المملكة العربية السعودية

وزارة التعليم العالي

جامعة الملك سعود

تلخيص بحث منشور:

العنوان: أثر جائحة فيروس كورونا (كوفيد_١٩) على جودة الحياة والصحة النفسية للأفراد

العنوان بالنص الأصلي: The effect of coronavirus (COVID-19) outbreak on the mental well-being and mental health of individuals

الناشر: WILEY, 111 RIVER ST, HOBOKEN 07030-5774, NJ USA

الباحث: (Sumen, Adem) ; (Adibelli, Derya)

المجلة: Journal Citation Reports

التاريخ الميلادي: أكتوبر 2020

قواعد المعلومات: Web of Science

رابط البحث: https://onlinelibrary-wiley-com.sdl.idm.oclc.org/doi/pdfdirect/10.1111/ppc.12655

إعداد: هيفاء الكثيري

إشراف: أ.د عبدالعزيز بن حسين

الفصل الأول 1442

الملخص:

تم اجراء هذه الدراسة المستعرضة على ٦١٤ فردًا اعمارهم اعلى من ١٨.

النتائج: فيما يتعلق بتفشي فيروس كورونا وجدت الدراسة أن ٨٤.٩٪ من المشاركون خائفون/ قلقون كما وجدت ان المشاكل النفسية لدى الافراد الذين عبروا عن خوفهم وقلقهم من تحول فيروس كورونا إلى جائحة، والذين ذكروا أن البقاء في المنزل بسبب تفشي المرض أثر سلبًا على صحتهم النفسية كما ارتفعت حالات العنف الاسري بسبب ازدياد تفشي المرض.

الممارسة التطبيقية: سبب تفشي فايروس كورونا الخوف والقلق في المجتمع مما اثار العديد من اعراض المشاكل النفسية.

الكلمات المفتاحية: فايروس كورونا، كوفيد_١٩ ، جودة الحياة، الصحة النفسية، علم النفس.

المقدمة:

على الرغم مما ورد في بعض الدراسات حول فيروس كورونا الذي تم التعرف عليه لأول مرة في مدينة ووهان في الصين في نهاية عام ٢٠١٩ والذي يشبه متلازمة الالتهاب التنفسي الحاد ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية الا انه يُعتقد أن فيروس كورونا الجديد قد بلغ أشد موجة تفشي له يشهدها التاريخ البشري. كما ذكرت الدراسة أن فيروس كورونا الجديد يتفشى في جميع أنحاء العالم بسبب قدرته العالية بالتسبب بالمرض والوفاة. وهناك اجماع واسع أن فيروس كورونا ليس من شأنه أن يؤثر فقط على الصحة الجسدية ولكن من شأنه أن يؤثر ايضًا على الصحة العقلية يرى علم الامراض النفسية أن هذه الجائحة تعد شكل جديد من اشكال الصدمات والضغوطات النفسية. وعواقب جائحة كوفيد ١٩ من الناحية النفسية والصحة العقلية خاصة يجب ان تؤخذ في عين الاعتبار خاصة لدى المجموعات الاربعة التالية: أ- الافراد الذين يتعرضون بشكل مباشر او غير مباشر مع الفايروس ب- الافراد الهشين الذين يعانون من مصدر ضغط بيولوجي او نفسي منهم الذين يعانون من مشاكل عقلية ج. و الكوادر الصحية (بسبب تعرضهم العالي للفيروس) د . الاشخاص الذين يتابعون القنوات الاعلامية والاحترازات الوقائية للجائحة مثل (الحجر المنزلي والتباعد الاجتماعي والعزل الذاتي من شأنها ان تهدد الصحة النفسية والتي تعرف انها عوامل خطر للإصابة بعدة اضطرابات عقلية من ضمنها الفصام والاكتئاب الحاد.

