

GEBELİKTE RUH SAĞLIĞI PROBLEMLERİNE YENİ BİR ETKEN: COVID-19AYŞE NUR ATAŞ¹, FATMA BAY²

1ARŞ. GÖR., SELÇUK ÜNİVERSİTESİ, SAĞLIK BİLİMLER FAKÜLTESİ, EBELİK BÖLÜMÜ, KONYA
2ÖĞR. GÖR., KTO KARATAY ÜNİVERSİTESİ, SAĞLIK BİLİMLERİ YÜKSEKOKULU, EBELİK BÖLÜMÜ, KONYA

ÖZET

Koronavirüs hastalığı tüm dünyada bireyleri fiziksel ve ruhsal olarak olumsuz bir şekilde etkilemiştir. Ancak salgının fiziksel etkilerine odaklanılırken bireylerde oluşturduğu ruhsal etkiler geri planda kalmıştır. Salgın dönemlerinde bireylerin ruhsal problemler yaşayabileceği bilinmektedir. İnsanlardaki ruh sağlığı durumunu etkileyebilen böylesine ciddi bir salgının, savunmasız bir grup olan gebelerdeki ruh sağlığını etkilemesi kaçınılmazdır. Gebelik döneminde ruh sağlığı problemleri normalde de oldukça sık görülmektedir. Salgın dönemi gebelikteki bu ruhsal problemleri daha da artırmaktadır. Salgın sürecinde gebelerde ruhsal durumda dalgalanmalar, depresyon, anksiyete, stres, kaygı, travma sonrası stres bozukluğu ve kendine zarar verme düşüncesi gibi problemler yaşayabilmektedir. Ayrıca hastalığın gebeler üzerindeki ruhsal etkileri bazı sosyo-demografik özellikler ve daha önce yaşanan psikiyatrik bozukluklar gibi nedenlerle normalden daha fazla olabilmektedir. Bu nedenlerle salgının perinatal dönemdeki kadınların ruh sağlığına etkilerini saptamak, ruh sağlığı ile ilişkili faktörleri belirlemek, erken müdahale yöntemlerini harekete geçirebilmek ve kanıta dayalı uygulamalar gerçekleştirebilmek adına önemli olacaktır.

Amaç: Covid-19 salgınının gebelerin ruh sağlığına etkisini inceleyen sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu derlemenin amacı Covid-19 salgınının gebelerde sebep olduğu ruh sağlığı problemlerini ilgili literatür ışığında tanımlamaya çalışmak, gebe kadınlardaki risk faktörlerini belirlemek ve sorunlara yaklaşımda önerileri sunmaktır.

Anahtar Kelimeler: anksiyete, covid-19, depresyon, gebelik, ruh sağlığı, salgın

ABSTRACT**NEW FACTOR IN MENTAL HEALTH PROBLEMS DURING PREGNANCY: COVID-19**

Coronavirus disease has negatively affected individuals physically and mentally all over the world. However, while focusing on the physical effects of the epidemic, the mental effects it created on individuals remained in the background. It is known that individuals may experience mental problems during epidemic periods. It is inevitable that such a serious epidemic, which can affect the mental health status of people, will affect the mental health of pregnant women, who are a vulnerable group. Mental health problems during pregnancy are normally also quite common. These mental problems during pregnancy can increase even more, during the epidemic period. During the epidemic process, pregnant women may experience problems such as fluctuations in mental state, depression, anxiety, stress, anxiety, post-traumatic stress disorder and the thought of harming themselves. In addition, the mental effects of the disease on pregnant women may be higher than normal due to some socio-demographic characteristics and previous psychiatric disorders. For these reasons, will be important to determine the effects of the epidemic on the mental health of women in the perinatal period and the factors related to mental health, to activate early intervention methods and to implement evidence-based practices.

Aim: There are a limited number of studies examining the effect of the Covid-19 epidemic on the mental health of pregnant women. The aim of this review is to try to define the mental health problems caused by

the Covid-19 epidemic in the light of the relevant literature, to determine the risk factors in pregnant women and to offer suggestions for approaching the problems.

