

Υπηρεσίες ψυχικής υγείας κατά την πανδημία COVID-19: Η αναγκαιότητα επένδυσης στην παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας μέσω τεχνολογικών εφαρμογών.

Author: Άννα Χατζηγιάννου, Δρ Μαρία Καρανικόλα

Από τα αρχικά στάδια της πανδημικής κρίσης COVID-19, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας επισήμαινε την αναγκαιότητα για περαιτέρω επένδυση και ενίσχυση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας (Xiong et al., 2020). Την ίδια στιγμή, οργανωμένοι φορείς προειδοποιούσαν για τις αναμενόμενες ψυχοκοινωνικές συνέπειες σε παγκόσμιο επίπεδο, και μάλιστα σε έκταση μεγαλύτερη εκείνων που δέχτηκε η ανθρωπότητα από την Ισπανική γρίπη τον

20ο αιώνα (Hopkins 2020). Οι λόγοι για τους οποίους υπήρχε η εν λόγω ανησυχία ήταν πολλαπλοί. Εκτός από την ανασφάλεια και την αβεβαιότητα για την εξέλιξη της υγειονομικής αυτής κρίσης, οι στρατηγικές περιορισμού της εξάπλωσης του ιού, όπως η υποχρεωτική παραμονή στο σπίτι και η απαγόρευση των κοινωνικών επαφών συνοδεύτηκαν από μια σειρά στρεσογόνων καταστάσεων, όπως κοινωνική απομόνωση, αδράνεια, απώλεια εισοδήματος και δυσκολία πρόσβασης σε βασικές υπηρεσίες υγείας (Moreno et al., 2020; Stylianiou et al., 2020). Παράλληλα, για μεγάλο χρονικό διάστημα, οι υπηρεσίες υγείας παρέχονταν αποκλειστικά για την αντιμετώπιση επειγουσών καταστάσεων, ενώ η αδυναμία παροχής διαζώσης ψυχιατρικών υπηρεσιών και παρεμβάσεων ψυχοκοινωνικής στήριξης στο πλαίσιο των μέτρων πρόληψης μετάδοσης του ιού SARS-COV-2 συντέλεσαν στην περαιτέρω κλιμάκωση των επιπτώσεων της πανδημίας στην ψυχική υγεία κυρίως των ευάλωτων ομάδων, όπως των ψυχικά πασχόντων (Yao et al., 2020; Blumenstyk, 2020). Συγκεκριμένα, η αδυναμία διαζώσης παροχής υπηρεσιών στα άτομα με σοβαρά προβλήματα ψυχικής υγείας ήταν βασικός στρεσογόνος παράγοντας, καθώς για τους περισσότερους από αυτούς οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας αποτελούν τη βασική πηγή ψυχοκοινωνικής στήριξης (Yao et al., 2020; Fiorillo & Gorwood 2020). Με στόχο την κάλυψη των συνεπακόλουθων αναγκών, οι περισσότερες υπηρεσίες ψυχικής υγείας συνέχισαν να προσφέρονται μέσω τηλεδιασκέπων/τηλεσυναντήσεων, χρησιμοποιώντας το διαδίκτυο (Zeev, 2020).

Παρά την εμπειρία δύο δεκαετιών αναφορικά με την παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας μέσω διαδικτύου σε παγκόσμια κλίμακα, αυτή η πρακτική δεν συνιστούσε επιλογή για τους περισσότερους επαγγελματίες ψυχικής υγείας πριν από την εμφάνιση της πανδημίας (Andersson., 2018; Karyotaki et al.,

2018; Berryhill et al., 2019). Η καθυστερημένη ενσωμάτωση παρεμβάσεων μέσω του διαδικτύου στην καθημερινή πρακτική των επαγγελματιών ψυχικής υγείας, συμπεριλαμβανομένων και των νοσηλευτών, πιθανά να οφείλεται σε συγκεκριμένους παράγοντες (Vis et al.,

2018; Tuerk et al., 2019). Ένας από τους κυριότερους παράγοντες που έχει καταγραφεί είναι η περιορισμένη εξοικείωση και η συνεπακόλουθη μικρή αποδοχή της μεθόδου αυτής από τους ίδιους τους επαγγελματίες υγείας, παρά την τεκμηριωμένη αποτελεσματικότητα των διαδικτυακών παρεμβάσεων (Torosco et al., 2017). Επίσης, συγκεκριμένα στερεότυπα συχνά εμποδίζουν τους κλινικούς να χρησιμοποιήσουν το διαδίκτυο για να παρέχουν τις υπηρεσίες τους. Ο μύθος ότι «η θεραπευτική συμμαχία μπορεί να δημιουργηθεί μόνο πρόσωπο με πρόσωπο» φαίνεται να έχει κυριαρχήσει στον τομέα των υπηρεσιών ψυχικής υγείας, παρά τα ερευνητικά δεδομένα που δείχνουν το αντίθετο (Berger,

2017). Σε ένα τέτοιο πλαίσιο, η υιοθέτηση νέων τεχνολογιών για την παροχή ηλεκτρονικών υπηρεσιών ψυχικής υγείας τόσο από τους χρήστες των υπηρεσιών, όσο και από τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, γίνεται πιο αργά από ότι αρχικά αναμενόταν, επιβεβαιώνοντας την εκτίμηση ότι απαιτούνται κατά μέσο όρο 16 χρόνια για την υιοθέτηση και εφαρμογή μιας καινοτομίας στον τομέα της υγείας (Rogers et al., 2017).

