

وسواس فکری-عملی طی همه‌گیری کرونا ویروس ۲۰۱۹ (کووید-۱۹): نامه به سردبیر

فرزین باقری شیخانگفته*^۱، الناز صادقی چوکامی^۲

نامه به سردبیر

مقدمه: جهان در چند ماه اخیر در معرض تهدیدی جدی و در حال پیشرفت به نام ویروس کرونا ۲۰۱۹ قرار گرفته است. ویروسی که بیش از یک ماه طول نکشید تا به یک بیماری همه‌گیر تبدیل شود و سراسر جهان را با مسری بودن خود درگیر کند. این ویروس که از شهر ووهان چین آغاز شد، به سرعت میلیون‌ها نفر از مردم جهان را با خود درگیر کرد. به‌دنبال آن مرزها در سطح بین‌المللی بسته شدند، ارتباطها کاهش یافت و میلیاردها نفر در خانه‌های خود قرنطینه شدند. از آنجا که سازمان بهداشت جهانی در جهت تلاش برای مهار و کنترل این بیماری تلاش می‌کنند، مهم‌ترین راهکارهای توصیه شده توسط سازمان بهداشت جهانی و مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری، فاصله‌گذاری اجتماعی، رعایت بهداشت فردی و ضدعفونی کردن است. این شرایط باعث شد تقاضا برای خرید ماسک، دستکش، الکل و مواد ضدعفونی کننده به میزان قابل توجهی افزایش یابد. با این وجود، افراط در این زمینه ممکن است موجب ایجاد اختلالات روان‌شناختی مختلفی از جمله وسواس فکری-عملی و اختکار شود که نیازمند توجه و بررسی‌های بیشتری است.

واژه‌های کلیدی: کرونا ویروس ۲۰۱۹، کووید-۱۹، پاندمی، وسواس فکری-عملی، اختکار

ارجاع: باقری شیخانگفته فرزین، صادقی چوکامی الناز. وسواس فکری-عملی طی همه‌گیری کرونا ویروس ۲۰۱۹ (کووید-۱۹): نامه به سردبیر. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد ۱۳۹۹؛ ۲۸ (۶): ۴-۲۷۰۰.

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

* (نویسنده مسئول): تلفن: ۰۹۳۶۷۹۹۱۴۲۱، پست الکترونیکی: farzinbagheri73@gmail.com، صندوق پستی: ۴۱۸۴۷۱۵۱۹۱

بیماری کرونا ویروس ۲۰۱۹ (کووید-۱۹) (Coronavirus (COVID-19 disease 2019)) در دسامبر سال ۲۰۱۹ به عنوان یک بیماری همه گیر در چین آغاز شد و در حال حاضر به سرعت در حال گسترش است. کووید-۱۹ یکی از موارد جدید کرونا ویروس است که شباهت زیادی با کرونا ویروس سارس (SARS-CoV) و کرونا ویروس خاورمیانه (MERS-CoV) دارد (۱). این بیماری معمولاً با علائم تنفسی ساده‌ای همچون سرفه خشک، خستگی، تب و علائم گوارشی همراه است. کرونا ویروس ۲۰۱۹ تهدیدی جدی برای سلامت جسمی و زندگی افراد ایجاد کرده و باعث مشکلات گسترده روان‌شناختی و جسمانی شده است. در واقع، پیش‌بینی ناپذیر بودن وضعیت، نبود درمان قطعی، عدم اطمینان از زمان کنترل بیماری و انتقال سریع انسان به انسان از مهم‌ترین دلایل نگرانی در بیشتر مردم جهان می‌باشد (۲). با توجه به شدت همه‌گیری و سرعت شیوع آن، اگرچه در حال حاضر تمرکز بیشتر روی تأثیرات جسمانی، پزشکی و اقتصادی آن است، اما نقش آن در بروز علایم روان‌شناختی انکارنشده است. اطلاعاتی که توسط منابع مختلف درباره شیوه‌های آلودگی به ویروس بیان می‌شود ممکن است باعث افزایش ترس افراد از آلوده شدن به خود و اطرافیان‌شان شود. به همین دلیل تقاضای عموم مردم برای لوازم بهداشتی پیشگیری کننده از جمله ماسک، الکل، ضد عفونی کننده‌های سطوح، صابون و دستکش را افزایش داده است (۳). ترس یک مکانیسم دفاعی است که فرد در برابر موقعیت‌های خطرناک نشان می‌دهد و شامل واکنش‌های اساسی لازم برای زنده ماندن از این شرایط تهدیدآمیز است. با این حال، ترسی که متناسب با شرایط فعلی نباشد، ممکن است منجر به اختلالات روان‌شناختی گوناگونی مانند وسواس فکری-عملی (Obsessive-Compulsive Disorder)، اضطراب، افسردگی و پانیک شود (۴). اختلال وسواس فکری-عملی یکی از شایع‌ترین، ناتوان‌کننده‌ترین و مقاوم‌ترین اختلالات روان‌شناختی مطرح می‌باشد که در پنجمین ویرایش راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (Diagnostic and

