de fiziksel ayrılığın sağlandığı ve devletler tarafından da yasalarla desteklenerek alınan önlemlerde izolasyon olarak da tanımlanabilmektedir. Tüm dünyada Covid-19 enfeksiyonundan korunmak için basit bireysel önlemler arasında maske takmak ve sosyal mesafe kurallarına uymak olarak tanımlanmaktadır (Emiral, Çevik ve Gülümser, 2020).

Bulaşıcı olan hastalığın görüldüğü bölge veya o bölgede yaşayan. Enfekte olan ya da enfeksiyon açısından risk altında olan bireyleri yargılama, suçlama, korku duyma ve şüpheyle yaklaşım, konuşmamak, dışlama davranışları da damgalama olarak nitelendirilmektedir. Dünya tarihi boyunca salgın hastalık sebebi ile risk altında bulunan birey veya gruplar enfeksiyon kaynağı olarak damgalanıp ayrımcılığa maruz bırakılmışlardır. Enfeksiyonun ortaya çıkarmış olduğu mortalite ve morbiditenin azaltılabilmesi için uygulanan sosyal mesafe, karantina ve izolasyon bir şekilde damgalanmayı arttırabilmektedir (Dizer ve Demirpek, 2009).

Salgın hastalık kontrolünde olan hasta bireylerin tedavisi, bulaşmanın önlenmesi ve sağlıklı olan bireylerin korunabilmesi en temel yapılması gerekenler arasında bulunmaktadır. Bu amaç doğrultusunda kontrol kriterleri etken, taşıyıcı ve bulaşma yolu enfeksiyon hastalığın oluşumunun şartları ya da parçalarından birine yönelik olmaktadır. Kontrol kriterleri yani koruma tedbirleri araştırılan hastalığa göre değişebilen ve salgın araştırma esnasında olabildiğince erken dönemde belirlenmektedir. Alınan tedbirler ve sektörlerin yapılması gerekenleri sağlık üst kurul karara bağlamaktadır (Aydın, 2006).

Klinik tanılarına göre tedavi başlatıldıktan sonra konulan tanının kesinleşmesiyle birlikte uygun olan tedavinin uygulanmasına geçilmektedir. Covid-19 döneminde sağlık kurumlarına artan talep dolayısı ile ilaç, gerekli olan malzeme ve sağlık personeli desteği de sağlanmalıdır. Ayrıca hastalığın yayılımını durdurabilmek için salgın hastalığa özel olarak ilaç, serum, dezenfeksiyon, bağışıklığı sağlama gibi buna bağlı olarak toplum için genel önlemler yani toplumu tarama, beslenme önerileri, çevre düzenlemesi, sağlık eğitimleri alınmalıdır. Salgın hastalıklarda yapılan tüm önlemlere rağmen vaka görülüyorsa alınan önlemlerin yetersizliği ilk olarak düşünülmelidir. Vaka sürveyansı için salgın hastalık sonrası kontrol önlemleri dikkatli bir şekilde izlenmelidir (Kamer ve Çolak, 2020).

Sosyal İzolasyon, Karantina ve Psikolojik Etkileri

Covid-19 Çin'de çıkan basit bir virüs olmadığı anlaşılmış ve tüm beden sağlığının, ruh sağlığının, ilişkilerin ve birey olarak davranış, düşünce ve tutumların tamamı ile kökten değiştirdiği görülmüştür. Sonuç olarak; ruhsal hastalıklar beden yoluyla semptom verebilirken; bedensel hastalıklar da doğrudan ruhsal durumu etkilemektedir. COVID-19 fiziksel bir hastalık olmanın ötesinde sosyal, psikolojik ve ekonomik boyutlarda büyük etkiler yaratan bir salgın

durumundadır. Biyopsikososyal bir bütün olan insanı her yönü ile etkileyen COVID-19 pandemisinin psikosomatik yönü göz ardı edilmemelidir. Ruh ve beden var olmak için birbirine muhtaçtır (Baltacı ve Coşar,2020).