اذا تزايدت المخاوف بشأن الوباء لفترة طويلة فقد تزيد من خطر الإصابة بالاضطرابات لدى الذكور والإناث البالغين وتلك الاضطرابات تتضمن الذعر والوسواس القهري و الإجهاد والاضطرابات المرتبطة بالصدمات. وبما أن غسل اليدين يُعد أهم خطوة للوقاية من أن تصبح سلسلة انتشار العدوى عملية مستمرة وفكرة أن الأيدي متسخة دائمًا وغير نظيفة بحد ذاتها قد تزيد خطورة الاصابة بالوسواس القهري فمن اهم المخاطر الرئيسية للعزل الاجتماعي (احدى التدابير الاحترازية لمواجهة الجائحة) هو زيادة العنف الاسري حيث ورد في تقرير الامم المتحدة أن تعرض المرأة للعنف والقتل غالبًا ما يحدث في المنزل .وفي جميع دول العالم اصبح البقاء في المنزل ضروري كإجراء احترازي لمواجهة الجائحة اصبح من شأنه أن يزيد احتمالية التعرض للعنف كما صرحت منظمة الصحة العالمية عن ارتفاع معدلات العنف الاسري في العديد من الدول بسبب جائحة كوفيد ١٩ .

تعرض كبار السن وهم من اكثر الفئات عالية الخطورة للإصابة بكوفيد ١٩ للهلع والقلق بسبب عدم توفر المعلومات المعرفية الكافية عن المرض كما تعرض الاطفال وهم ايضا من احدى الفئات الحساسة لتدفق المعلومات المفرطة كنتيجة للضغط والقلق لدى الكبار من حولهم مما ادى للشعور بالغموض لدى الأطفال، كما ان الممرضين يعملون في الخط الامامي لمواجهة هذه الازمة الصحية العامة والتي يعرفها العالم الان بجائحة كوفيد١٩ فيعتبر احد اكثر المشاكل الصحية العامة الطارئة هو ان الصحة النفسية لتلك الفئة (الممرضين والممرضات) مهددة بشكل كبير. تهدف هذه الدراسة لقياس أثر جائحة كوفيد ١٩ على جودة الحياة والصحة النفسية على الافراد كما نريد الاجابة على اسئلة البحث التالية:

- ماهي الصحة النفسية – حصر موجز لمعدل الاعراض لدى المشاركين؟
- ماهي أكثر الخصائص المتعلقة بتفشي فيروس كورونا شيوعًا بين المشاركين؟
- ماهي الخصائص المتعلقة بتفشي جائحة كورونا التي تؤثر على الصحة النفسية ونموذج حصر معدل الأعراض لدى المشاركين؟
- ما هي الخصائص الاجتماعية والديموغرافية والمرضية ذات الصلة التي تؤثر على الصحة النفسية، ونموذج حصر معدل الأعراض لدى المشاركين؟

المنهجية والعينة:

أُجريت هذه الدراسة الاستطلاعية في مايو ١-٣١ ٢٠٢٠ بعدما تم التعرف على اول حالة اصابة بفيروس كورونا في تركيا ١١-مارس ٢٠٢٠ وتزامنت عملية انتشاره بشكل سريع مع التعرف على الاجراءات الاحترازية الاجتماعية.

بعدما تم الاعلان عن اول حالة اصابة في البلد بدأت العزلة الاجتماعية و انتشرت حالة من الهلع في المجتمع. وفقًا للإجراءات الاحترازية لفيروس كوفيد ١٩ تم اجراء الدراسة باستخدام ادوات جمع بيانات اونلاين (عن بعد) من خلال وسائل التواصل الاجتماعي. لذلك يعد التعداد السكاني كاملًا مجتمعًا للدراسة ويعد الاشخاص الذين تمكنوا من الوصول للاستبيان وتعبئته عينة الدراسة. وتم استبعاد من تقل اعمارهم عن ١٨ سنة.

المقاييس:

وفقًا للإجراءات الاحترازية لفيروس كوفيد ١٩ تم اجراء الدراسة بأدوات جمع بيانات عن بعد من خلال وسائل التواصل الاجتماعي تم تطبيق النموذج الاجتماعي لقياس الخصائص الديموغرافية ومقياس SPWB أي مقياس الصحة النفسية ومقياس BSI أي نموذج حصر الاعراض ولجمع المعلومات تم اخبار المشتركين ان المشاركة تطوعية وقاموا بالتوقيع قبل اجابتهم على اسئلة الاستبانة.

النموذج الاجتماعي الديموغرافي:

يتكون من جزئين ويحتوي على ١٨ سؤال الجزء الاول يحتوي على ١٠ أسئلة عن الخصائص الديموغرافية و في الجزء الثاني ٨ أسئلة عن جائحة كورونا.

