

REZUMAT

20.70086.11/COV(70105) Consecințele stresului psihoemoțional în condițiile pandemiei COVID-19 și măsurile de atenuare a lor (SPECVID-19).

Conducător: doctor în științe biologice, conferențiar cercetător Valentina Ciochină.

Scopul: Evaluarea stării de stres și a consecințelor lui în perioada de izolare COVID-19 și elaborarea unor măsuri de atenuare a ei.

Obiectivele:

1. Determinarea consecințelor stresului psihoemoțional în condițiile pandemiei COVID-19.
2. Elaborarea unor măsuri și metode de depășire a stării de stres și de atenuare a acestuia.

Investigațiile s-au realizat în perioada octombrie 2020 – septembrie 2021 pe 1903 subiecți (759 bărbați și 1144 femei) care la momentul testării n-au fost bolnave de COVID-19 (testul DASS) și 385 persoane (198 bărbați și 187 femei) postCOVID-19 (testul HADS) în vârstă de 16-87 ani, practic în toate raioanele republicii din dreapta Nistrului și în orașele Tighina și Tiraspol. Analiza rezultatelor investigațiilor persoanelor care n-au fost bolnave de COVID-19 denotă că: 60,1% din ei se aflau în stare de anxietate de diferit grad (27,7% – ușor, 11% – moderat, 7,5% – grav și 14,1% – foarte grav); 52% – în stare de depresie de divers grad (16,2% – ușor, 23,1% – moderat, 8,1% – grav și 4,6% – foarte grav) și 42,2% – în stare de stres (16,8% – ușor, 13,3% – moderat, 9,2% – grav și 3% – foarte grav). 62,8 la sută din persoanele testate postCOVID-19 se aflau în stare de anxietate (31,4% – grad ușor și 31,4 – anxietate clară) și 28,6% – în stare de depresie (20% – grad ușor și 8,6 – depresie clară).

Analiza expresiei anxietății, depresiei și stării de stres după vârstă denotă, că acestea sunt prezente într-un număr mai mare la persoanele de după 46 de ani: anxietatea – la 63%; depresia – la 71,3% și starea de stres – la 44,2%.

Anxietatea, depresia și starea de stres în perioada pandemiei se întâlnește mai des la femei comparativ cu bărbații, respectiv: 17,3%, 27,2% și 63,8% la femei și 11,6%, 15% și 23,1 la bărbați.

De rând cu estimarea stării de stres s-a propus de a efectua un sondaj privind estimarea unor afecțiuni neurologice la persoanele care au suferi de COVID-19. S-a constatat, că la 61% din respondenți s-a constatat dureri de cap, la 40% – pierderea atenției, la 28,8% – pierderea orientării, la 87,7% – oboseală, la 30,5% – simptome de greață (ca simptome însoțitoare a celor neurologice), la 61% – pierderea mirosului, la 32,2% – denaturarea mirosului (pierderea parțială a mirosului sau hiperactivarea lui), la 17% a fost depistată fantosmia, iar la 49,1% – pierderea/denaturarea gustului și la 50,8% – tulburări ale somnului.

Pandemia COVID-19, după ce societatea a recunoscut-o ca fiind periculoasă pentru viață, a devenit un factor psihodisoso și psihopatogen, iar ca urmare a infecției cu coronavirus a început să exercite un efect patogen nu numai asupra organelor și sistemelor somato-vegetative, dar și asupra psihicului și sănătății mintale. Principalele stări psihogene reactive cauzate de pandemia COVID-19 sunt anxietatea emoțională sporită, tulburările stresogene acute, epuizarea emoțională, tulburările de stres posttraumatic și stările depresive.

Pandemia COVID-19 are un impact negativ și asupra sănătății sociale, perturbând relațiile sociale interpersonale anterioare și stereotipice de viață, deteriorând organizarea de evenimente culturale și sportive și calitatea vieții, agravând anxietatea și incertitudinea în viitor, fapt ce a dus la suprimarea stărilor de spirit ale societății, testându-le cu nemulțumire, iritabilitate crescută, stres și tensiune generală a oamenilor, urmată de agresivitate, care poate deveni un mecanism declanșator al tulburărilor comportamentale.

Dezvoltarea și consolidarea în memorie a tulburărilor psihogene cauzate de pandemia COVID-19 devin factori de risc pentru apariția unor noi sau exacerbări ale tulburărilor mentale.

