

COVID-19 Geçiren ve Geçirmeyen Bireylerde Anksiyete, Depresyon ve Yorgunluk Düzeyi

Mustafa ÇIBIK* Kamil YILMAZ** Özlem AKKOYUN SERT***

*Uzman Fizyoterapist, Avior Sağlık ve Psikolojik Danışmanlık Merkezi, Konya, Türkiye,
ORCID: 0000-0003-3221-3468

**Dr. Öğr. Üyesi, KTO Karatay Üniversitesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Ana Bilim Dalı, Konya, Türkiye,
ORCID: 0000-0002-5242-3094

***Dr. Öğr. Üyesi, KTO Karatay Üniversitesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Ana Bilim Dalı, Konya, Türkiye,
ORCID: 0000-0002-6053-2418

ÖZET

Tüm dünyada önemli bir sağlık krizine yol açan COVID-19 pandemisi, hastalığı geçiren bireylerde, iyileştikten sonra psikolojik sorunların ortaya çıkmasına yol açabilmektedir. Bu çalışmanın amacı, bir il merkezinde yaşayan, daha önce hiç COVID-19 geçirmemiş bireyler ile COVID-19 testi pozitiften negatife dönen bireylerin anksiyete, depresyon ve yorgunluk düzeyini belirlemek, bu sonuçları karşılaştırmaktır. Araştırma tanımlayıcı tipte tasarlanmıştır. Araştırmaya 18-70 yaş aralığında COVID-19 testi pozitiften negatife dönen (n=120) ve sağlıklı (n=120) toplam 240 gönüllü birey dahil edilmiştir. Verilerin toplanmasında Hastane Anksiyete Depresyon Ölçeği ve Yorgunluk Şiddet Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın verileri online ortamda hazırlanan anket formunun olası katılımcılara sosyal medya aracılığıyla iletilmesi yoluyla toplanmıştır. Araştırmada COVID-19 geçirmiş olan bireylerin geçirmemiş olanlara göre daha yüksek anksiyete, depresyon ve yorgunluk düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir (p<0.05). COVID-19 geçirip iyileşmesi üzerinden geçen süre ile bireylerin anksiyete, depresyon ve yorgunluk düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur (p>0,05). Bu sonuçlar doğrultusunda; rehabilitasyon ve sağlık bakım hizmetlerinde COVID-19 geçirme öyküsünün dikkate alınması ve COVID-19 geçiren bireylere yönelik psikolojik rehabilitasyon çalışmalarının planlandığı araştırmaların yapılması önerilir.

Anahtar Kelimeler: Anksiyete, COVID-19, depresyon, yorgunluk.

Level Of Anxiety, Depression, And Fatigue In Individuals With And Without Covid-19

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic, which has caused an important health crisis all over the world, can cause psychological problems in individuals who have had the disease after recovery. The aim of this study is to determine the anxiety, depression and fatigue levels of individuals living in a city center, who have never had COVID-19 before, and individuals whose COVID-19 test has turned from positive to negative, and to compare these results. The research was designed in descriptive type. A total of 240 volunteers between the ages of 18-70 whose COVID-19 test turned positive to negative (n=120) and healthy (n=120) were included in the study. Hospital Anxiety Depression Scale and Fatigue Severity Scale were used to collect data. The data of the research were collected by sending the questionnaire form prepared in the online environment to possible participants via social media. In the study, it was determined that individuals who had COVID 19 had higher levels of anxiety, depression and fatigue than those who did not (p<0.05). There is no statistically significant difference between the time passed from Covid-19 and the level of anxiety, depression and fatigue of individuals (p>0.05). In line with these results; It is recommended to consider the history of COVID 19 in rehabilitation and health care services, and to conduct research that plans psychological rehabilitation studies for individuals who have had COVID-19.

Keywords: Anxiety, COVID-19, depression, fatigue.

Sorumlu yazar: fztmustafacibik@gmail.com

Geliş tarihi: 30.12.2021

Kabul tarihi: 28.03.2022

Atf için: Çibik, M., Yılmaz, K., & Sert, Ö.A. (2022). COVID-19 geçiren ve geçirmeyen bireylerde anksiyete, depresyon ve yorgunluk düzeyi. KAEÜ Sađl. Bil. Derg. 6(1), 31-39.

GİRİŞ

2019 senesinin sonlarına doğru, Çin'in Wuhan şehrinde çok sayıda kişide etiyojisi tam olarak tanımlanamayan yeni bir koronavirüs nedeni ile gelişen pnömoni sorununun görüldüğü ve kontrol altına alınamayacak kadar hızlı bir şekilde yayıldığı Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'ne bildirilmiştir (Huang ve ark., 2019). Dünya Sağlık Örgütü 11 Mart 2020 tarihinde yeni bir koronavirüs çeşidinin hastalıklara sebep olduğunu bildirerek pandemi ilan etmiştir (WHO, 2020).