مقياس SPWB

يعتبر اداة قياس ذاتيه تم اعداداها بواسطة دانيل واخرون. بغرض قياس صحة الافراد النفسية وعافيتهم بناءً على الاجابات التي يدلون بها يحتوي هذا المقياس على ثمانية عناصر وبٌعد واحد ويعتبر مقياس من مقايس ليكرت وذو سبع نقاط. لا يحتوي هذا المقياس على عنصر درجات عكسية حقق هذا المقياس اعلى درجات الصحة النفسية. وأعلى درجة يمكن الحصول عليها من هذا المقياس هي ٥٦ وأقل درجه هي ٨ ارتفاع الدرجة يدل على ارتفاع الصحة النفسية. تم قياس المصداقية والموثوقية للنسخة التركية بواسطة فايدن واوسته.

BSI

يعتبر BSI من مقاييس ليكرت وذو ٥٣ درجة تم اعداده للتعرف على المشاكل النفسية في شتى الحالات الطبية. يحتوي على تسعة مقاييس فرعية ثلاثة منها مؤشرات عالمية ودرجات اضافية اخرى. كلما ارتفعت الدرجة التي يتم الحصول عليها في هذا المقياس كلما اشار ذلك الى تفاقم الاعراض النفسية التي يعاني منها الفرد. والمقاييس التسعة الفرعية لهذا المقياس يتم تحديدها لتشمل الرهاب والقلق والوسواس القهري واضطرابات السيكوسوماتية والحساسية الشخصية والاكتئاب والبارانويا واضطرابات الاكل والشرب واضطرابات النوم والموت والتفكير فيه والشعور بالذنب ويحصل الشخص على نقاط من صفر الى ٤ لكل خيار.

الأساليب الإحصائية:

تم تقييم تحليل البيانات باستخدام الحزمة الاحصائية IBM وبالنسبة لبرمجيات وتحليل الخصائص الاجتماعية تم استخدام الاحصاء الوصفي باختبار Mann–Whitney U وتحليل التباين لكروسكل والس. كما تم تقييم التوزيع الطبيعي باستخدام اختبار كولموغوروف–لسميرنوف واستخدمت الاختبارات اللامعلمية في تحليل المتغيرات العددية التي لم تظهر في التوزيع الطبيعي. تم تقييم الحالات التي يكون فيها مستوى الخطأ من النوع ١ أقل من ٥٪ على أنها ذات دلالة إحصائية.

النتائج:

يمثل الاناث ٦٩.١% من مجموع المشتركين كما أن ٤٨.٢% منهن متزوجات ويتراوح متوسط اعمارهن ما بين ٣١

٥٨.٣% من المشاركين طلاب جامعيين و ٥٨.٣% منهم يتساوى مصدر دخلهم مع نفقاتهم و ٢٠% منهم يعملون في القطاع الصحي و ٢٧.٩% لديهم قريب يعمل في القطاع الصحي

كما وجدت الدراسة ان اكثر من نصف العينة أي ما يقارب ٥٢.١% يتمتعون بصحة جيدة و ١٤.٨% لديهم مرض مزمن واحد على الاقل و ٦.٤% منهم يعانون من مرض نفسي واحد على الاقل

وفيما يتعلق بجائحة كورونا فأن ٨٤.٩% من المشاركين خائفون وقلقون بينما ٦٥.٣% ملتزمين بتعليمات وزارة الصحة والجهات الحكومية ٩٨%.

من المشتركين اتبعوا الاجراءات الاحترازية بينما صرح ٣٥.٣% بانهم لم يعملوا وصرح ٢٩.٠% بانهم اخذوا اجازه من العمل

كما وجدت الدراسة أن ٦.٣% من المشاركين تم خضوعهم واقاربهم لفحص كورونا وهذا الفحص تم اجرءه غالبًا على الاقارب من الدرجة الاولى يمثلون نسبة (٣٦.٤%) والاقارب من الدرجة الثانية يمثلون ٣١.٨%والاقارب من الدرجة الثالثة يمثلون نسبة ١٨.٢% والاقارب وأنفسهم يمثلون ١٣.٦% على التوالي .٣١.٦% من فحوصات كورونا التي تم اجراءها كانت ايجابية

وفي المجموع ٦١.٩ % من المشتركين صرحوا البقاء في المنزل وبسبب جائحة كورونا اثر على صحتهم النفسية بشكل سلبي و ١٩.٢% صرحوا بأن العنف الاسري ازداد ٢٠.٧% عبروا عن حاجتهم للدعم النفسي.