Covid-19 salgını ülkemiz dâhil tüm dünya nüfusunu oldukça önemli derecede olumsuz etkilemiştir. Toplumlarda sağlık çalışanları, kronik fiziksel hastalığı olanlar, çocuk, ergen ve yaşlı nüfus ve kronik ruhsal hastalığı olan özel gruplar çok daha riskli gruplar olarak karşımıza çıkmaktadırlar. Kronik ruhsal hastalığı olan bireyler genel popülasyona oranla daha çok fiziksel sağlık sorunu yaşamakta, kendi bakım aktivitelerini yerine getirmede ve sağlıklı yaşam biçimini sürdürmede daha çok zorlanmakta ve bu durum Covid-19 virüsünün bulaşma riskini arttırmaktadır. Kronik ruhsal hastalığı olan bireylerin salgın döneminde ve sonrasında psikolojik, sosyal ve ekonomik etkilenme durumlarına yönelik tetikte olunması ve gereken önlemlerin alınarak girişimlerin erken dönemde planlanması oldukça önemlidir(İnce,2020).

Salgın hastalık döneminde toplumdaki bireylerin psikolojik tepkileri, salgın anında ve salgın bittiğinde salgın hastalığın yayılımında, bireylerde yaşanan duygusal ve sosyal problemlerin şekillenmesinde çok önemli bir role sahip olmaktadır. Salgın hastalıkların psikolojik olarak sağlık ve refah üzerindeki etkilerini hafifletebilmek ve yönetebilmek adına bir kaynak sağlamadığı da görülmektedir. Salgın hastalığın akut döneminde, sağlık yöneticileri test, hastaların bakımı ve bulaşın önlemesine yönelik öncelikler vermektedirler ancak bireylerin psikolojik ihtiyaçları da göz önünde bulundurulmalıdır. Salgın hastalık döneminde toplumun sağlığını ilgilendiren salgın durumları bireylerde yalnızlık, şaşkınlık, güvensizlik ve özellikle etiketlenmeye sebep olurken; toplum içinde ekonomik kayıpları, iş yeri ve okul kapanması, kaynak yetersizliği ayrıca ihtiyaçların yetersiz olarak karşılanması gibi birçok duruma neden olabilmektedir. Bu bağlamda salgın hastalık döneminde yaşanan bu gibi olumsuzluklar yoğun bir stres tepkisine veya psikolojik olarak rahatsızlıkların ortaya çıkmasına, sağlıksız davranışların oluşmasına, madde kullanımının artmasına ve uyulması gereken hijyen kurallarının göz ardı edilmesine neden olabilmektedir(Kardeş, 2020).

Salgın hastalıklarla ilgili yapılan psikolojik çalışmalar da salgın döneminde toplumların etkilenerek duygusal sıkıntılar yaşadığını göstermektedir. Bu bağlamda COVID-19 salgınından etkilenen tüm ülkelerin psikolojik olarak olumsuz bir şekilde etkileneceği kesin olarak bakılmaktadır. Bununla birlikte salgın hastalık döneminde büyük sorunlardan biri de ekonomik krizin bireylerde yaşanan belirsizlikler nedeni ile iktidar düşüncelerinin oluşmasına neden olmaktadır. Covid-19 benzerliğinden dolayı sıradan bir grip semptomu olan bireyde bile stres ve korku psikolojik sıkıntıları ortaya çıkartabilmektedir. Şüpheli vakanın az olması, semptom göstermemesi, hafif bir semptom göstermesi, salgın hastalığın ölüm oranının düşük seyretmesi bile psikolojik etkilerin çok daha ciddi olmasına neden olabilmektedir (Bekaroğlu, Yılmaz,2020).

Yapılan birçok çalışmalarda görülen COVID-19 enfeksiyonuna yakalanan ya da enfekte olduğu düşünülen hastaların can sıkıntısı, korku, yalnızlık hissi, öfke, kaygı ve uykusuzluk gibi çok yoğun duygusal ve davranışsal tepkiler gösterdikleri gözlemlenmiştir. Ortaya çıkan bu gibi tepkiler travma sonrası stres bozukluğu, panik bozukluk gibi bozukluklarla ayrıca paranoid ve psikotik belirtiler ve intihar ile ilişkilendirilmektedir. Ortaya çıkan bu semptomlar daha çok karantinaya alınmış hasta bireylerde daha fazla yaygın olarak görüldüğü belirtilmiştir (Erdoğan ve Hocaoğlu,2020).

