

Άρθρο σύνταξης Editorial

Ο κορονοϊός στη ζωή μας

Ψυχιατρική 2020, 31:199–200

Από την αρχή του 2020 έφτασαν στην Ελλάδα τα ανησυχητικά νέα από την Ιταλία αλλά και τα πρώτα γνωστά κρούσματα, μαζί με τους ταξιδιώτες από τους Άγιους Τόπους. Ακολούθησε η Ισπανία, η Γαλλία και όλες οι άλλες χώρες. Από την πρώτη εβδομάδα του Μαρτίου ξεκίνησαν στην Ελλάδα τα περιοριστικά μέτρα και στη συνέχεια η καραντίνα (confinement) με σκοπό να περιοριστεί η εξάπλωση της πανδημίας και να μην πνιγεί το ΕΣΥ από βαριά περιστατικά. Η πολιτική των περιοριστικών μέτρων για την ανακοπή της πανδημίας υπήρξε η διεθνώς αποδεκτή μέθοδος αντιμετώπισης¹ και η γενικευμένη τήρησή τους αποδείχτηκε αποτελεσματική, παρά το σοκ και τις ποικίλες αντιδράσεις από την πρωτόγνωρη, γενικευμένη κατάσταση περιορισμού, διαφορετικής κλίμακας από επιδημίες άλλων εποχών.²⁻⁴ Σε άλλες χώρες τα χαλαρά περιοριστικά μέτρα στοίχισαν χιλιάδες νεκρούς. Τα γενικευμένα περιοριστικά μέτρα έχουν όμως σοβαρές συνέπειες στην ψυχική ισορροπία, την οικονομία και την εργασία και για τον λόγο αυτόν δεν μπορούν να έχουν παρά περιορισμένη διάρκεια.⁵ Η σταδιακή επάνοδος σε κανονικότερους ρυθμούς ζωής ξεκίνησε ομαλά από τον Μάιο. Ήρθε όμως η δοκιμασία των διακοπών και το σταδιακό άνοιγμα της τουριστικής περιόδου, δηλαδή η ανοιχτή επικοινωνία μετακινούμενων πληθυσμών με περιορισμένους, δειγματοληπτικούς ελέγχους για τον ιό και μόνο κατά τόπους περιορισμούς της συνάθροισης πολιτών. Ζούμε τη σταδιακή και σοβαρή αύξηση των κρουσμάτων, με αβέβαιη τη διασπορά τους, με τους ασυμπτωματικούς και νεότερους στην ηλικία πιθανότατα να παίζουν κεντρικό ρόλο στη διάδοση του ιού, ενώ παραμένει ο φόβος της μεγάλης αύξησης των σοβαρών περιστατικών. Τη στιγμή που γράφονται αυτές οι γραμμές, το μόνο μέσο αντιμετώπισης είναι η διατήρηση και κατά τόπους ισχυροποίηση των μέτρων προστασίας, που σταδιακά αντιλαμβανόμαστε ότι ήλθαν για να μείνουν για πολλούς ακόμα μήνες.^{6,7} Ένα σημαντικό πρόβλημα είναι ότι ο αρχικός μικρός αριθμός κρουσμάτων ευνόησε την υποτίμηση του κινδύνου από μέρος του πληθυσμού και οι σοβαρές συνέπειες στην εργασία και τη ζωή των ανθρώπων, μαζί με την απορρύθμιση των σχέσεων εργασίας και κοινωνικής ασφάλισης που νομοθετήθηκε τους τελευταίους μήνες, προσέφεραν ουσιαστικό υλικό στις θεωρίες συνωμοσίας.

Παρακολουθούμε με προσοχή τα καθαρά ερευνητικά δεδομένα για την επιδημιολογική συμπεριφορά του κορονοϊού, καθώς και τα κλινικά δεδομένα, τη συζήτηση για τα φάρμακα που κάνουν ηπιότερα τα συμπτώματα, την επίδραση του ιού στο ΚΝΣ και το αναμενόμενο εμβόλιο ή εμβόλια. Ο δικός μας ρόλος από την αρχή αφορούσε το τεράστιο ψυχολογικό βάρος από μια παγκόσμια κρίση υγείας, με σοβαρότατες συνέπειες στην εργασιακή και κοινωνική ζωή των ανθρώπων και εξίσου την αποφυγή της απορρύθμισης της παρακολούθησης των ασθενών μας και των μονάδων που την εξασφαλίζουν. Κατά τον χρόνο της καραντίνας η τηλεφωνική επαφή, οικεία σε όλες τις γενεές, πρόσφερε πολύτιμη πληροφόρηση και υποστήριξη, οι γραμμές 10306 και 1101 του ΙΣΑ, καθώς και πολλές τοπικές ή εθελοντικές. Αναδείχτηκε και χρησιμοποιήθηκε –και με πρωτοβουλία της ΕΨΕ– η τηλεψυχιατρική, που φαίνεται ότι μπήκε ορμητικά στη δουλειά μας καθώς και στην εκπαίδευση. Ο κεντρικός ή συμπληρωματικός της ρόλος και η ασφαλής χρήση της είναι ζητήματα που συζητούνται ευρύτατα αυτή τη στιγμή.⁸