COVID-19 sadece solunum sistemini değil bunun yanında kalp, dolaşım, nörolojik, kaslar ve metabolik sistemleri de etkilemektedir. Kalp damar ve metabolik hastalıkları olan bireylerde hastalık sürecinin daha ağır geçtiği görülmektedir. Hastalık semptomları ateş, öksürük ve dispne ile birlikte, basit solunum yolu enfeksiyonundan akut respiratuar distres sendromu ve ölüme kadar geniş bir klinik skalaya sahiptir (Rothan & Byrareddy, 2020). COVID-19 pnömonisi ile yatırılan 138 hastanın %99'unda ateş, %70'inde yorgunluk, %59'unda kuru öksürük, %40'ında iştahsızlık, %35'inde miyalji ve %31'inde dispne olduğu tespit edilmiştir (Wang ve ark., 2019). Başta Dünya Sağlık Örgütü olmak üzere birçok ülke salgının yayılım hızını azaltmak adına adımlar atmışlardır. Alınan tedbirler arasında özellikle sosyal izolasyonla evde kalma çağrısında bulunulmuştur. Bu durumun yanı sıra bazı ülkeler daha keskin kararlar alarak sokağa çıkma yasağı uygulamıştır. Sokağa çıkma yasakları doğrultusunda birçok kurum ve kuruluş evden çalışmaya adaptasyon çabası içerisinde. Spor, eğlence faaliyetleri başta olmak üzere fiziksel temas gerektiren etkinlikler iptal edilmiştir. Kısıtlamaların birçok bireyde günlük faaliyetleri etkilemiş olması kaçınılmaz bir durumdur (Chen ve ark., 2020).

Yapılan araştırmalarda fiziksel olarak bireylerin inaktif hale gelmesinin hem genel sağlığın hem de mental-fiziksel-sosyal yönden hayati işleyişin bozulmasına sebep olduğu, bununla mortalite oranlarının artmasına neden olabileceği bildirilmiştir (Ensrud ve ark., 2014; Piercy ve ark., 2018). Sağlığı ve yaşamı bu kadar derinden etkileyen virüsün olumsuz etkilerinin hastalık sonrası da devam ettiği, bazı kişilerde semptomların tam olarak geçmediği bildirilmektedir. COVID-19 teşhisi konulan hastaların %10-%20'sinde belirtilerin bir aydan daha uzun süre devam ettiği gözlenmiş ve bu durum uzamış COVID-19 (Long COVID-19) olarak adlandırılmıştır. Uzamış COVID-19 ile ilgili olarak en fazla bildirilen semptomlar arasında nefes darlığı, göğüs ağrısı ve öksürük yer almaktadır (Erbay, 2020). Her ne kadar uzamış COVID-19 semptomları içerisinde göze çarpmıyor olsa da pandemi tüm dünyada anksiyete ve depresyon görülme sıklığını arttırmıştır. Örneğin pandemi sırasında Çin'de yapılan bir çalışmaya göre depresyon prevalansı %48, anksiyete prevalansı ise %22 olduğu belirtilmiştir (Gao ve ark., 2020). Türkiye'de ise pandemi döneminde anksiyete ve depresyon prevalansları %45 ve %23 olarak bildirilmiştir (Özdin & Bayrak, 2020). İrlanda'da yapılan bir çalışmaya göre COVID-19 tanısı koyulan kişilerin %25'i karantinalarının ilk haftasında anksiyete ve depresyon semptomları gösterdikleri belirlenmiştir (Hyland ve ark., 2020). Argüder ve ark. tarafından 300 kişinin katıldığı çalışmada, bireylerin %8'i ciddi depresyon, %24'ü hafif depresyon ve %7 ciddi anksiyete, %16'sı hafif anksiyete olduğu belirlenmiştir (Argüder ve ark., 2020).

Pandemi sürecinde ortaya çıkan hem yeni sağlık sorunları hem de derinleşen ve ağırlaşan sağlık sorunları, ele alınması gereken önemli konulardır. Fizyoterapistler, bireylerin fiziksel aktivitelerini düzenlemek ve hareket kabiliyetlerini arttırmak için bireye özel fiziksel aktivite, egzersiz ve rehabilitasyon programlarını planlama ve uygulama görevleri gereği bu konuda önemli rol üstlenirler (T.C. Resmi Gazete, 2008). Bu araştırmanın amacı, hiç COVID-19 geçirmemiş ve daha önce COVID-19 geçirmiş olan bireylerin anksiyete, depresyon ve yorgunluk düzeyini belirlemek ve karşılaştırmaktır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Araştırma tanımlayıcı tiptedir.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini COVID-19 geçiren ve geçirmeyen 18 yaş üstü bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini 01 Ocak- 30 Haziran 2021 tarihleri arasında ulaşılan dahil etme ve dışlama kriterlerine uyan 240 birey oluşturmuştur.

Dahil edilme kriterleri; 18 yaş ve üzerinde olmak, COVID-19 testi pozitiften negatife dönmüş olmak ya da hiç COVID-19 geçirmemiş olmaktır. Dışlama kriterleri; kronik ortopedik ve nörolojik probleme

sahip olmak, verilerin toplandığı sırada PCR testi pozitif ya da temaslı olmak, online anket formunu doldurmayı engelleyecek fizyolojik/psikolojik sağlık sorunu olmasıdır.

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında anket formu, Hastane Anksiyete Depresyon Ölçeği (HADO) Yorgunluk Şiddet Ölçeği (YŞÖ) kullanılmıştır.

Anket formu: Anket formunda çalışmaya katılan bireylerin yaş, kilo, boy, ek bir hastalık varlığı, COVID-19 testinin negatife dönme tarihi, COVID-19 testinin negatife döndükten sonra geçen süre ve COVID-19 enfeksiyonundan dolayı hastanede kalış durumları ile ilgili bilgiler sorgulanmıştır.