Keywords: anxiety, covid-19, pregnancy depression, mental health, outbreak

1.GİRİŞ

Yeni koronavirüs hastalığı (Covid-19) ilk olarak Çin’de 31 Aralık 2019 tarihinde bildirilmiş ve ardından ülkeler arası hızla yayılması sebebiyle Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi ilan edilmiştir (T.C. 2020a; WHO 2020a). Dünya genelinde hastalığa yakalanan kişi sayısı 24 Haziran 2020 tarihinden itibaren 9 milyonu, hastalıktan hayatını kaybeden birey sayısı ise 473 bini geçmiştir (WHO 2020b). Ülkemizde ise ilk Covid-19 bildirim 11 Mart 2020’de yapılmış ve Haziran ayı itibariyle toplam 201.098 kişinin etkilendiği tespit edilmiştir (T.C. 2020a; 2020b).

Koronavirüs hastalığı tüm Dünya’da bireyleri olumsuz bir şekilde etkilemiştir. Fizyolojik olarak insanlarda ateş, öksürük, boğaz ağrısı, nefes darlığı, kas ağrısı, kusma ve ishal gibi belirtiler göstermektedir (Chen vd., 2020). Fiziksel etkileri insanlarda yıkıcı sonuçlara neden olurken ruh sağlığı üzerinde de önemli problemlere sebep olabilmektedir. Ancak salgının fiziksel etkilerine odaklanılırken, ruh sağlığı üzerine etkisi hakkındaki veriler yeterli değildir. (Wang vd., 2020). Salgın sırasındaki ruh sağlığı sorunlarına en iyi cevabın nasıl verileceği de henüz bilinmemektedir. Halk arasında vaka ve ölüm sayıları ile birlikte panikte artmaya devam etmektedir. Salgın aşamasında bireylerde depresyon, anksiyete, panik atak, psikotik semptomlar ve hatta intihar gibi bir dizi psikiyatrik hastalık görülebilmektedir. Karantina süreçlerin de insanlar can sıkıntısı, yalnızlık, öfke ve belirsizlik duygusu yaşayabilmektedir (Rajkumar 2020; Wu vd., 2020). Önceki yıllarda yaşanan Ağır Akut Solunum Yolu Yetersizliği Sendromu (SARS) salgınında yapılan araştırmalarda bireylerin korku, yalnızlık, can sıkıntısı, öfke, endişe Wu vd., 2003), travma sonrası stres bozukluğu, karantina süresi arttıkça şiddetlenen depresyon belirtileri (Hawryluck vd., 2004) gösterdikleri bulunmuştur. Covid-19 ile ilgili yapılan yeni çalışmalarda ise bireylerin salgın nedeniyle orta veya şiddetli düzeyde psikolojik değişiklikler sonucu depresyon, anksiyete ve stres yaşadıkları bildirilmektedir (Luo vd., 2020).

Gebe ve fetüsler savunmasız olduklarından dolayı yüksek riskli bir grubu temsil etmektedirler. Özellikle gebelerin solunum yolu hastalıklarından etkilendiği ve bu durumun enfeksiyon kaynaklı morbidite ve mortalite ile sonuçlandığı bilinmektedir. Covid-19 hastalığına bağlı şiddetli akut solunum yolu sendromunun da gebeliğin tüm trimestirlerinde görülmesi muhtemeldir. Bugüne kadar Covid-19 ile enfekte olan 55 gebe ve 46 yenidoğan bildirilmiştir (Dashraath vd., 2020). Hastalığın gebelerde gebe olmayanlarla aynı şekilde semptom gösterdiği ve solunum sıkıntısı, fetal distres, düşük ve erken doğuma neden olabileceği bildirilmektedir (Winter 2020). Buna ek olarak gebelik sürecinde fetüse bulaşın olmadığı belirtilmektedir (Zeng vd., 2020).