Τα μέτρα προστασίας από τον ιό επηρεάζουν σοβαρά την ομαλή λειτουργία των υπηρεσιών υγείας και ψυχικής υγείας. Η λύση θα πρέπει να αναζητηθεί στην επείγουσα λειτουργική και ασφαλή τους αναβάθμιση, την πολύ απαραίτητη ενίσχυση του προσωπικού και την οργανωμένη προστασία του από τον ιό και το στρες από την έκθεση στον κίνδυνο, που έχει αναδειχτεί σε σημαντικό παράγοντα για την όσο το δυνατόν ομαλή λειτουργία των μονάδων.⁹ Η χρήση της τηλεψυχιατρι-

κής έχει λύσει μία σειρά από προβλήματα παρακολούθησης, αλλά σε πολλές περιπτώσεις παραμένει συμπληρωματική, καθώς δεν μπορεί να αντικαταστήσει τη φυσική παρουσία στις θεραπευτικές πράξεις. Η ανάγκη όχι μόνο ομαλοποίησης, αλλά αναβάθμισης της παρακολούθησης των ασθενών μας, η ανάγκη ενίσχυσης των μονάδων που παρέχουν βασικές, κοινοτικές υπηρεσίες υγείας και ψυχικής υγείας, φαίνεται και από την αύξηση των περιστατικών ακούσιας νοσηλείας στα ΨΝΑ και ΨΝΘ τους τελευταίους δύο μήνες.

Μια υγειονομική κρίση που επηρεάζει το σύνολο σχεδόν του πλανήτη και την εργασιακή και κοινωνική ζωή των περισσότερων, είναι μείζον κοινωνικό και πολιτικό πρόβλημα που μας αφορά όλους¹⁰ ενώ οι επαγγελματίες της ψυχικής υγείας καλούμαστε να προσφέρουμε τα εργαλεία της επιστήμης μας για να αντιμετωπίσουν οι άνθρωποι μια πολύπλευρη απειλή και ειδικότερα, για να διεκδικήσουμε και να εξασφαλίσουμε τη συνέχιση της θεραπείας των ασθενών μας και τη λειτουργία των μονάδων μας.

Δ. Πλουμπίδης

Ομότιμος καθηγητής Ψυχιατρικής, Πρόεδρος της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρείας

Βιβλιογραφία

1. World Health Organization. *Country & Technical Guidance - Coronavirus disease (COVID-19)*. Available from: www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance
2. Zoumpoulakis St. *On integrity in times of pandemic*. With Camus as a guide. (In Greek). Available from: www.amna.gr/home/article/442579/Gia-tin-timiotita-ston-kairo-tis-epidimias-Me-odigo-ton-Kamu--grafei-gia-to-APE-MPE-o-St-Zoumpoulakis
3. Konstantakopoulos G. *Brief psychosocial dictionary for the pandemic era*. (In Greek). Available from: www.amna.gr/home/article/445302/Epoches-pandimias-Suntomo-lexiko--grafei-gia-to-APE-MPE-o-G-Konstantakopoulos
4. Forty-two quarantine manuscripts. *Anthology*. (In Greek). Evmaros, Athens, Greece, 2020
5. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet* 2020, 395(10227):912-920. doi:10.1016/S0140-6736(20)30460-8
6. Christakis N. At least 40% of the world's 7.6bn people will probably become infected with covid-19. *The Economist*. Available from: twitter.com/TheEconomist/status/1296486673644244992
7. Mossialos E. *Facebook posts on August 8 and 16*. Available from: www.facebook.com/people/%CE%97%CE%BB%CE%AF%CE%B1%CF%82%CE%9C%CF%8C%CF%83%CE%B9%CE%B1%CE%BB%CE%BF%CF%82/100045796247437
8. Panhellenic Medical Association, 4.5.20. Press Release. Available from: pis.gr/106289/%CE%B4%CE%B5%CE%BB%CF%84%CE%AF%CE%BF-%CF%84%CF%8D%CF%80%CE%BF%CF%85-%CE%BF%CE%B4%CE%B7%CE%B3%CE%AF%CE%B5%CF%82-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CF%80%CF%81%CE%BF%CF%8B%CF%80%CE%BF%CE%B8%CE%AD%CF%83%CE%B5%CE%B9/
9. Basu D. The Plague by Albert Camus. *The COVID 19 Pandemic, and the Role of Social Psychiatry – Lessons Shared, Lessons Learned*. *World Social Psychiatry* 2020, 2:51 56. doi: 10.4103/WSP.WSP_67_20
10. Wasserman D. *Suicide Prevention During and After the COVID-19 Pandemic Evidence-Based Recommendations 2020*. On behalf of the World Psychiatric Association – Section of Suicidology. Available from: www.wpanet.org/post/suicide-prevention-during-and-after-the-covid-19-pandemic-evidence-based-recommendations