Hastane Anksiyete Depresyon Ölçeği (HADÖ): Duygu-durumun belirlenmesi için Hastane Anksiyete Depresyon anketi kullanılmıştır. HADÖ, Zigmond ve Snaith tarafından 1983 tarihinde geliştirilmiştir (Zigmond & Snaith, 1983). Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği Paker ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (Paker ve ark., 2013). HADÖ, 14 sorudan oluşmakta olup bireyin duygu durumunu anksiyete ve depresyon olarak iki alt bölümde incelemektedir. Ölçekte bulunan maddeler dördümlük likert ölçeği ile değerlendirilmekte olup 0 ile 3 arasında bir skorlama sistemi bulunmaktadır. Ölçek toplam puanı “0-7 arası” hasta olmayan, “0-8” sınırdaki, “11 ve üstü” anormal şekilde değerlendirilmektedir. HADÖ, güvenilirlik çalışmasında, Cronbach alfa katsayısı anksiyete alt ölçeği için 0.85, depresyon alt ölçeği için 0.77 olarak bulunmuştur.

Yorgunluk Şiddet Ölçeği (YŞÖ): Araştırmada bireylerin yorgunluk düzeyinin değerlendirilmesinde Yorgunluk Şiddet Ölçeği (YŞÖ) kullanılmıştır. YŞÖ, 1989 tarihinde Krupp ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Krupp ve ark., 1989). YŞÖ’nün Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Gencay ve Can tarafından yapılmıştır (Gencay & Can, 2012). YŞÖ, için cronbach alfa katsayıları YŞÖ1 için 0.85 ve YŞÖ2 için 0.87 iken kontrol grubunda 0.91 ve 0.92 idi (Gencay & Can, 2012). Hastaların kendi kendine uygulayabileceği 9 maddeden oluşan ölçekte, her madde 1-7 arasında (1=hiç katılmıyorum, 7=tamamıyla katılıyorum) skorlanmakta ve toplam skor 9 maddenin ortalaması alınarak hesaplanmaktadır. Patolojik yorgunluk için kesme değeri 4 ve üstü olarak belirlenmiştir. Puanın 2.8’in altında olması yorgunluğun olmadığı, 6.1’in üstünde olması kronik yorgunluk sendromu olarak değerlendirilmektedir. Toplam skor ne kadar düşüğe yorgunluk o kadar azdır (Armutlu ve ark., 2007; Krupp ve ark., 1989).

Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri, yüz yüze görüşme yöntemiyle toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 25 (IBM Corp. Released 2017. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 25.0. Armonk, NY: IBM Corp.) istatistik paket programı kullanılmıştır. Çalışmada kategorik ve sürekli değişkenler için tanımlayıcı istatistikler (ortalama, standart sapma, ortanca değer, minimum, maksimum, sayı ve yüzdelik dilim) verilmiştir. Ayrıca parametrik testlerin ön şartlarından varyansların homojenliği “Levene” testi ile kontrol edilmiştir. Normallik varsayımına ise “Shapiro-Wilk” testi ile bakılmıştır. İki grup arasındaki farklılıklar değerlendirilmek istendiğinde parametrik test ön şartlarını sağladığı durumda “Student’s t Test”; sağlamadığında ise “Mann Whitney-U testi” kullanılmıştır üç ve daha fazla grup karşılaştırması için Tek Yönlü Varyans Analizi ve çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey HSD testi ile sağlanmadığında ise Kruskal Wallis ve çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni-Dunn testi kullanılmıştır. $p < 0,05$ düzeyi istatistik olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmada bazı kısıtlılıklar vardır. Birincisi, bireylere uzamış COVID-19’un tüm semptomları ile ilgili detaylı değerlendirme yapılmamış olmasıdır. Bir diğeri ise bireylerin anksiyete, depresyon ve yorgunluk durumlarını etkileyen bireysel ve çevresel diğer faktörlerin sorgulanmamış olmasıdır. Araştırma sonuçları, bu sınırlılıklar göz önüne alınarak verilerin toplandığı araştırma grubuna genellenebilir.

Araştırmanın Etik Yönü

KTO Karatay Üniversitesi İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Araştırmalar Etik Kurulu’ndan (Tarih: 09/02/2021/ Karar no: 046) ve ayrıca T.C. Sağlık Bakanlığı’nın Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğünden çalışma

için onay alınmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan COVID-19 geçiren bireylerin yaş ortalaması 34.74±11.97 yıl, boy ortalamaları 172.30±9.99 cm, kilo ortalamaları 72.52±15.23 kg, COVID-19 geçirmeyen bireylerin yaş ortalamaları 34.33±11.57yıl, boy ortalamaları 171.40±8.06 cm, kilo ortalamaları 73.85±17.25'tir.Yaş, boy ve kilo değerlerinde her iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur (p>0.05).

Tablo1. Bireylerin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı (n=240)

	COVID-19 Geçiren (n=120)	COVID-19 Geçirmeyen (n=120)	p değeri
	x±ss	x±ss	
Yaş (yıl)	34.74±11.97	34.33±11.57	0.789
Boy (cm)	172.30±9.99	171.40±8.06	0.443
Kilo (kg)	72.52±15.23	73.85±17.25	0.426

n:Katılımcı sayısı, cm: Santimetre, kg:Kilogram, x:Ortalama, ss:Standart sapma, **p<0.05**: Anlamlılık değeri (t-test).