كما رصدت الدراسة أن أولئك الذين ذكروا أن حالات العنف الاسري ارتفعت مع جائحة فيروس كورونا وأولئك الذين عبروا عن حاجتهم إلى دعم نفسي كان لديهم متوسط إجمالي نقاط SPWB أقل بينما كان إجمالي BSI وجميع درجات متوسط الدرجات الفرعية أعلى

كما يتضح من درجات مقياس المشاركين أن إجمالي درجات الافراد وفقًا لمقياس SPWB وفقًا لخصائص معينة وهي من تبلغ أعمارهم ٣١ عامًا أو أقل والذين لديهم دخل أعلى والذين يتمتعون بصحة جيدة والذين ليس لديهم مرض مزمن حصلوا على درجات أعلى

كما اتضح من الدراسة أن الأفراد الذين تبلغ أعمارهم ٣١ عامًا أو أقل، والنساء العازبات وغير المتعلمين وذوي الدخل المنخفض والذين لا يتمتعون بصحة جيدة والذين يعانون من مرض مزمن واحد على الأقل والذين يعانون من مرض نفسي لديهم درجات أعلى بمقياس BSI

المناقشة:

تم في هذه الدراسة قياس اثر جائحة كورونا على الصحة النفسية للأفراد. واتضح ان الحجر المنزلي بسبب جائحة كورونا أثر بشكل سلبي على الصحة النفسية و رفع نسبة حالات العنف الاسري و زادت الحاجة للدعم النفسي . صرحت منظمة الصحة العالمية بارتفاع حالات العنف الاسري بسبب جائحة فيروس كوفيد ١٩ فقد قامت بعض الدول بزيادة عدد الملاجئ لدعم ضحايا العنف الاسري .كما ان هناك عدة عوامل ساعدت على ارتفاع العنف الاسري الى جانب الجائحة وهي اغلاق العديد من اماكن العمل و العطالة من العمل وما تسببه من فقر و عدم المقدرة على الحصول على الاحتياجات الاساسية و الاحساس اللاوعي بفقدان الحرية و العديد من الاسباب التي اثارت العنف الاسري. ولكن من المهم للحد من التعرض للاضطرابات النفسية أن تكون المعلومات المقدمة من الجهات الحكومية موثوقة و ان يتم الحد من العزل الاجتماعي عن طريق التواصل عن بعد مع الاصدقاء و العائلة . المحافظة على الجانب البيولوجي مهم جدًا في هذه الفترة من خلال توفير النوم و التغذية بشكل منتظم و كافي . وينبغي ان يعي الافراد ان العزلة ماهي الا مجرد فتره انتقاليه و ان هذه العزلة ليست فقط للحفاظ على صحتنا وانما من اجل حماية الجميع ايضًا . الصحة النفسية للمشاركين في هذه الدراسة كانت متوسطة و لكنها مرتفعة في دراسات اخرى تم اجرائها مع مشتركين اخرين.

مصطلح جودة الحياة يتضمن العلاقات الاجتماعية و التمتع بعلاقات اجتماعية مرضية وداعمه و بذل مجهود لجعل الاخرين يشعرون بالسعادة، الشعور بالاحترام من قبل الاخرين و ان يكون لدى الانسان هدف و معنى لحياته و الانخراط في انشطه تعزز الثقة بالنفس و ان يكون الانسان متفائلًا كما يُعتقد أن الجائحة زادت من القلق لدى الافراد فبقائهم في المنزل خفف من تواصلهم

الاجتماعي مما اثر على صحتهم النفسية بشكل سلبي و زادت الاعراض النفسية لديهم سوءا، فالخوف و القلق من جائحة فيروس كورونا رفعت من مستوى الاصابة بالوسواس القهري و الحساسية الشخصية و الاكتئاب و القلق و العدوانية و الرهاب.