Bilişsel bir bileşen olan kaygının açıklanması zor bir durum ya da bireye rahatsızlık veren durumların anlaşılması olarak ifade edilmektedir. Bu bağlamda duygusal bir durum olarak da

kabul edilmektedir. Kaygı, endişeli düşünceler, gerginlik, fiziksel değişiklikler ile birlikte ortaya çıkan bir duygu olarak tanımlanmaktadır. Kaygı yaşayan bireyde belirtiler huzursuzluk, kontrolsüz endişe, sınırlı olma hali, motivasyon şeklinde yaşanan tepkiler olarak görülmektedir. Öz yetersizliği düşük olan bireylerde kaygı gibi olumsuz etkiler görülmekte ve olumsuzluk motivasyonu etkilemektedir. Birey yaşanan bu etkiler sonucunda kaçınma, çaresizlik, geri çekilme gibi etkiler sergilemektedir (Çiçek ve Almalı,2020).

Ani sinirlenme, devinim bozukluğu, taşkınlık, kişilik değişimi geçici olarak ve günlük işlerde hafıza kaybı gibi psikosomatik şikayetler ile kendini gösteren psikonevrotik bozukluğa histeri denilmektedir. Bireyin işlevselliğini aksatması, aşırı derece hayal gücünü ve korkularını ifade etmesiyle kendini gösteren nevrotik bir zihinsel hastalığı da temsil etmektedir. Bireyin çevresiyle uyumsuzlukları olmasına karşın gerçek hayatla bağlantısını kopartmamıştır. Birey aşamayacağı engellerle karşılaştığında ve sorunun üstesinden gelemediğinde ümitsizliğe kapılarak sorunlarını bilinçdışına iterek savunma mekanizmaları geliştirir ve inkar etmeyi tercih eder. Oluşan engelleri aşamayan birey çevresi tarafından da eleştirildiğinde ve baskıya maruz kaldığında kızar ve dışa vurmadan içinde tutmayı tercih etmektedir. Üst üste gelen sorunlar sıkıntıları doğurarak bireyin kendisine de huzursuzluk vermektedir. Bu bağlamda yaşanan uzun karantina dönemleri, bireylerde salgın hastalığa yakalanma korkuları, umutsuzluk, salgın hastalıkla ilgili yetersiz bilgi, can sıkıntıları, ekonomik olarak yaşanan zorluklar ve hastalığa yakalanıp damgalanma korkusu da kitlesel bir histeriye neden olabileceği risk faktörleri arasında sayılmaktadır. Ayrıca Covid- 19 hastalığına yakalanan birey ya da şüphe duyan bireylerin yanı sıra bu bireylerin aile ve temasta bulunduğu kişilerde bile psikolojik rahatsızlıkların görülebileceği gibi hasta olan birey sayısının artması da kitlesel olarak da histeriye yol açılabileceğini düşündürmektedir (Özen, 2019).

Bireyin kendisini ya da bir başkasının fiziksel olarak bütünlüğünü tehdit eden korku, çaresizlik gibi duyguları da içinde barındıran ve ağır bir psikolojik travma sonrasında ortaya çıkan mental bir bozukluktur. Bireyin yaşamış olduğu stres verici bir durum karşısında ruhsal olarak yaşanan durumla baş edebilme kapasitesi arasında oluşan bir dengesizlik olarak tanımlanmaktadır ve yaşanan bu durumların etkisi daha uzun sürmektedir (Aykut ve Aykut, 2020).

Bireyde yineleyen beklenmedik ataklar, atakların tekrar tekrar edeceği yönelik bir beklenti anksiyetesi olabileceği ile ilgili senaryo kurarak ve ataklarla alakalı belirgin davranışları gösterme ile seyreden bozukluğa panik bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Panik bozukluk anksiyete bozuklukları arasında sık görülen kronik veya yineleyici olarak seyreden, sosyal ve işlevsel olarak yeti yitimine sebep olabilecek bir bozukluktur (Kır, 2020).

Bütün dünyayı etkisi altında bırakan COViD-19 virüsünün fiziksel etkileri yanında psikiyatrik belirtilere de sebep olduğu da bildirilmektedir. Sinir sistemine tutunmasının yanında enfeksiyonun sinir sistemine de tutunmadan da dolaylı bir şekilde psikolojik belirtileri de olabilmektedir. Wuhan' da başlayan COViD- 19 virüs salgını döneminde yapılan bir çalışmada 18 yaş üzeri ve 4872 bireyin hastalık prevalansı ile medya maruziyeti arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre 18 yaş üzeri olan genel popülasyonun depresyon oranı %48,3, anksiyete oranı % 22,6 olurken depresyon ile anksiyete kombiansyon oranı %19,4 olarak görülmüştür. Bu çalışmaya katılan bireylerin %80 oranındaki fazlası sosyal medya da COViD-19 haberlerine maruz kaldığını bildirmişlerdir. Ayrıca son 1 hafta süresince medya haberlerine yüksek düzeyde maruz kalanların anksiyete sevipleri durumla ilişkili olarak, sosyal medya haberlerine daha az maruz kalanlara göre daha yüksek düzeylerde ve anlamlı olarak saptanmıştır. Bu bağlamda yapılan çalışma sonuçlarına göre sosyal medya haberlerine daha