Tablo 2’de araştırmaya dâhil edilen bireylerin sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı verilmiştir. Araştırmaya katılan 240 kişinin sosyo-demografik özellikleri değerlendirildiğinde; %45,4’ü kadın, %20,8’inin ek hastalığının olduğu, %52,7’si üniversite mezunu, %98,3’ü COVID-19 nedeniyle hastanede yatmadığı belirlenmiştir.

Tablo 2. Bireylerin Sosyo-Demografik Özellik Dağılımı (n=240)

Değişkenler	COVID-19 Geçiren (n=120)		COVID-19 Geçirmeyen (n=120)		
	Sayı (n)	Yüzde (%)	Sayı (n)	Yüzde (%)	
Cinsiyet	Erkek	55	45,9	54	45
	Kadın	65	54,1	66	55
Ek hastalık	Var	20	16,7	30	25
	Yok	100	83,3	90	75
Eğitim	İlkokul	13	10,8	4	3,3
	Ortaokul	5	4,1	2	1,6
	Lise	24	20	19	15,8
	Üniversite	57	47,5	71	59,1
COVID-19 sebebiyle hastanede kaldınız mı?	Lisansüstü	21	17,5	24	20
	Evet	4	3,3	0	0
	Hayır	116	96,6	120	100

n: Katılımcı Sayısı, %: Yüzde.

Araştırmada COVID-19 geçiren bireylerin HADÖ ve YŞÖ puan ortalamasına bakıldığında COVID-19 geçirenlerde depresyon puan ortalamasının 9.13 ± 4.29,anksiyete puan ortalamasının 7.93 ± 4.09 ve yorgunluk puan ortalamasının 4.93 ± 1.55 olduğu belirlenmiştir. COVID-19 geçiren bireylerde anksiyete ve depresyon puan ortalamaları “8-10” puan aralığında olduğu için anksiyete ve depresyon seviyesinin sınırdaki olduğu tespit edilmiştir. Yorgunluk puan ortalamaları ise 4.93 ± 1.55 olduğu belirlenmiştir. COVID-19 geçiren bireylerin YŞÖ toplam puan ortalaması ölçek alt ve üst değerlerinin arasında olduğu için bireylerin yorgunluk düzeyinin orta düzey olduğu tespit edilmiştir. COVID-19 geçirmeyenlerde ise depresyon seviye ortalaması “8-10” puan aralığında olduğu için depresyon düzeyi sınırdaki tespit edilmiş olup COVID-19 olan bireylere göre puan ortalaması daha düşüktür. COVID-19 geçirmeyen bireylerde anksiyete seviyesi ortalaması “0-7” puan aralığında olduğu için anksiyete düzeyinin normal olduğu tespit edilmiştir. COVID-19 geçirmeyen bireylerde yorgunluk seviyesi ise <2.8 (Yorgunluk yok)’den büyük olduğu için yorgunluğun mevcut olduğu tespit edilmiş olup COVID-19 geçiren bireylere göre ortalaması daha düşüktür. Depresyon, anksiyete ve yorgunluk değerleri gruplar arasında karşılaştırıldığında COVID-19 geçiren grupta depresyon, anksiyete ve yorgunluk değerleri istatistiksel olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir (p<0.05). (Tablo 3).

Tablo 3. Çalışma Değişkenlerinin Birbirleri ile Karşılaştırılması (n=240)

Çalışma Değişkenleri	COVID-19 Geçiren (n = 120)		COVID-19 Geçirmeyen (n = 120)		P değeri
	$\bar{x}\pm ss$	Median (Min-Max)	$\bar{x}\pm ss$	Median (Min-Max)	
Depresyon	9.13 ± 4.29	10 (1 – 21)	8.06 ± 3.80	8 (0 – 18)	0.034*
Anksiyete	7.93 ± 4.09	9 (1 – 21)	6.40 ± 3.42	6 (0 – 14)	0.005*
Yorgunluk	4.93 ± 1.55	5.3 (0.8 – 8)	3.86 ± 1.62	3.75 (0.7-7)	<0.001*

n= Katılımcı Sayısı, ***p<0.05**: Anlamlılık Değeri, x: Ortalama, M:Median, *:Mann-Whitney U

Araştırmada COVID-19 geçirip PCR testi negatife döndükten sonra 2 ay geçmiş olan 27 kişi, 3 ay geçmiş olan 34 kişi, 4 ay geçmiş olan 22 kişi, 5 ay ve daha fazla ay geçmiş olan 37 kişi bulunmaktadır. Bireylerin HADÖ, YŞÖ puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur. (p>0.05). (Tablo 4)

Tablo 4. COVID-19 geçiren bireylerin Aylara Göre Anksiyete, Depresyon, Yorgunluk Düzeylerinin Dağılımı (n=120)

