

Uticaj koronavirusa na mentalno zdravlje



Pandemija koronavirusa u svetu traje već skoro godinu dana. Posledice pandemije na različite segmente života još uvek je teško sagledati. Posledice po mentalno zdravlje već su uočljive. Sve je više pacijenata koji po prvi put traže psihološku pomoć i podršku. Virus ostavlja posledice i na hronične bolesnike čije zdravlje je pogoršano. Posebna psihološka podrška potrebna je onima koji su pobedili najteže oblike covida 19. i čitavim porodicama koje su izgubile svoje najmilije. Psihijatar doktorka Danijela Brković kaže da će u praksi sigurno biti registrovan neki oblik bolesti koja je direktna posledica trenutne situacije.



Kako sačuvati

MENTALNO ZDRAVLJE

GEMiinfo
VAŠ INFORMATIVNI SERVIS

Koronavirus nam je doneo neizvesnost, strah za svoj život i živote najmilijih, brigu za zdravlje, socijalnu otuđenost, probleme finansijske prirode, gubitak posla. Situacija u kojoj se nalazimo ostavlja posledice po mentalno zdravlje svih nas. Prvi meseci karantina prošli su nam u negiranju stvarnosti i nadi da će sve brzo proći. Zatim su usledili brojni problemi i bolest je ušla u brojne porodice. Kraj godine je doneo najviše obolelih i nažalost brojnim porodicama ovaj virus je odneo najmilije. Prve posledice su već uočljive i povećan je broj onih koji se javljaju na prvi psihijatrijski pregled.

Posebna i najosetljivija kategorija su deca koja ulaze u najdelikatniji period svog razvoja. Virus je totalno promenio način odrastanja osnovcima i ulazak u svet odraslih srednjoškolcima. U lekarskoj praksi zabeleženi su i slučajevi pacijenata sa simptomima iznenadne konfuznosti i zaboravnosti. To su zapravo bili prvi simptomi koronavirusa.



Posledice koronavirusa na mentalno zdravlje svih nas, a posebno onih najteže pogodjenih, tek će biti predmet izučavanja medicinskih eksperata. Najbolji lek za brojne brige, strahove ali i anksioznost jeste pozitivan stav i boravak u prirodi. Proleće koje je pred nama ali i imunizacija koja najavljuje pozitivan ishod bitke sa ovom bolešću mogu nam pomoći u nastojanju da poboljšamo svoje mentalno zdravlje. U slučajevima kada osetite da Vam je psihološka pomoć potrebna, ne treba oklevati, stručna podrška psihijatara je nekada ne samo preporučljiva već i jedini način da se izborite sa problemima i nastavite život punim plućima.