Yaşamı tehdit eden bir salgının genel nüfusun ruh sağlığında bile olumsuz etkileri bulunurken (De Sousa vd., 2020) gebelerin ruh sağlığına etkileri kaçınılmazdır. Ancak gebelikte Covid-19 ile ilgili çalışmaların çoğu, pandeminin enfekte anneler üzerindeki fiziksel etkilerine ve bebeğe bulaşma olasılığına odaklanmıştır. Oysaki gebelerin ruh sağlığı sorunları da bir o kadar önemlidir ve göz ardı edilmemelidir (Kotabagi vd., 2020). Corbett ve ark. (2020) yaptıkları çalışmada salgın sürecinin gebeler arasında anksiyeteye sebep olduğunu, kendileri ve çocuklarının sağlığı hakkında endişeye yol açtığını göstermişlerdir (Corbett vd., 2020). Ayrıca salgın sürecinde gebelik yaşayan kadınlarda erken postpartum dönemde depresyon ve anksiyete yaşama durumlarının yüksek olduğu da belirtilmektedir (Zanardo vd., 2020).

Salgınlar sırasında gebelerin ruh sağlığı bazı faktörlerden etkilenebilmektedir. Bunlar arasında gebelerin aileleri ve arkadaşları ile daha az iletişim kurması, kendinin veya eşinin işini kaybedebileceği korkusu, çocuk bakımında yardım alamama, normal düzeninin kaybolması ve salgın hakkında endişe veren bilgiler bulunmaktadır (RCOG 2020b). Ayrıca salgında artan aile içi şiddetin gebelikte de artıyor olması ailece içi ilişkileri ve gebenin ruh halini olumsuz etkileyebilmektedir (Milne vd., 2020). Salgının getirdiği finansal belirsizlikte gebelerde endişeye neden olmaktadır (Thapa vd., 2020).

Ruh sağlığı bozuklukları gebelik sırasında oldukça sık görülen bir problemdir. Bir meta analiz çalışmasında perinatal dönemde kadınların yaklaşık % 12'sinin depresyon yaşadığı belirtilmektedir (Woody vd., 2017). Gebelikte yaşanan bu psikolojik sıkıntıların anne ve yenidoğan sağlığı üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu bilinmektedir. Bebekte intrauterin gelişme geriliği, düşük doğum ağırlığı, fiziksel sağlık sorunları, sosyal, motor ve bilişsel gelişim de sorunlar meydana gelmektedir. Anne psikososyal işlevsizlik ve ebeveynlik rollerinde zorluk yaşayabilmektedir (Bussières vd., 2015; Meaney 2018).

Gebelik döneminde yaygınlığı bilinen psikolojik rahatsızlıklar (Wu, vd., 2020) sağlık krizleri, doğal afetler gibi büyük olaylarda daha da artabilmektedir. Psikolojik rahatsızlıkların artışı anne sağlığı ve bebek gelişimi üzerinde uzun süreli etkiler gösterecektir (Berthelot vd., 2020). Bu nedenle salgının perinatal dönemdeki kadınların ruh sağlığına etkilerini saptamak, erken müdahale yöntemlerini harekete geçirebilmek ve kanıta dayalı uygulamalar gerçekleştirebilmek adına önemli olacaktır. Covid-19 salgınının gebelerin ruh sağlığına etkisini inceleyen sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu derlemenin amacı Covid-19 salgınının gebelerde sebep olduğu ruh sağlığı problemlerini ilgili literatür ışığında tanımlamaya çalışmak, gebe kadınlardaki risk faktörlerini belirlemek ve sorunlara yaklaşımda önerileri sunmaktır.

1.1 Covid-19'un Gebelerin Ruh Sağlığına Etkileri

Gebelik döneminde yaşanan ruh sağlığı problemleri hem doğum öncesi hem de doğum sonu dönemdeki kadınları ve yeni doğanları birçok yönden etkilemektedir. Bu nedenle salgının gebelikteki ruh sağlığına etkileri gerçekleştirilen araştırma sonuçları ışığında aşağıda tanımlanmaya çalışılmıştır.