كما يُعتقد أن القلق و الخوف و التخوف من جائحة فيروس كورونا مؤثرة بنفس مقدار تأثير الفيروس مما يسبب العديد من العواقب النفسية والاجتماعية فهذا الخوف والقلق جعل الناس يقومون بتخزين الاغذية والمعقمات و كما جعلهم ايضًا يرتدون القفازات حتى في المنزل خوفًا من انتقال العدوى من الفايروس في المنزل. الاطفال هم احدى الفئات التي تعرضت للخوف والقلق من شيء غير معروف او مرئي بالنسبة لهم. ومما اثار المخاوف أيضا هو عدم توفر المعلومات الكافية عن تأثير فيروس كوفيد ١٩ على المستوى الشخصي و العالمي بالإضافة للتأثيرات النفسية للحجر المنزلي ومن اجل المساعدة على احتواء القلق و تقديم تركيز مشترك ينبغي أن نجعل ردود الافعال العاطفية سوية وأن نؤكد للأطفال أن افراد العائلة سيعتنون ببعضهم.

كما وجدت الدراسة ان الصحة النفسية لدى الافراد الذين يأخذون المعلومات من الجهات الحكومية الموثوقة مثل منظمة الصحة العالمية كانت ممتازة بينما ارتفعت مستويات الاضطرابات السيكوسوماتية والوسواس القهري والحساسية الشخصية والاكتئاب والقلق العدوانية والرهاب والذهان لدى الذين تلقوا المعلومات من أصدقائهم .إن التعرض لمعلومات مستمرة ومتغيرة عن المسببات المرضية وعلم الأمراض وتطور الوباء وطفرة الجينات الفيروسية وإجراءات الحماية والعديد من الأمور الأخرى، يسبب الخوف والقلق في المجتمع، كما ان شبكات الانترنت تنشر كمية كبيرة و عشوائية من الاخبار و هذا الكمية من المعلومات تم تعريفها ب" الجائحة المعرفية " وتشكل خطورة انتشارها خطُرا اكبر من انتشار الفيروس نفسه من ناحية خلق الغموض و القلق وهذا الامر يجب ان يتم تنظيمه عن طريق نشر تقارير يوميه عالمية ومحلية لإخبار المجتمع عن طريق منظمة الصحة العالمية و وزارات الصحة في كل دولة.

كما عانى المرضى كبار السن وهم احدى الفئات عالية الخطورة للتعرض لفيروس كوفيد ١٩ للهلع و القلق بسبب المعرفة غير الكافية عن المرض و بسبب عدم مقدرتهم للوصول للمعلومات الصحيحة .لذلك يعتبر شرح المعلومات عن الفيروس بطريقة مفهومه و سهلة طريقة لتقديم الدعم المعرفي المستمر و مهم جدًا للصحة النفسية لكبار السن في هذه الفترة .

تم الكشف عن أن مستوى الصحة النفسية للذين بدأوا العمل من المنزل كانت أعلى بينما قلت لديهم مستويات اضطرابات السيكوسوماتية واضطراب الوسواس القهري والحساسية الشخصية والقلق والرهاب. الطريقة الأكثر صحة في جائحة كوفيد١٩ هي العمل من المنزل كلما أمكن. كما ان مستوى الصحة النفسية وفقًا للمؤشر كان اقل لدى الاشخاص الذين خضعوا أو أقاربهم لفحص كوفيد ١٩ بينما كانت درجات اضطرابات السيكوسوماتية، والوسواس القهري والحساسية الشخصية والاكتئاب والقلق والعدوانية والرهاب اعلى.

الشخص الذي خضع لفحص كوفيد ١٩ هو الشخص الذي كان لديه اعراض للمرض .و بغض النظر عن النتيجة الا ان الفحص يسبب الهلع في الحالتين لدى الاشخاص الذين كانوا مخالطين له .وهذا يتوازى مع انخفاض معدلات الصحة النفسية وفقًا لنتائج الدراسة .كما ان الخوف من انتشار الفيروس اثار العديد من الاعراض النفسية و كما كشفت الدراسة أن معدل اضطرابات السيكوسوماتية و الوسواس القهري و الحساسية الشخصية و الاكتئاب و القلق و العدوانية والرهاب قد ارتفعت لدى الاشخاص الذين ذكروا ان البقاء في المنزل بسبب الجائحة اثر سلبيًا على صحتهم العقلية.