yüksek oranda maruz kalan bireylerin daha yüksek derecede ruhsal hastalık geliştirdikleri de görülmüştür. Ayrıca COVID-19 tanısı alan 144 bireyle Aynı çalışmada ayrıca COVID-19 tanısı alan ve hastanede yatarak tedavi altına alınan bireylerin anksiyete ve depresyon belirtilerinin yüksek seviyelerde olması ve sosyal desteğe sahip olabilme arasında bir ilişki olduğu da bildirilmiştir (Erdoğan ve Hocaoglu,2020).

Tüm dünya üzerinde görülen COVID-19 salgının neden olduğu ölümler ve acıların ötesinde sosyolojik ve psikolojik etkilerin olabileceği literatür bilgisi altında öngörülebilir. Toplumsal olarak dayanışma ve aile bağlarının güçlü olduğu geleneksel aile yapısının olduğu toplumlarda özellikle yaşlı ve bakıma muhtaç olan bireylerin ihtiyaçlarının karşılanmasında dayanışmanın olduğu ancak aile balarının ve toplumsal dayanışmanın daha az olduğu toplumlarda yaşlı ve bakıma muhtaç bireylerin daha fazla tehdiye maruz kaldıkları görülmüştür. 2020 Wang ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada Covid-19 virüsünün pandemisinde bireylerin psikolojik dayanıklılığı üstünde şiddetli bir şekilde etkisi olduğu bunun yanı sıra ailede ve birey üzerinde olumsuz etkilerine karşı korunmasında önemli olduğu da görülmüştür. 2020 yılında Cullen'in yapmış olduğu çalışmada nüfus üzerinde psikolojik etkileri ve salgının sonrasında hem hastalığın yayılımı hem de yaşanan duygusal sıkıntı ve sosyal bozuklukların oluşumunun şekillenmesinde kritik bir rol oynamaktadır. Geçirilen bu pandemi süreci içerisinde literatür çalışmalarında ruh sağlığı konusu oldukça kısıtlıdır ve ilerleyen süreç içerisinde yapılan tüm çalışmaların sonuçları ile birlikte literatür kapsamı oldukça genişleyecek bu konu ile ilgili net ve detaylı bilgiler elde edilmiş olacaktır (Koçak ve Harmancı,2020).

Sonuç olarak, karantina başlıca bulaşıcı salgınlarla başa çıkmak için gerekli ve etkili bir stratejidir. Bununla birlikte, karantinanın olumsuz psikiyatrik sonuçlarla ilişkili olduğu ve karantinanın psikolojik etkilerinin aylar veya yıllar sonra tespit edilebileceği bildirilmiştir. Bu nedenle, karantina sürecinin bir parçası olarak psikolojik önlemler dikkate alınmalıdır (İzci, Kulacaoğlu ve Beştepe,2021).

Sonuç

Covid-19 pandemisinin fiziksel ve sosyal hayatımızı değil ruhsal bozuklukları da arttırdığı çalışmada yordayıcı olarak bulunduğu tespit edilmiştir. Pandemi beklenmedik bir durum olduğu ve pandemi sürecinin bizleri yeni normallere taşıdığından dolayı beraberinde de farklı sonuçları getirdiği ve bu olay gelişene kadar insanlar normal yaşantılarını sürdürmekteydi gelişen anormallik toplum yapısını bozulmasına neden olduğu gibi ekonomik alanda da etkilerinin olması, sosyal izolasyon, karantina, sosyal mesafe gibi alınan bu tedbirler insanları uyum sürecinde zora sokmuştur. Covid-19 gibi salgın hastalıklarla ilgili bireylerin endişelerinin nasıl değerlendirildiği, nasıl kavramsallaştırdığı ve klinik olarak nasıl değerlendirileceğine dair daha kapsamlı bir araştırma yapılması önerilir. Ayrıca Yaşanan salgın döneminde olumsuz psikolojik etkileri azaltmak için stratejiler geliştirilerek yapılacak araştırma verilerine ihtiyaç olacaktır ve bu araştırma sonuçları toplum nüfusunun psikolojisi ve davranışlarını analiz edebilmek için bütünleştirici parametre olarak kullanılabilir. Covid-19- döneminde virüs salgının dünya üzerinde önemli kırılma olduğu ve toplumlarında bu bağlamda reflekslerini değiştireceği ve uluslararası bütün sistemi ve ekonomiyi kalıcı biçimde dönüştüreceği öngörülmektedir. Yaşanan toplumsal ve ekonomik düzeni sarsan, örseleyen, belirsizlik, endişe, korku vs. insanlar için bir kriz olmuştur.