Wu, ve ark. (2020)'nın salgın öncesinde gebelerin mental sağlık durumlarını araştırdıkları çalışmanın salgın ortaya çıktıktan sonrada devam ediyor olması araştırmacılara aynı gebeler üzerinde salgının mental etkilerini saptama ve karşılaştırma imkanı sunmuştur. Salgın ilan edildikten sonra da değerlendirilen gebe kadınların depresif semptom oranları, anksiyete skorları ve kendine zarar verme düşünceleri salgın öncesi durumlarına göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca tespit edilen Covid-19 vakası, şüpheli enfeksiyon ve günlük ölüm oranları artıkça gebeler arasında depresif semptomların yükseldiği saptanmıştır (Wu vd., 2020).

Berthelot ve ark. (2020) Covid- 19 salgını sırasında gebelerde psikiyatrik semptomları incelemiştir. Çalışmalarına salgın öncesi gebe olan bir grup ve salgın sırasında gebe olan başka bir grup kadını dahil etmişlerdir. Covid-19 salgını sırasında gebe olan kadınlarda daha fazla prenatal sıkıntı, daha şiddetli depresyon ve anksiyete belirtileri, daha yüksek öfke, korku, suçluluk, sinirlilik gibi negatif etkiler ve daha düşük heyecan, enerji, dinamizm gibi pozitif etkiler tespit edilmiştir. Ayrıca bu gebelerin daha fazla travma sonrası stres bozukluğu ve duyarsızlaşma belirtisi bildirdiği saptanmıştır. Gebelerde biliş, ruh hali ve reaktivite durumlarında dalgalanmaların artışı, saldırma belirtileri ve travmaya bağlı uyarılara maruz kalmaktan kaçınmanın daha fazla yaşandığı gösterilmiştir (Berthelot vd., 2020).

Durankuş ve Aksu (2020) gebelerde Covid-19 pandemisinin anksiyete ve depresif belirtiler üzerine etkilerini araştırdıkları çalışmalarına salgın döneminde gebe olan kadınları dahil etmişler ve mental bozukluğun normal koşullar altında gözlemlenenden iki kat daha büyük seviyede ortaya çıktığını bildirmişlerdir. Kadınlar Edinburgh Postpartum Depresyon Skalası (EPDS) ile değerlendirilmiş ve puanı ≤ 13 olan gebeleri bir grup, puanı > 13 olan gebeleri ikinci bir grup olarak incelemiştir. EPDS puanı >13 olan gebelerin Covid-19'dan psikolojik olarak daha fazla etkilendikleri, depresyon ve anksiyete skorlarının da daha yüksek olduğu bulunmuştur. (Durankuş ve Aksu, 2020).

Saccone ve ark. (2020) yapmış oldukları çalışmada, Covid-19 pandemisinin gebeler üzerindeki psikolojik etkileri incelenmiştir. Salgının gebe kadınlar üzerinde orta ile şiddetli psikolojik etki oluşturduğu saptanmıştır. Kadınların üçte ikisinden fazlasının anksiyete düzeylerinin normalden daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Buna ek olarak gebelerin neredeyse yarısının hastalığın vertikal geçişi ile ilgili yüksek kaygı yaşadığı saptanmıştır (Saccone vd., 2020).

Çalışma sonuçlarına göre salgının gebelerin ruh sağlığını etkilediği, depresyon, anksiyete, stres, kaygı, travma sonrası stres bozukluğu gibi sorunlara ek olarak ruh halinde dalgalanmalarda artışa sebep olduğu ve kendine zarar verme düşüncesini artırdığı görülmektedir. Salgının gebelerde ruh haline etkilerinin detaylı bir şekilde belirlenebilmesi için daha çok araştırmaya ihtiyaç vardır.

1.2 Covid-19'un Gebelerin Ruh Sağlığına Etkilerini Artıran Risk Faktörleri

Royal Obstetrik ve Jinekoloji Koleji (RCOG) pandeminin gebelerde ruh sağlığına etkilerinin büyük olabileceğini bildirmektedir. Covid-19'un yol açtığı aile ve arkadaş desteğinin azalmasına neden olan sosyal izolasyon, doğum öncesi bakımdaki değişiklikler, yaş, finansal zorluklar, güvensizlik, destek sistemlerine erişememe gibi durumların bireylerin normalden daha fazla etkilemesine sebep olabileceğini belirtilmektedir (RCOG 2020a). Konu ile ilgili diğer araştırma sonuçlarından elde edilen veriler ise aşağıda tanımlanmaya çalışılmıştır.