Aylara göre dağılım		Ölçek Puanı $\bar{x}\pm ss$ M (Q ₁ -Q ₃)	Kritik Değer	P değeri	Etki Büyüklüğü
Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (Depresyon Değeri)	Covid sonrası 2 Ay geçmiş(n=27)	8.15±4.426 8 (4;12)	1.661	0.179 ¹	0.042
	Covid Sonrası 3 ay geçmiş (n=34)	8.53±4.259 10 (4;11.25)			
	Covid sonrası 4 ay geçmiş (n=22)	9.62±4.577 10 (6;11.5)			
	Covid sonrası 5 ve daha fazla ay geçmiş (n=37)	10.27±4.005 10 (8;13)			
Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (Anksiyete Değeri)	Covid sonrası 2 Ay geçmiş (n=27)	6.93±3.782 7 (4;10)	1.571	0.200 ¹	0.039
	Covid Sonrası 3 ay geçmiş (n=34)	7.35±4.306 9 (2.75;11)			
	Covid sonrası 4 ay geçmiş (n=22)	8.52±5.419 9 (3.5;10)			
	Covid sonrası 5 ve daha fazla ay geçmiş (n=37)	9.03±4.18 9 (7;11.5)			
Yorgunluk Şiddet Ölçeği	Covid sonrası 2 Ay geçmiş (n=27)	4.4±1.455 4.4 (3.1;5.8)	1.497	0.219 ¹	0.038
	Covid Sonrası 3 ay geçmiş (n=34)	5.14±1.558 5.3 (4.8;6.225)			
	Covid sonrası 4 ay geçmiş (n=22)	5.01±1.824 5.7 (3.7;6.55)			
	Covid sonrası 5 ve daha fazla ay geçmiş (n=37)	5.13±1.438 5.3 (4.45;6.55)			

***p<0,05**;x: Ortalama;ss: Standart Sapma;M: Medyan; Q₁:1. Çeyreklik;Q₃:3. Çeyreklik; ¹: ANOVA (F); ²: Kruskal Wallis Testi (H); A, B, C: Aynı satırdaki farklı harf veya harf kombinasyonları istatistiksel açıdan anlamlı farklılığı ifade eder (p<0.05)

TARTIŞMA

COVID-19, bireyleri hem fiziksel hem de psikolojik açıdan oldukça olumsuz etkilemektedir. Çalışmamızda COVID-19 olan ve olmayan bireylerin anksiyete, depresyon ve yorgunluk seviyelerinin karşılaştırıldığı ve COVID-19 geçirdikten sonra bireylerdeki bu belirtilerin aylara göre nasıl bir değişkenlik gösterdiği araştırılmaktadır.

Depresyon; hüznün, keder, suçluluk, umutsuzluk gibi olumsuzluk içeren kavramların duygusal yansımalarıdır (Garber, Brunwasser, Zerr, Schwartz, Sova & Weersing, 2016). Pandemiyle beraber

aylardır süren sosyal izolasyon süreci, konser, kafe, sinema, kütüphane, spor faaliyetleri, alışveriş gibi birçok sosyal içerikli faaliyetten mahrum olunması, COVID-19 enfeksiyonu hakkında henüz net bilgilerin olmaması, sosyal medyadaki yanlış bilgi kirliliğinin oluşması gibi etkenler bireylerde anksiyete, depresyon gibi olumsuz durumların seviyelerinin yükselmesine neden olabilir (Wang ve ark., 2020). COVID-19 pandemi döneminde enfeksiyonlu vakaların, daha çok akciğer tutulumu gösterdiği ve virüsün burada büyüüp çoğalarak, solunum sisteminde disfonksiyonlara sebep olduğu bilinmektedir. Bireylerin ciddi nefes problemleri nedeniyle ölüm korkusu yaşamaları fizyolojik ve ruhsal durumlarını daha da kötüleştirmektedir (Mevlana & Karaaziz, 2021).

Yapılan bir çalışmaya göre COVID-19 pandemisi ile bireylerin genel anksiyete, stres ve depresyon bulgularının ilişkili olduğu bildirilmiştir (Özdin & Bayrak, 2020). Ülkemizde yapılan çalışmalara göre COVID-19 pandemisinde bireylerin anksiyete ve depresyon yetisinin arttığı bildirilmiştir (Özdin & Bayrak, 2020; Karahan & Eskici, 2020; Gencer, 2020; Cansel ve ark., 2021; Meng ve ark., 2020). Türkiye’de yapılan çalışmalarda COVID-19pandemisinde toplumun yaklaşık %22,6 - %23,6’sında depresyon olduğu bildirilmiştir (Özdin & Bayrak, 2020; Cansel ve ark., 2021).

Çin’de yapılan bir çalışmaya katılan bireylerin %35’inde COVID-19’a bağlı psikolojik disfonksiyonlar saptanmış ve yaşlı bireylerin pandemiden çok daha fazla etkilendikleri bildirilmiştir (Qiu, Shen, Zhao, Wang, Xie & Xu, 2020). Çin’de yapılan farklı bir çalışmada ise pandemiden etkilenme oranının %37,1 olduğu ifade edilmiştir (Meng ve ark., 2020).