Özetle, Covid-19 döneminde toplumun bütün yönleri iş, spor, yediklerimiz, nerede yediklerimiz, ne yaptığımız konusunda yaşamımızın tüm yönleri etkilenmiştir. Bu dönemlerde,

toplum içinde yaşanan stres, kaygı, yalnızlık, belirsizlik ve depresyon gibi semptomların önüne geçebilmek için bireylerin zihinsel değerlendirilmeleri, tedavi ve destek hizmetlerinin geliştirilerek uygulanması da gereklidir. Ayrıca salgın döneminin psikolojik yönleriyle mücadele etmek için psikologlar, psikiyatristlerden oluşan ekiplerin oluşturulması ve bu durumdan etkilenen bireyler için psikososyal müdahalelerde bulunması da olumlu yönde etkili olacaktır.

KAYNAKÇA

- Acar, Y., (2020). Yeni Koronavirüs (Covid-19) Salgını ve Turizm Faaliyetlerine Etkisi. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 7-21.
- Akbaba, M., Kurt. B., ve Nazlıcan, E. (2014). Yeni Coronavirus Salgını: MERS-Cov. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 12(3), 217-227.
- Akboğa, Ö. Ş. (2020).Yeni Tip Koronavirüs (Covid-19) Salgını. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*, 3(2), 153-162.
- Akgül, Ö. (2020). SARS-COV-2/Covid-19 Pandemisi. *Tıp Fakültesi Klinikleri Dergisi*, 3(1), 1-4.25(1).
- Akyüz, M. (2021).Salgın Hastalıklar, Sosyal Sorunlar ve Halk Sağlığı Bağlamında Sosyal Hizmet. *Sosyal Hizmet "Social Work"*, 33.
- Araz, A., Harlak, H., & Meşe, G. (2007).Sağlık Davranışları ve Alternatif Tedavi Kullanımı. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(2), 112-122.
- Ayata, R. Ve Çamur, G. (2020). Sosyal Hizmet Perspektifinden Covid-19 Pandemi Süreci Ve Sosyal Sorunlara Yönelik Kriz Değerlendirmesi. *Sosyal Politika ve Sosyal Hizmet Çalışmaları Dergisi*, 1(1), 21-38.
- Aydın, E. Y.,ve Çöl, M. T. D.(2006). *Türkiye'de İl Sağlık Yöneticilerinin Bulaşıcı Hastalık Salgınları ve Kontrolü Konusundaki Bilgi Düzeyleri Uygulamaları ve Salgınlarla İlgili Veriler* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi. Ankara.
- Aykut, S., & Aykut, S. S. (2020). Kovid-19 Pandemisi Ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu Temelinde Sosyal Hizmetin Önemi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 1(1), 56-66.
- Aytaç, Ö., & Kurttaş, M. Ç. (2015). Sağlık-Hastalığın Toplumsal Kökenleri ve Sağlık Sosyolojisi. *Firat University Journal Of Social Sciences/Sosyal Bilimler Dergisi*, 25(1).
- Baltacı NN, Coşar B. COVID-19 pandemisi ve ruh beden ilişkisi. Coşar B, editör. Psikiyatri ve COVID-19. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2020. p.1-6.
- Bekaroğlu, E. ve Yılmaz, T. (2020). COVID-19 ve psikolojik etkileri: Klinik psikoloji perspektifinden bir derleme. *Nesne Dergisi*, 8(18), 573-584. DOI: 10.7816/nesne Dergisi, 08-18-14.
- Bingöl, O. (2017). Sosyolojik Reçetelerle Sağlık. Kaygı. Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Felsefe Dergisi, (28), 159-172.