Wu, ve ark. (2020) araştırmalarında Covid-19 salgını sırasında gebelerde depresif belirtiler için yüksek risk altında bulunanlar arasında; 35 yaşından küçük, primipar ve yıllık orta düzeyde ekonomik gelire sahip olan kadınlar bulunmaktadır. Ayrıca daha az fiziksel egzersiz yapan, kişi başı ev yaşam alanı 20m² büyük olan, pregestasyonel BMI \leq 18,5 olan ve tam zamanlı çalışan gebelerin depresif belirtiler geliştirmeye daha yatkın olduğu görülmektedir (Wu vd., 2020).

Berthelot, ve ark. (2020) yapmış oldukları çalışmada; genç yaş, düşük ekonomik gelir, düşük eğitim düzeyi ve pandemi öncesi bir psikiyatrik bozukluk öyküsüne sahip olmanın daha yüksek maternal psikolojik sorun ile ilişkili olduğu gösterilmiştir. Bu değişkenler kontrol altına alınarak yaptıkları analizlerinde, pandemi sırasında gebe olanlarda aynı şekilde yüksek psikolojik sorunlar bulunmuştur. Dolayısı ile salgın sırasında maternal ruh sağlığındaki sorunların olumsuz etkilerinin sadece sosyal olarak dezavantajlı alt gruplardaki kadınlarda değil, yüksek sosyodemografik özellikteki gebelerde de görülebileceği saptanmıştır (Berthelot vd., 2020).

Saccone ve ark. (2020) çalışmalarında Covid-19 pandemisinde, gebeliğin ilk üç aylık dönemindeki kadınlarda, gebeliğin ikinci veya üçüncü üç aylık dönemindeki kadınlara göre daha yüksek anksiyete ve daha ciddi psikolojik etki tespit edilmiştir (Saccone vd., 2020).

Çalışma sonuçlarına bakıldığında yaş, eğitim düzeyi, parite, çalışma durumu, BMI, fiziksel egzersiz durumu, gebelik ayı ve daha önce yaşanan psikiyatrik bozukluk gibi durumların gebeler için salgında risk oluşturduğu görülmektedir. Risk faktörleri ile ilgili detaylı bilgi için daha çok araştırmaya ihtiyaç vardır.

1.3 Gebelerde Covid-19'un Yol Açtığı Ruh Sağlığı Sorunlarına Çözüm Önerileri

Royal Obstetrik ve Jinekoloji Koleji (RCOG), gebelerin doğum öncesi izlemlerdeki her temasta zihinsel sağlıklarının sorgulanması, desteğe ihtiyaç duyan kadınlara, mümkünse uzaktan sağlanabilecek kaynak ve hizmetlerle desteklemenin önemini vurgulamaktadır (RCOG 2020a). Özellikle kişisel psikiyatrik bozukluk öyküsü ve düşük sosyodemografik statü pandemide anne ve çocuk için daha yüksek ruh sağlığı sorunları oluşturmaktadır (Berthelot vd., 2020). Dolayısı ile bu özellikleri taşıyan gebelere doğumhanelerde, kadın doğum servislerinde ve özellikle birinci basamak gebe izlemleri sırasında, ebeler tarafından, ruh sağlığı ile ilişkili spesifik sıkıntı veya semptomları özellikle değerlendirilmelidir. Gerektiğinde gebenin takibi yapılmalı ve danışmanlık hizmetleri sağlanmalıdır. Bu noktada gebelerin ruh sağlığını değerlendirmek ve olumsuz duygular hissettiklerinde yol gösterici olması amacıyla bir rehber oluşturulabilir.