كما ذكرت الدراسة ان معدلات الصحة النفسية للأشخاص الذين ذكروا ان " العنف الاسري ازداد لديهم مع الجائحة وانهم يحتاجون للدعم النفسي " كانت قليلة ومعدلات معدل اضطرابات السيكوسوماتية و الوسواس القهري و الحساسية الشخصية و الاكتئاب و القلق و العدوانية والرهاب قد ارتفعت لديهم .

اظهرت التقارير من الصين ومن عدة دول بما فيها الامم المتحدة و الولايات المتحدة أن العنف الاسري ازداد مع الجائحة لان البقاء في المنزل كان احدى الاجراءات الاحترازية في الجائحة فالخسائر الاقتصادية و خسائر الوظائف واغلاق المدارس ايضًا سبب العنف . كما ان العجز عن تلبية الاحتياجات الاساسية نظرًا لتعطل النساء الذين يعملن بشكل غير رسمي مثل العاملات من احتمالية تعرض النساء للعنف والضرر الاقتصادي لهن. ففي هذه الدراسة وجد أن المشاركين الذي تقل اعمارهم عن ٣١ والذين يتمتعون بمصدر دخل عال والذين يتمتعون بصحة جيده والذين ليس لديهم امراض مزمنة يتمتعون بمستويات صحة نفسية عالية. كما ان ليس لدى أي شخص مناعة من الفيروس ذلك يدل على ان أي شخص معرض للإصابة بعدوى الفيروس.

والاشخاص الذين تزيد اعمارهم عن ٦٠ سنة و يعانون من امراض بالقلب او الرئة ومرضى السكري و مرضى السرطان و الذين يخضعون لأدوية مثبطه للمناعة و الذين يعانون من نقص المناعة يعرفون بأنهم اعلى فئة معرضة للعدوى ونظرًا لأنه تم مشاركة المعلومات حول الفئات ذات الخطر العال للتعرض للفيروس في التقارير الدولية، ووسائل الإعلام، وفي المعلومات المقدمة من قبل المؤسسات الصحية في البلدان، فإن أولئك المشمولين في الفئة العمرية للشباب البالغين والذين ليس لديهم أي مرض مزمن يشعرون بتحسن.

تدعم النتائج التي تم الحصول عليها الكوادر الصحية الذين يعملون مع المرضى المصابين في خدمات الطوارئ و وحدة العناية المركزة وقسم العناية التنفسية هم من اعلى الفئات للتعرض للأعراض النفسية . تشكل المعضلة الأخلاقية من ناحية التدخل في المرضى الذين يعانون من حالات حرجة و الحالات الجديدة و الذين يعانون من اصابة معنوية وعملية اتخاذ القرار الأخلاقي خطرًا نفسيًا على المتخصصين في الرعاية الصحية في فترة ما بعد الجائحة. كما قد يواجه العديد من المتخصصين في الرعاية الصحية احتمالية كبيرة للتعرض للمشاكل نفسية وعدم القدرة على مواصلة مهنتهم بسبب اضطراب ما بعد الصدمة في فترة ما بعد الجائحة وقد يكون هناك نقص في المتخصصين في الرعاية الصحية في جميع أنحاء العالم.

التوصيات

يجب تطبيق نموذج بعيد المدى لقياس مصداقية المتغيرات كما ان بعض نتائج هذه الدراسة بَنيت على تقارير المشاركين الشخصية، والاعتماد على أدوات البحث الالكترونية فقط كان عائقًا لتوزيع الاستبيان على مجتمع الدراسة، يجب اجراء ابحاث مستقبلية باستخدام اداة جمع معلومات تسمح بالوصول للمشاركين الذين لديهم قدرات قراءة وكتابة متدنية.

المراجع:

- هوانغ سي، وانغ وي وآخرون. ٢٠٢٠. المظاهر السريرية للمرضى المصابين بفيروس كورونا الجديد. الصين.

- وانغ، ل، ياو، ف وآخرون، ٢٠٢٠. دراسة مقارنة حول السمات السريرية للالتهاب الرئوي COVID-19 مع الالتهابات الرئوية الأخرى. الصين.
- منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢٠. مرض فيروس كورونا، تقرير حالة ٧٤.