- Çiçek, B. & Almalı, V. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde kaygı öz-yeterlilik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki: özel sektör ve kamu çalışanları karşılaştırması. *Turkish Studies*, 15(4), 241-260.
- Çubuk, B. (2020). *Covid-19 İle Gelen Kayıp Nesne, Yas ve Depresyon*. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(21), 90-99.
- Dhama, K., Khan, S., Tiwari, R., Sircar, S., Bhat, S., Malik, YS, ... & Rodriguez-Morales, AJ (2020). Coronavirus Disease 2019 – COVID-19. *Clinical Mikrobiology Reviews*, 33 (4).
- Dikmen, A. U., Kına, M. H., Özkan, S., & İlhan, M. N. (2020). Covid-19 Epidemiyolojisi: Pandemiden Ne Öğrendik. *Journal Of Biotechnology And Strategic Health Research*, 4, 29-36.
- Dizer, U., & Demirpek, U. (2009). Pandemilerde Kan Hizmetleri. *İnfeksiyon Dergisi*, 23(1).
- Erdoğan, A., & Hocoğlu, Ç. (2020). Enfeksiyon hastalıklarının ve pandeminin psikiyatrik yönü: Bir gözden geçirme. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23(1), 72-80.
- Emiral, E., Çevik, Z. A., ve Gülümser, Ş. (2020). Covid-19 Pandemisi ve İntihar. *Estüdam Halk Sağlığı Dergisi*, 5, 138-147.
- Güreşçi, M. (2020). Covid-19 Salgınında Türkiye’de Kriz Yönetimi İletişimi: Tc Sağlık Bakanlığı. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 53-65.
- Hasöksüz, M., Saraç, F., & Yıldırım, M., (2020). COVID-19: Virüsün Özellikleri Ve Kökeni. *COVID 19: Pandemi Dersleri 2020 (Ss.1-6)*, Ankara: *Türkiye Klinikleri Yayınevi*.
- İnce, S. Ç. Covid-19 Pandemisi ve Kronik Ruhsal Hastalığı Olan Bireylere Yansımaları. *Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(3), 201-220.
- İzci.F., Kulacaoğlu, F., & Bestepe, E. E. Covid-19 Pandemisinde Toplum ve Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı ve Koruyucu Önlemler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(1), 126-134.
- Kara. E., (2020). KOVID-19 Pandemisindeki Dezavantajlı Gruplar ve Sosyal Hizmet İşgücünün İşlevi. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 28-34.
- Karakaş, M. (2020). Covid-19 Salgınının Çok Boyutlu Sosyolojisi ve Yeni Normal Meselesi. *İstanbul Üniversitesi Sosyoloji Dergisi*, 40(1), 541-573.
- Kardeş, V. Ç.(2020). Pandemi Süreci ve Sonrası Ruhsal ve Davranışsal Değerlendirme. *Türkiye Diyabet ve Obezite Dergisi*, 4(2), 160-169.
- Kamer, E., ve Çolak, T. (2020). Covid-19 İle Enfekte Bir Hastasının Operasyona İhtiyacı Olduğunda Ne Yapmalıyız: Cerrahi Öncesi, Cerrahi Sırası ve Cerrahi Sonrası Rehberi. *Turk J Colorectal Dis*, 30, 1-8.
- Kır, G. (2020). *Panik bozukluğu hastalarında obsesif inanışlar ve üst bilişlerin incelenmesi* (Master's thesis, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Koçak, Z. ve Harmancı, H. (2020, Ekim). Covid-19 pandemi sürecinde ailede ruh sağlığı. *Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi*, (5), 183-207.

- Kordalı, G. (2020). Pandemi Sürecinde Çalışanlara Yönelik Riskler Çalışana Destek Ve Özbakım. *İdeal Sosyal Hizmet Dergisi*.
- Özkan, E. T. (2020). Pandemi Nedeni Olan Sars-Cov-2. *Turkey Health Literacy Journal*, 1(2), 95-105.
- Özen, Y. (2019). Körler Ülkesinde Hem Görmek Hem De Sağır Olmak Suçtur!!!. *The Journal Of Social Science*, 3(5), 314-321.
- Tekin, A. Ve Özkul, M. (2007). Sağlık-Hastalık Olgusu Ve Toplumsal Kökenleri. (Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi. Isparta.