Salgın nedeniyle uygulanan karantinanın bireylerin ruh sağlığı üzerindeki psikolojik etkilerini azaltabilmek için mümkün olduğunca kısa tutulması ve insanlara gerekli bilginin verilmesi yararlı olacaktır. Korku, endişe ve kaygı içinde olan kişilere ne olduğunu ve neden olduğunu söylemek, karantinanın ne kadar devam

edeceğini açıklamak bireylerin sakin kalması için faydalı olacaktır. Ayrıca temel malzemelerin (gıda, su ve tıbbi malzemeler gibi) sağlanması ve iletişim olanaklarının geliştirilmesinin de bireylerde rahatlamayı sağlayacağı belirtilmektedir (Brooks vd., 2020). Bu uygulamaların gebe kadınlar içinde faydalı olması oldukça muhtemeldir.

Hastanelerin çoğunda salgın süresince doğum için hastaneye başvuran kadınlara eş ve akraba refakatinde kısıtlama getirilmektedir. Bu nedenle gebeler evde doğumu tercih edebilmektedir (Brooks vd., 2020). Nitelikli ebelerin evde doğumları gerçekleştirebilmesi için gerekli yasal düzenlemelerin yapılması, bu süreçte doğumun doğal ortamında gerçekleşmesine yol açabilir ve böylece annede oluşan kaygı azaltılarak ruh sağlığının desteklenmesini sağlanabilir.

Fiziksel egzersiz normal yaşamda ruh sağlığı üzerinde koruyucu bir etkisi olduğu bilinmektedir. Mammen ve Faulkner (2013) yaptığı bir meta analiz çalışmasında fiziksel aktivitenin depresyonu engellediğini ve küçük miktarlarda egzersizin bile (örn. Haftada <150 dakika yürüme) depresif atak insidansını azalttığını bildirmiştir (Mammen ve Faulkner, 2013). Perinatal dönemde de egzersizi destekleyen yaklaşımlar, özellikle salgın dönemindeki karantina sürecinde gebelerin ve lohusaların depresif semptomlarını azaltmaya yardımcı olabilir.

Sosyal destek alan kadınların depresyon gibi ruh sağlığı sorunları ile daha kolay baş edebildiği belirtilmektedir. Sosyal izolasyon ve karantina koşulları altında, psikolojik yardım hatları ile danışmanlık, telefon tabanlı destek gebelikte ruh sağlığını yönetmek için güvenli ve uygulanabilir bir strateji olarak kullanılabilir (Dennis vd., 2009). Kadınlara birinci basamakta en çok ulaşan sağlık personellerinden biri ebelerdir. Bu nedenle, gebelik sürecinde izlemler ve takipler sırasında gebelerin sosyal destek durumlarını sorgulamak, kadınların ihtiyaç duydukları zamanlarda ücretsiz yardım hatları ile ebelere ulaşabilmesi, istedikleri bilgi ve danışmanlığı alabilmesi bu noktada önemli olacaktır.

Psikolojik müdahale terapileri gebelerin ruh sağlığını düzenlemede yardımcı olabilir. Covid-19 hastalığı yaşayan gebeye diyalektik davranış terapisi tabanlı psikolojik müdahale uygulayan Huang ve ark. (2020) yapmış oldukları olgu sunumlarında depresyon ve anksiyete düzeylerinde azalma tespit ettiğini bildirmiştir. Terapi 3 oturumda gerçekleştirilmiş ve her oturumda bir önceki oturuma göre daha az depresyon ve anksiyete düzeyi saptanmıştır (Huang vd., 2020). Psikolojik terapilerin gebeler üzerindeki etkilerini inceleyen daha çok sayıda çalışmaya ihtiyaç vardır.