Serafini ve arkadaşları, yapmış oldukları çalışmada karantina ile ilgili psikolojik problemleri; depresyon, sinirlilik, anksiyete, öfke ve korku olarak bildirmişler ve aynı zamanda yaşam kalitesinin de etkilenmekte ve bozulmakta olduğunu vurgulamışlardır (Serafini ve ark., 2020). Yeni tip corona virüs salgını süresince dünyada yetişkinlerde tespit edilen depresyon olgularının yaklaşık iki kat arttığı düşünülmektedir (Anonim, 2020; Wang ve ark., 2020). Çin’de salgının ilk zamanlarında 1210 bireyin dahil olduğu çalışmada bireylerin %53’ünün pandemiden psikolojik olarak etkilendiği, %16’sında yüksek yada orta depresyon ve %28’inde de anksiyete semptomlarının olduğu belirtilmiştir (Wang ve ark., 2020). Farklı bir çalışmada ise COVID-19 tanısı koyulan bireylerin %52,4’ü klinik iyileşmeden 3 ay sonra bile psikolojik ve fiziksel bozukluk belirtilerinin olduğu belirtilmiştir (Tomasoni ve ark., 2021). Çalışmamız bu araştırmalar ile paralellikler göstermektedir. Biz de çalışmamızda COVID-19 enfeksiyonu geçirmiş ve karantinada kalmış bireylerin anksiyete ve depresyon seviyelerinin yüksek olduğu sonucuna vardık. COVID-19 enfeksiyonu geçiren bireylerin aylara göre anksiyete, depresyon ve yorgunluk seviyelerinde anlamlı bir fark elde edilmemiştir. Sonuç doğrultusunda COVID-19 enfeksiyonu geçiren bireylerin aylara (2-5 ve üzeri ay) göre anksiyete, depresyon ve yorgunluk şiddet seviyelerinde anlamlı bir iyileşme görülmemiştir.

Satıcı ve ark. (2020), fiziksel ve psikolojik yorgunluk seviyelerinin pandemi sebebiyle arttığını söylemektedirler. Matias ve ark. (2020), uzun süreli COVID-19 izolasyonu ve sokağa çıkma yasakları dönemlerinde fiziksel aktivite gibi fiziksel ve psikolojik yorgunluğu önleyici desteklerin gerekli olduğunu bildirmişlerdir. Alaca ve ark. (2022), COVID-19 salgını döneminde fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümü öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmada, kız öğrencilerinde daha belirgin olmak üzere öğrencilerin fiziksel aktivite seviyeleri ve uyku kalitelerinin olumsuz olarak etkilendiği tespit edilmiştir. Ayrıca zaman yönetimi iyi olmayan öğrencilerin uyku kalitesi ve fiziksel aktivite seviyelerinin de düşük olduğu belirtilmiştir.

2020 yılında Oxford üniversitesinin yapmış olduğu bir çalışmada, COVID-19 enfeksiyonunu geçirmiş bazı bireylerin akciğer tomografilerinde ciddi ve kalıcı bir akciğer hasarı gözlemlenmiş ve bu bireylerin enfeksiyonu yenmiş olmalarına rağmen solunum problemleri yaşadıkları ve yorgunluk seviyelerinde artış olduğu tespit edilmiştir (Cheng ve ark., 2020). Çalışmamızda yapılan bu araştırma ile benzerlikler vardır. Biz de COVID-19 enfeksiyonu geçirmiş bireylerin yorgunluk seviyelerini COVID-19 geçirmemiş bireylere göre daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur.

2021 yılında depresyon, anksiyete ve suçluluk durumlarının incelendiği bir çalışmada bireylerin yaş aralıkları “18-65” olarak bildirilmiştir (Koç ve ark., 2021). Yiğitoğlu ve ark.’nın COVID-19 tanısı alan bireylerdeki anksiyete ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yaptıkları çalışmada ise bireylerin yaş aralığı “18 yaş ve üzeri” olarak bildirilmiştir (Toğluk ve ark., 2021). Çalışmamız bu araştırmalarla paralellik göstermekte olup benzer bir şekilde dahil edilen yaş aralığı “18-70” olarak belirlenmiştir.

COVID-19 enfeksiyonundan sonra devam eden semptomların yaygınlığına ilişkin raporlar, hastanede yatan hastaların %32.6 ila %87'si arasında semptomların devam ettiğini ifade etmektedir (Nalbandian ve ark., 2021; Bell ve ark., 2021). Hastaneye yatışı yapılmayan COVID-19'lu bireylerin, %37'sinde yorgunluk ve %30'unda bilişsel bozukluk olduğu bildirilmiştir (Chopra ve ark., 2021). Bir başka çalışmada ise enfekte olan hastaların %76'sında taburcu olduktan 6 ay sonra bile hala en az bir semptomun devam ettiği belirtilmiştir (Huang ve ark., 2021). Çalışmamıza katılan COVID-19'lu bireylerde anksiyete, depresyon ve yorgunluk düzeylerinin sağlıklı bireylere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Elde ettiğimiz bulgular doğrultusunda COVID-19 enfeksiyonu geçirmiş bireylerde anksiyete, depresyon ve yorgunluk seviyelerinin geçirmeyenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca COVID-19 enfeksiyonu geçiren bireylerde enfeksiyon sonrası geçen sürelerin anksiyete, depresyon ve yorgunluk üzerinde anlamlı bir değişikliğe neden olmadığı görülmüştür. İlerleyen dönemlerde yapılacak olan çalışmalarda ve tedavi programlarında COVID-19 enfeksiyonu geçirmiş bireylerin yüksek anksiyete, depresyon ve yorgunluk düzeylerinin incelenmesini, rehabilitasyon ve sağlık bakım hizmetlerinde COVID-19 geçirme öyküsünün dikkate alınmasını ve COVID-19 geçiren bireylere yönelik psikolojik rehabilitasyon çalışmalarının planlandığı araştırmaların yapılması önerilir.