Η πανδημία COVID-19 επέφερε μια μεγάλη και πρωτόγνωρη κρίση στην παγκόσμια κοινότητα, η οποία, όμως, την ίδια στιγμή, υπήρξε και μια τεράστια ευκαιρία για την αξιολόγηση και τη βελτίωση των συστημάτων υγείας. Συγκεκριμένα, αποκαλύφθηκε ότι τα συστήματα υγείας δεν έχουν σχεδιαστεί με τέτοιο τρόπο, ώστε να αντιμετωπίζονται αποτελεσματικά οι πανδημίες, υπογραμμίζοντας παράλληλα την επείγουσα ανάγκη για διεύρυνση των διαδικτυακών παρεμβάσεων (Wind et al., 2020). Η χρήση της τεχνολογίας αναδείχθηκε ως η τεκμηριωμένα βιώσιμη λύση για τη συνέχιση της παροχής υπηρεσιών ψυχικής υγείας (Blumenstyk,

2020). Παρόλα αυτά, υπογραμμίζεται ότι ενάμισι σχεδόν χρόνια μετά την έναρξη της πανδημίας, δεν έχει ανακοινωθεί επίσημα πολιτική τηλεψυχιατρικής από τις επίσημες υπηρεσίες ψυχικής υγείας στην Κύπρο. Βέβαια, είναι σημαντικό να αναφερθεί πως κατά την περίοδο της πανδημίας το Υφυπουργείο Έρευνας και

Καινοτομίας και η Διεύθυνση των Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας (ΟΚΥΨΥ) προσέφεραν την «Υπηρεσία Ψυχολογικής Τηλεφροντίδας» προς τον γενικό πληθυσμό, με προτεραιότητα τις ανάγκες πασχόντων που νοσούσαν από τον ιό SARS-COV-2 και παράλληλα είχαν ιστορικό σοβαρών προβλημάτων ψυχικής υγείας. Επίσης, παρόμοια υπηρεσία παρέχεται σε νοσοκομειακό επίπεδο μέσω της χρήσης «Tablet», με στόχο την επικοινωνία μεταξύ πασχόντων που νοσούσαν από τον ιό SARS-COV-2 και των συγγενών τους ή των αγαπημένων τους προσώπων. Παράλληλα, το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου με στόχο τη στήριξη λειτούργησε μέσω της ανοικτής τηλεφωνικής γραμμής «Είμαστε μαζί» παρείχε υπηρεσίες στήριξης και ενδυνάμωσης στους επαγγελματίες υγείας και στους φοιτητές (Karanikola et al., 2020). Οι παρεμβάσεις αυτές παρέχονταν από νοσηλευτές ψυχικής υγείας και ψυχολόγους.

Παράδειγμα προγράμματος από τον διεθνή χώρο που εφαρμόστηκε από το δημόσιο σύστημα υγείας κατά τη διάρκεια της πανδημίας, και του οποίου αξιολογήθηκε θετικά η αποτελεσματικότητα, είναι το «TreCovid19» στην Ιταλία. Το πρόγραμμα αυτό είχε στόχο την αξιολόγηση συμπτωμάτων ψυχική και συναισθηματικής επιβάρυνσης και ενδυνάμωσης ατόμων που βρίσκονταν σε καραντίνα στο σπίτι. Οι υπηρεσίες αυτές παρέχονταν μέσω μιας πλατφόρμας του υπουργείου υγείας, την οποία χρησιμο-ποιούσαν οι επαγγελματίες υγείας (ιατροί, νοσηλευτές) για την κοινοτική παρακολούθηση ατόμων με προβλήματα πριν την πανδημία COVID-19 (Gios et al., 2021). Ένα παράδειγμα παροχής υπηρεσιών στήριξης προς τους επαγγελματίες υγείας από τον διεθνή χώρο αποτελεί η υπηρεσία ανοικτής τηλεφωνικής γραμμής «Covid-Psy Hotline» στην Κίνα, της οποίας στόχος ήταν η αξιολόγηση της ψυχικής τους κατάστασης και η ενδυνάμωσή τους από εθελοντές ψυχολόγους (Geoffroy et al., 2020). Η γραμμή αυτή ήταν μια καινούργια παρέμβαση η οποία δεν εφαρμόζονταν πριν την πανδημία. Συνολικά, προτείνεται η αναθεώρηση του προσανατολισμού και του τρόπου παροχής των προσφερόμενων υπηρεσιών ψυχικής υγείας στην Κύπρο, και ειδικότερα των παρεμβάσεων που εφαρμόζονται από τους νοσηλευτές ψυχικής υγείας.