Sonuç olarak Covid-19 salgınının genel nüfusta olduğu gibi gebeler üzerinde de sadece fizyolojik değil ruhsal olarak da kötü sonuçları olabilmektedir. Salgının gebelerin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini belirlemek, gerekli görüldüğü takdirde acil uygulamaların gerçekleştirilmesini sağlayacaktır. Böylece gebelik ve doğum sonu dönemde annelerin ve aynı zamanda yenidoğanların sağlık düzeyleri korunmuş olacaktır. Salgının etkisini değerlendirmek ve gebelerdeki risk faktörlerinin belirlemek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

KAYNAKLAR

- Berthelot, N., Lemieux, R., Garon-Bissonnette, J., Drouin-Maziade, C., Martel, E., Maziade, M. (2020). Uptrend in distress and psychiatric symptomatology in pregnant women during the coronavirus disease 2019 pandemic. *Acta Obstet Gynecol Scand*. doi:10.1111/aogs.13925.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., et al. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. doi:10.1016/s0140-6736(20)30460-8.
- Bussi eres, E.-L., Tarabulsy, G. M., Pearson, J., Tessier, R., Forest, J.-C., Gigu ere, Y. (2015). Maternal prenatal stress and infant birth weight and gestational age: A meta-analysis of prospective studies. *Developmental Review*, 36, 179-199. doi:10.1016/j.dr.2015.04.001.

- Chen, N., Zhou, M., Dong, X., Qu, J., Gong, F., Han, Y., et al. (2020). Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *Lancet*, 395(10223), 507-513. doi:10.1016/S0140-6736(20)30211-7.
- Corbett, G. A., Milne, S. J., Hehir, M. P., Lindow, S. W., O'connell, M. P. (2020). Health anxiety and behavioural changes of pregnant women during the COVID-19 pandemic. *European Journal of Obstetrics, Gynecology, and Reproductive Biology*, 249, 96. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7194619>.
- Dashraath, P., Wong, J. L. J., Lim, M. X. K., Lim, L. M., Li, S., Biswas, A., et al. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic and pregnancy. *Am J Obstet Gynecol*, 222(6), 521-531. doi:10.1016/j.ajog.2020.03.021.
- De Sousa, A., Mohandas, E., Javed, A. (2020). Psychological interventions during COVID-19: Challenges for low and middle income countries. *Asian J Psychiatr*, 51, 102128. doi:10.1016/j.ajp.2020.102128.
- Dennis, C. L., Hodnett, E., Kenton, L., Weston, J., Zupancic, J., Stewart, D. E., et al. (2009). Effect of peer support on prevention of postnatal depression among high risk women: multisite randomised controlled trial. *Bmj-British Medical Journal*, 338, a3064. doi:ARTN a306410.1136/bmj.a3064.
- Durankus, F., Aksu, E. (2020). Effects of the COVID-19 pandemic on anxiety and depressive symptoms in pregnant women: a preliminary study. *J Matern Fetal Neonatal Med*, 1-7. doi:10.1080/14767058.2020.1763946.
- Hawryluck, L., Gold, W. L., Robinson, S., Pogorski, S., Galea, S., Styra, R. (2004). SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerg Infect Dis*, 10(7), 1206-1212. doi:10.3201/eid1007.030703.
- Huang, J. W., Zhou, X. Y., Lu, S. J., Xu, Y., Hu, J. B., Huang, M. L., et al. (2020). Dialectical behavior therapy-based psychological intervention for woman in late pregnancy and early postpartum suffering from COVID-19: a case report. *J Zhejiang Univ Sci B*, 21(5), 394-399. doi:10.1631/jzus.B2010012.
- Kotabagi, P., Fortune, L., Essien, S., Nauta, M., Yoong, W. (2020). Anxiety and depression levels among pregnant women with COVID-19. *Acta Obstet Gynecol Scand*. doi:10.1111/aogs.13928.
- Luo, M., Guo, L., Yu, M., Wang, H. (2020). The Psychological and Mental Impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) on Medical Staff and General Public – A Systematic Review and Meta-analysis. *Psychiatry Research*. doi:10.1016/j.psychres.2020.113190.
- Mammen, G., Faulkner, G. (2013). Physical activity and the prevention of depression: a systematic review of prospective studies. *Am J Prev Med*, 45(5), 649-657. doi:10.1016/j.amepre.2013.08.001.
- Maunder, R., Hunter, J., Vincent, L., Bennett, J., Peladeau, N., Leszcz, M., et al. (2003). The immediate psychological and occupational impact of the 2003 SARS outbreak in a teaching hospital. *Cmaj*, 168(10), 1245-1251. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12743065>.
- Meaney, M. J. (2018). Perinatal Maternal Depressive Symptoms as an Issue for Population Health. *American Journal of Psychiatry*, 175(11), 1084-1093. doi:10.1176/appi.ajp.2018.17091031.
- Milne, S. J., Corbett, G. A., Hehir, M. P., Lindow, S. W., Mohan, S., Reagu, S., et al. (2020). Effects of Isolation on Mood and Relationships in Pregnant Women during the Covid-19 Pandemic. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*. doi:10.1016/j.ejogrb.2020.06.009.
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian J Psychiatr*, 52, 102066. doi:10.1016/j.ajp.2020.102066.
- RCOG. (2020a). Corona Virus Infection in Pregnancy. Information for healthcare professionals. Royal College of Obstetricians and Gynaecologists. Retrieved from <https://www.rcog.org.uk/globalassets/documents/guidelines/2020-04-17-coronavirus-covid19-infection-in-pregnancy.pdf>.
- RCOG. (2020b). COVID-19: Mental health before, during and after. Retrieved from <https://www.rcpsych.ac.uk/mental-health/treatments-and-wellbeing/perinatal-care-and-covid-19>.
- Saccone, G., Florio, A., Aiello, F., Venturella, R., De Angelis, M. C., Locci, M., et al. (2020). Psychological impact of coronavirus disease 2019 in pregnant women. *Am J Obstet Gynecol*. doi:10.1016/j.ajog.2020.05.003.
- T.C., S. B. (2020a). COVID-19 (SARS-CoV-2 Enfeksiyonu) Genel Bilgiler, *Epidemioloji Ve Tani*. 1-30. Retrieved from <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/covid-19-rehberi.html>.
- T.C., S. B. (2020b). Sağlık Bakanlığı Korona Tablosu (1 Temmuz 2020). Retrieved from <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>
- Thapa, S. B., Mainali, A., Schwank, S. E., Acharya, G. (2020). Maternal mental health in the time of the COVID-19 pandemic. *Acta Obstet Gynecol Scand*. doi:10.1111/aogs.13894.

- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>.
- WHO. (2020a). Coronavirus disease (COVID- 19) situation Report-1. 1-5. Retrieved from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>
- WHO. (2020b). Coronavirus disease (COVID- 19) situation Report-156. 1-17. Retrieved from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>
- Winter, G. F. (2020). COVID-19: what are the physical and mental challenges? *British Journal of Midwifery*, 28(6), 342-343. doi:<https://doi.org/10.12968/bjom.2020.28.6.342>.
- Woody, C. A., Ferrari, A. J., Siskind, D. J., Whiteford, H. A., Harris, M. G. (2017). A systematic review and meta-regression of the prevalence and incidence of perinatal depression. *J Affect Disord*, 219, 86-92. doi:10.1016/j.jad.2017.05.003.
- Wu, Y., Lu, Y. C., Jacobs, M., Pradhan, S., Kapse, K., Zhao, L., et al. (2020). Association of Prenatal Maternal Psychological Distress With Fetal Brain Growth, Metabolism, and Cortical Maturation. *JAMA Netw Open*, 3(1), e1919940. doi:10.1001/jamanetworkopen.2019.19940.
- Wu, Y., Zhang, C., Liu, H., Duan, C., Li, C., Fan, J., et al. (2020). Perinatal depressive and anxiety symptoms of pregnant women along with COVID-19 outbreak in China. *Am J Obstet Gynecol*. doi:10.1016/j.ajog.2020.05.009.
- Zanardo, V., Manghina, V., Giliberti, L., Vettore, M., Severino, L., Straface, G. (2020). Psychological impact of COVID-19 quarantine measures in northeastern Italy on mothers in the immediate postpartum period. *Int J Gynaecol Obstet*. doi:10.1002/ijgo.13249.
- Zeng, L. N., Chen, L. G., Yang, C. M., Zeng, L. P., Zhang, L. Y., Peng, T. M. (2020). Mental health care for pregnant women in the COVID-19 outbreak is urgently needed. *Women Birth*. doi:10.1016/j.wombi.2020.03.009.