

Depremzedelere psikososyal destek verilmeli



Ondokuz Mayıs Üniversitesi (OMÜ) Tıp Fakültesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Ömer Böke, daha önce herhangi bir rahatsızlığı bulunmayan kişilerde depremlerin ardından bir ay kadar travmaya karşı reaksiyon olabileceğini belirtti

BÖKE, OMÜ Tıp Fakültesi'nde gazetecilere, deprem korkusu olarak bilinen "seismophobia" ile deprem endişesinin yol açtığı duygu bozuklukları hakkında bilgi verdi. Deprem anormal bir olay olduğuna işaret eden Böke, "Deprem sonrasında ilk günlerde ortaya çıkan tepkiler, tamamen olağan. İnsanlarda tedirginlik, huzursuzluk, unutkanlık, dikkatsizlik gibi şaşkınlık, 'Ne oldu, neredeyim, kimim?' diye düşünceler olabiliyor. Bazen de aldırma olabilir. Bu dönemde görülen belirtilerin anormal bir olaya normal bir tepki olduğunu söylemeliyiz" ifadesini kullandı.

PSİKOSOSYAL DESTEK

İnsanların en önemli özelliğinin kendisini güvende hissetmesi olduğuna dikkati çeken Böke, "İnsanların endişe ve korkularından uzaklaşması için bize

kurumsal olarak düşen görev var. İnsanları ruh sağlığı çalışanlarına, psikososyal destek merkezlerine götürmemiz lazım. Yani onların yapacaklarından önce bizim onlara karşı yapmamız gereken bir görev var. Onlara gidip diyeceğiz ki, 'Ne yapabiliriz sizin için? Size destek olmak için yanınızdayız'. Yanlarında olduğumuzu onlara hissettirmemiz lazım" diye konuştu.

BU BELİRTİLERE DİKKAT!

Depremler sonrasında insanlarda ruhsal travmaya bağlı belirtiler oluşabileceğini vurgulayan Böke, şunları kaydetti: "Daha önce herhangi bir rahatsızlığı olmayan kişilerin travmaya karşı reaksiyonu olabilir ilk bir ay kadar. Bazı kişilerde bu belirtiler daha uzun sürebilir. Yani travma sonrası stres bozukluğu dediğimiz tablo gelişebilir. O zaman da psikiyatrik olarak onlara

destek olmaya çalışırız. Deprem öncesinde zaten takip edilmekte olan hastalarımız vardı. Bu hastalarımızın belirtilerinde kitlesel travma nedeniyle artma söz konusu olabilir. Onun için psikiyatri hizmetlerine önümüzdeki dönemde daha çok ihtiyaç olacak. O kişilerin de takiplerini daha yakından sürdürmeleri uygun olur. Çünkü bizim hastalıklarımız genellikle yatışma ve alevlenme dönemleriyle gidiyor. Kitlesel travma olduğunda alevlense söz konusu olabilir. Onların da yakın takibi gerekir. İşlevsellikleri bozulduysa, uykuda ciddi zorluk varsa, iştah sorunları varsa, tıbbi problem vardır. Mesela tansiyon yüksekliği gibi durumlar, dikkati sürdürmekte zorlanıyorsa ve anlık unutkanlıklar gibi belirtiler varsa o zaman müracaatlarını hızlandırmalarını öneririz."