ARAŞTIRMANIN ETİK YÖNÜ

KTO Karatay Üniversitesi İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (Tarih: 09/02/2021/ Karar no: 046) ve ayrıca T.C. Sağlık Bakanlığı'nın Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğünden çalışma için onay alınmıştır.

YAZAR KATKI ORANI

Fikir/kavram: BÇ; Tasarım: BÇ, GS, AÜ; Veri toplama: BÇ, GS, AÜ; Veri işleme: BÇ, GS, AÜ; Analiz ve/veya Yorum: BÇ, GS, AÜ; Kaynak tarama: BÇ, GS, AÜ; Makalenin Yazımı: BÇ, GS, AÜ; Eleştirel inceleme: AÜ.

ÇIKAR ÇATIŞMASI

Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

FİNANSAL DESTEK

Bu çalışma mali açıdan desteklenmemiştir.

YAZAR KATKILARI

Fikir/Kavram: MÇ, ÖAS, KY; Tasarım: MÇ, ÖAS, KY; Denetleme/Danışmanlık: ÖAS, KY; Veri Toplama ve/veya İşleme: MÇ; Analiz ve/veya Yorum: MÇ, ÖAS, KY; Kaynak Taraması: MÇ; Makalenin Yazımı: MÇ; Eleştirel İnceleme: ÖAS, KY.

KAYNAKLAR

Akıncı, B., Karaduman, S., Seferoğlu, S., Yalçın, R., Özenç, B., & Şahin, Ö. (2021). COVID-19 pandemisi sebebiyle ev karantinası uygulanan ileri yaştaki bireylerde dispne algısının incelenmesi. *Haliç Üniversitesi Sağlık Bilim Dergisi*, 4(1), 35-47.

Alaca, N., Yıldız, A., Zeytin, Y., Karaca, M., & Dilek, B. (2022). Pandemi sürecinde fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümü öğrencilerinin fiziksel aktivite, uyku kalitesi ve zaman yönetimi becerilerinin değerlendirilmesi. *Gevher Nesibe Journal IESDR*, 7(16), 49-59.

Argüder, E., Kılıç, H., Civak, M., Kacar, D., Kaya, G., Yılmaz, A., & Karalezli, A. (2020). COVID-19 enfeksiyonu nedeniyle hastanede yatan hastalarda anksiyete ve depresyon düzeyleri. *ANK. MED. J.*, 20(4), 971-981.

Armutlu, K., Korkmaz, N.C., Keser, I., Sümbüloğlu, V., Akbıyık, D.I., Güney, Z., & Karabudak, R. (2007). The validity and reliability of the Fatigue Severity Scale in Turkish multiple sclerosis patients. *Int J Rehabil Res*, 30(1), 81-85.

Bell, M.L., Catalfamo, C.J., Farland, L.V., Ernst, K.C., Jacobs, E.T., Klimentidis, Y.C., & Pogreba-Brown, K. (2021). Post-acute sequelae of COVID-19 in a non-hospitalized cohort: results from the Arizona CoVHORT. *PLoS One*, 16: e0254347.