Άννα Χατζηγιάννου

Νοσηλεύτρια Ψυχικής Υγείας – Ψυχοθεραπεύτρια/Υποψήφια

Διδάκτωρ Τμήμα Νοσηλευτικής ΤΕ.ΠΑ.Κ, BSc, MSc

Αναπλ. Διευθυντής Σύνταξης

Μέλος ΔΣ ΠΑΣΥΝΜ

Δρ Μαρία Καρανικόλα

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια – Πρόεδρος Τμήματος Νοσηλευτικής ΤΕ.ΠΑ.Κ, BSc, MSc, PhD

Μέλος Συντακτικής Επιτροπής

Βιβλιογραφία:

- Andersson, G. Titov N, Dear ,BF., Rozental, A, Carlbring, P (2018), Internet-delivered psychological treatments: from innovation to implementation. *World Psychiatry*. 18:20–28
- Berryhill M.B., Culmer N., Williams N., Halli-Tierney A., Betancourt A., Roberts H., King M. (2019), Videoconferencing psychotherapy and depression: a systematic review. *Telemed. e-Health*.25:435–446
- Berger T.(2017), The therapeutic alliance in internet interventions: a narrative review and suggestions for future research. *Psychotherapy Research*. 27:511–524.
- Blumenstyk, G.(2020), The Chronicle; 2020. Why Coronavirus Looks Like a ‘Black Swan’ Moment for Higher Ed.<https://www.chronicle.com/article/Why-Coronavirus-Looks-Like-a/248219>
- Chew AMK, Ong R, Lei H, Rajendram M, Verma SK, Fung DSS, et al. (2020), Digital Health Solutions for Mental Health Disorders During COVID-19. *Front Psychiatry* 9(11):582007
- Dores, A.R. Geraldo A, Carvalho I.P, Barbosa F. (2020), The Use of New Digital Information and Communication Technologies in Psychological Counseling during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17(20):7663
- Moreno, C. Wykes, T. Galderisi, S. Nordentoft, M. Crossley, N. Jones, N. et al. (2020), How mental health care should change as a consequence of the COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry* 7(9):813-824
- Johns, Hopkins..Coronavirus (2020), COVID-19 global cases by the center for systems science and engineering, <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>
- Fiorillo, A. Gorwood, P. (2020), The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. *Eur Psychiatry*
- Karanikola M, Hatzioannou A, Koutroubas V, Kaikoushi K. (2020). “We Are Together”: Operating Protocol and Preliminary Evaluation of a Telephone Line for the Support of Healthcare Professionals during the Covid-19 Pandemic. *Connect: The World of Critical Care Nursing* 14 (2). DOI: 10.1891/WFCCN-D-20-00021
- Karyotaki, E. Ebert, DD. Donkin, L. Riper, H. Twisk, J. Burger, S. Cuijpers, P.(2018), Do guided internet-based interventions result in clinically relevant changes for patients with depression? An individual participant data meta-analysis. *Clinical Psychology Review*.63:80–92
- Rogers, H. Madathil, K.C. Agnisarman, S. Narashima, S. Ashok, A. Nair, A. Welch, B.M. McElligott, J.T.(2017), A systematic review of the implementation challenges of telemedicine systems in ambulances. *Telemedicine. e-Health*.23(9):707–717
- Stylianou, N. Samouti, G. Samoutis, G. (2020), Mental Health Disorders During the COVID-19 Outbreak in Cyprus. *Journal of Medicine and Life*.13(3):300-305. doi:10.25122/jml-2020-0114
- Topooco N., Riper H., Araya R., Berking M., Brunn M., Chevrel K., et al. (2017), On behalf of the E-COMPARED consortium Attitudes towards digital treatment for depression: a European stakeholder survey. *Internet Interventions*.8:1–9
- Tuerk P.W., Keller S.M., Acierno R (2019), Treatment for anxiety and depression via clinical videoconferencing: evidence base and barriers to expanded access in practice. *Focus* 16:363–369
- Vis C., Mol M., Kleiboer A., Bührmann L., Finch T., Smit J., Riper H. (2018), Improving implementation of eMental health for mood disorders in routine practice: systematic review of barriers and facilitating factors. *JMIR Mental Health*.5:e20.
- Wind, TR, Rijkeboer, M, Andersson, G, et al. (2020), The COVID-19 pandemic: the black swan for mental health care and a turning point for e-health. *Internet Interventions* 20: 100317
- Xiong, J. Lipsitz, O. Nasri, F. Lui, LM. Gil, I H. Phan, L. et al.(2020), Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review. *J Affect Disord* 277:55-64

19. Yao, H. Chen, JH. Xu, YF. (2020), Patients with mental health disorders in the COVID-19 epidemic. *Lancet Psychiatry* 7(4)
20. Zeev, B.D. (2020), The Digital Mental Health Genie Is Out of the Bottle. *American Journal of Psychiatry* 71(12):1212-1213