Patologia coronavirusului trebuie de tratat nu numai ca o boală infecțioasă și somato-vegetativă, dar și ca tulburări psihogene. Pe fondalul stresului somatic, atunci când o persoană conștientizează că infecția cu coronavirus este una periculoasă, se dezvoltă stresul psihoemoțional.

Reabilitarea pacienților cu COVID-19 ar trebui să devină obligatorie pentru toți și să aibă ca scop restabilirea stării funcționale afectate sau slăbite a organelor și sistemelor implicate în dezvoltarea tulburărilor patologice somato-vegetative și psihogene, permițându-le să revină la modul de viață anterior.

SUMMARY

The consequences of psycho-emotional stress in the conditions of the COVID-19 pandemic and their mitigation measures.

Project leader: PhD in biological sciences, associate professor Valentina Ciochină.

Purpose: Evaluation of the stress state and its consequences during the COVID-19 pandemic isolation period and the elaboration of measures to mitigate it.

Objectives:

1. Determining of the consequences of psycho-emotional stress in the conditions of the COVID-19 pandemic.
2. Elaboration of measures and methods to overcoming stress and mitigate it.

The investigations were carried out between October 2020 and September 2021 on 1903 subjects (759 men and 1144 women) who at the time of testing were not sick with COVID-19 (DASS test) and 385 people (198 men and 187 women) postCOVID-19 (HADS test) aged between 16-87 years, practically in all districts of the right bank of the Dniester and in the cities of Tighina and Tiraspol. The analysis of the results of the investigations of the people who were not sick with COVID-19 shows that: 60.1% of them were in a state of anxiety of different degrees (27.7% - mild, 11% - moderate, 7.5% - severe and 14.1% - very severe); 52% - in a state of depression of various degrees (16.2% - mild, 23.1% - moderate, 8.1% - severe and 4.6% - very severe) and 42.2% - in a state of stress (16.8% - mild, 13.3% - moderate, 9.2% - severe and 3% - very severe). 62.8 percent of people tested postCOVID-19 were in a state of anxiety (31.4% - mild degree and 31.4 - clear anxiety) and 28.6% - in a state of depression (20% - mild degree and 8.6 - clear depression).

Analysis of the expression of anxiety, depression and stress according to the age shows that they are present in greater numbers in people after 46 years: anxiety - at 63%; depression - at 71.3% and stress - at 44.2%.

Anxiety, depression and stress during the pandemic are more common in women compared to men, respectively: 17.3%, 27.2% and 63.8% in women and 11.6%, 15% and 23.1 in men.

Along with estimating the state of stress, it was proposed to conduct a survey on the estimation of neurological disorders in people suffering from COVID-19. It was found that in 61% of respondents suffering from headaches, in 40% - loss of attention, in 28.8% - loss of orientation, in 87.7% - fatigue, in 30.5% - symptoms of nausea (as accompanying neurological symptoms), in 61% - anosmia (or loss of smell), in 32.2% - parosmia (distortions of the sense of smell or its hyperactivation), in 17% phantosmia (phantom smell or an olfactory hallucination) was detected, and in 49.1% - dysgeusia (loss or distortion of taste) and at 50.8% - sleep disorders.

The COVID-19 pandemic, after society recognized it as life-threatening, became a psychodissano- and psychopathogenic factor, and as a result of coronavirus infection began to exert a pathogenic effect not only on organs and somato-vegetative systems, but also on the psychic and mental health.

The main reactive psychogenic states caused by the COVID-19 pandemic are increased emotional anxiety, acute stress disorders, emotional exhaustion, post-traumatic stress disorder and depressive states.

The COVID-19 pandemic also has a negative impact on social health, disrupting previous and stereotypical interpersonal social relationships, deteriorating the organization of cultural and sporting events and the quality of life, aggravating anxiety and uncertainty in the future, which led to the suppression of mood' states of society, testing them with dissatisfaction, increased irritability, stress and general tension of people, followed by aggression, which can become a triggering mechanism of behavioral disorders.

The development and consolidation in memory of the psychogenic disorders caused by the COVID-19 pandemic, these become risk factors for the appearance of new ones or exacerbations of the mental disorders. Coronavirus pathology should be treated not only as an infectious and somato-vegetative disease, but also as psychogenic disorders. Against the background of somatic stress, when a person realizes that coronavirus infection is a dangerous one, psycho-emotional stress develops.

Rehabilitation of patients with COVID-19 should become mandatory for all and aim to restore the affected or weakened functional status of the organs and systems involved in the development of somato-vegetative and psychogenic pathological disorders, allowing them to return to their previous way of life.