- Cansel, N., Ucuş, İ., Arslan, A.K., Tetik, B.K., Çolak, C., & Akça A.S.D. (2021). Prevalence and predictors of psychological response during immediate COVID-19 pandemic. *Int J Clin. Pract*, 75(5), e13996.
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G.P., Harmer, P., Ainsworth, B.E., & Li, F. (2020). Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *J Sport Health Sci*, 9(2), 103-4.
- Cheng, X., Maria, T., Samuel, C.W., Fiona, M., Heiko, P., Louise, W., Rachel, B., & Fergus, G. (2020). COVID-19 pneumonia and the masque rades. *BJR case reports*, 6(3), 20200067.
- Chopra, V., Flanders, S.A., O'Malley, M., Malani, A.N., & Prescott, H.C. (2021). Sixty-day out comes among patients hospitalized with COVID-19. *Ann. Intern. Med*, 174, 576-578.
- Ensrud, K.E., Blackwell, T.L., Cauley, J.A., Dam, T.T.L., Cawthon, P.M., & Mackey, D.C. (2014). Objective measures of activity level and mortality in older men. *J Am Geriatr Soc*, 62(11), 2079-87.
- Erbay, A. (2020). Uzamış Covid; Yeni Bir Tanım, *Bozok Tıp Derg*, 10(4), 111-114.
- Gao, J., Zheng, P., Jia, Y., Chen, H., Mao, Y., Chen, S., & Dai, J. (2020). Mental health problems and social media exposure during covid-19 outbreak. *PLoSOne*, 15: e0231924
- Garber, J., Brunwasser, S.M., Zerr, A.A., Schwartz, K.T., Sova, K., & Weersing, V.R. (2016). Treatment and Prevention of Depression and Anxiety in Youth: Test of Cross-Over Effects. *Depress Anxiety*, 33(10), 939-959.
- Gencay-Can, A., & Can, S.S. (2012). Validation of the Turkish version of the fatigue severity scale in patients with fibromyalgia. *Rheumatol Int*, 32(1), 27-31.
- Gencer, N. (2020). Pandemi Sürecinde Bireylerin Koronavirüs (Kovid-19) Korkusu: Çorum Örneği. *Uluslar Sos Bilim Akad Derg*, 1(4), 1153-1173.
- Huang, C., Huang, L., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Gu, X., & Cao, P.B. (2021). 6-month consequences of COVID-19 in patients discharged from hospital: a cohort study. *Lancet*, 397, 220-232.
- Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., & Cao, B. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet*, 395(10223), 497-506.
- Hyland, P., Shevlin, M., McBride, O., Murphy, J., Karatzias, T., Bentall, R.P., Martinez, A., & Vallières, F. (2020). Anxiety and depression in the Republic of Ireland during the COVID-19 pandemic. *Acta Psychiatr. Scand*, 142(3), 249-256.
- Karahan, Y.S., & Eskici, G. (2020). Evaluation of emotional (depression) and behavioural (nutritional, physical activity and sleep) status of Turkish adults during the COVID-19 pandemic period. *Public Health Nutr*, 25(5), 942-949.
- Koç, A., Tok, H.H., Uzun, L.N., & Ensari, H. (2021). COVID-19 Sebebiyle Bir Kurumda Karantina Altında Bulunanlarda Depresyon, Anksiyete, Durumsal Suçluluk Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler. *Arch Neuropsychiatry*, 58, 146-153.
- Krupp, L.B., La Rocca, N.G., Muir-Nash, J., & Steinberg, A.D. (1989). The fatigue severity scale. Application to patients with multiple sclerosis and systemic lupus erythematosus. *Arch Neurol*, 46(1), 1121-1123.
- Matias, T., Dominski, F.H., & Marks, D.F. (2020). Human needs in COVID-19 isolation. *J. Health Psychol*, 25, 871-882.
- Meng, H., Xu, Y., Dai, J., Zhang, Y., Liu, B., & Yang, H. (2020). Analyze the psychological impact of COVID-19 among the elderly population in China and make corresponding suggestions. *Psychiatry Res*, 289, 112983.
- Mevlana, C.A., & Karaaziz, M. (2021). Sosyal İzolasyon, Karantina ve Psikolojik Etkileri. *YDÜ Mimarlık Fakültesi Dergisi*, 3(2), 158-170.
- Nalbandian, A., Sehgal, K., Gupta, A., Madhavan, M.V., McGroder, C., Stevens, J.S., & Wan, E.Y. (2021). Post-acute COVID-19 syndrome. *Nat. Med*, 27, 601-615.
- Özdin, S., & Bayrak, Ö.Ş. (2020). Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender. *Int J Soc. Psychiatry*, 66(5), 504-11.
- Paker, N., Bugdayci, D., Midik, M., Celik, B., & Kesiktas, N. (2013). Reliability of the turkish version of the hospital anxiety and depression scale in the people with traumatic spinal cord injury. *Neuro Rehabilitation*, 33(1), 337-341.
- Piercy, K.L., Troiano, R.P., Ballard, R.M., Carlson, S.A., Fulton, J.E., & Galuska, D.A. (2018). The Physical Activity Guidelines for Americans. *JAMA*, 320(19), 2020-28.

- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nation wide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *Gen Psychiatry*, 33(2), e100213.
- Rothan, H.A., & Byrareddy, S.N. (2020). The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *J. Autoimmun*, 109(102433).
- Satıcı, B., Göçet-Tekin, E., Deniz, M.E., & Satıcı, S.A. (2020). Adaptation of the fear of COVID-19 scale: Its association with psychological distress and life satisfaction in Turkey. *Int J Ment Health Addict*, 8, 1-9.
- Serafini, G., Parmigiani, B., Amerio, A., Aguglia, A., Sher, L., & Amore, M. (2020). The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population, *Int. J. Med*, 113(8), 531–537.
- T.C. Resmî Gazete (2008). Ayakta Teşhis ve Tedavi Yapılan Özel Sağlık Kuruluşları Hakkında Yönetmelik, 15 Şubat 2008, Sayı: 26788.
- Toğluk, Y.E., Karadede, H., Karadede, Ö., Karaali, R., & Aydın, E. (2021). COVID-19 Tanılı Bireylerin Anksiyete ve Depresyon Düzeylerinin Belirlenmesi. *Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi*, 25(2), 51-59.
- Tomasoni, D., Bai, F., Castoldi, R., Barbanotti, D., Falcinella, C., Mulè, G., & Monforte, A.A. (2021). Anxiety and depression symptoms after virological clearance of COVID-19: a cross-sectional study in Milan, Italy. *J Med Virol*, 93(2), 1175-1179.
- Tzurbitan, D., Grossman-Giron, A., Bloch, Y., Mayer, Y., Shiffman, N., & Mendlovic, S. (2020). Fear of COVID-19 scale: Psychometric characteristics, reliability and validity in the Israeli population. *Psychiatry Res*, 289, 113100.
- 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. *Int. J. Environ. Res*, 17(5), 1729-34.
- Wang, D., Hu, B., Hu, C., Zhu, F., Liu, X., Zhang, J., & Peng, Z. (2020). Clinical characteristics of 138 hospitalized patients with 2019 novel coronavirus-infected pneumonia in Wuhan, China. *J Am Med Assoc*, 323(11), 1061-69.
- World Health Organization. (WHO). (2020). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19. <https://www.who.int/directorgeneral/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march2020> adresinden 29 Aralık 2021 tarihinde alınmıştır.
- Zigmond, A.S., & Snaith, R.P. (1983). The hospital anxiety and depression scale. *Acta Psychiatr Scand*, 67(6), 361-70.