Statistical Manual of Mental Disorders-5)، از دیگر اختلالات اضطرابی جدا شده است (۵). وسواس دربرگیرنده فکر یا احساسی عودکننده و اجبار رفتاری آگاهانه نظیر شمارش، وارسی، یا اجتناب است، که باعث افزایش اضطراب در فرد می‌شود، حال آنکه هرچند انجام اعمال اجباری در تلاش برای کاستن اضطراب همراه با وسواس فکری انجام می‌گیرد، همیشه به کم شدن این اضطراب منجر نمی‌گردد (۶). بررسی‌ها نشان داده‌اند حدود ۲ درصد از افراد به صورت جدی درگیر وسواس فکری-عملی هستند. با این وجود، علائم خفیف‌تر ممکن است شیوع بسیار بالاتری در جامعه داشته باشد. بیماران مبتلا به وسواس فکری و علمی علائم متنوعی از جمله آلودگی یا تمیز کردن، احتکار یا انباشت، چک کردن، تقارن و آداب وسواسی را دارند. با این حال، طبق بررسی‌های انجمن روان‌شناسی آمریکا (American Psychological Association) ترس از آلودگی شایع‌ترین وسواس به حساب می‌آید. ترس از آلودگی غالباً با آداب اجباری مانند شستشوی دست‌ها، تمیز کردن و انجام اقدامات متناسب برای کاهش قرار گرفتن در معرض منابع آلوده همراه است (۵). با توجه به اینکه رعایت بهداشت فردی (شست و شوی مداوم دست‌ها، استفاده از ماسک و دستکش) و حفظ فاصله‌گذاری اجتماعی یکی از مهم‌ترین روش‌ها در جهت پیشگیری و جلوگیری از شیوع هرچه بیشتر ویروس کووید-۱۹ است، خطر ابتلا به وسواس‌های عملی و احتکار طی همه‌گیری ویروس کرونا ۲۰۱۹ بسیار محتمل تلقی می‌شود (۷). در واقع این فشار و استرسی که ویروس کووید-۱۹ ایجاد می‌کند، افرادی که زمینه لازم برای ابتلا به وسواس فکری-عملی دارند را دچار مشکل کرده است. تا جایی که این نظافت و تمیزی به صورت افراطی صورت می‌گیرد و روند زندگی عادی آنان را مختل می‌کند (۸-۶). علاوه بر یادآوری مکرر در مورد اهمیت نظافت و بهداشت فردی توسط منابع مختلف، تصور می‌شود طی همه‌گیری ویروس کووید-۱۹ و لزوم اجرای فاصله‌گذاری اجتماعی، در نظر گرفتن اختلال احتکار (Hoarding Disorder)، که بخشی از طیف گسترده وسواس فکری-عملی نیز هست، از اهمیت بالایی برخوردار است (۹). احتکار،

همه گیری کرونا ویروس ۲۰۱۹ نشان دهنده این واقعیت است که بسیاری از افراد در سنین مختلف، درگیر این چالش فکری و عملی شدند. از طرفی دیگر، شیوع وسواس در دوران بیماری های پاندمی بسیار شایع و فراگیر است تا جایی که سال ها بعد از بیماری ممکن است این وسواس به نسل های آینده انتقال داده شود. بر همین اساس لازم است اقدامات و مداخلات پیشگیرانه ای در جهت کنترل و کاهش وسواس فکری-عملی توسط روان شناسان و مشاوران صورت گیرد. از سویی دیگر، باتوجه به اینکه در پاییز و زمستان شاهد تشدید ویروس کووید-۱۹ در داخل کشور هستیم لازم است اقداماتی در جهت افزایش تولید وسایل بهداشت فردی و مواد ضد عفونی کننده صورت گیرد. همچنین تدابیری به منظور مدیریت در توزیع این مواد و جلوگیری از احتکار احتمالی آن، توسط مسئولین ذیربط اتخاذ گردد.

تعارض در منافع: وجود ندارد.

جمع آوری بیمارگونه نامیده می شود که به صورت گردآوری و شکست در کنار گذاشتن اموال ظاهراً بی فایده یا با ارزش محدود، درهم ریختگی، کاهش فضای زندگی و متوقف کردن فعالیت هایی که برای آن فضا طراحی شده بودند، تعریف می گردد (۵). به بیانی دیگر احتکار وضعیتی روان شناختی است که به صورت جمع آوری و ناتوانی در کنار گذاشتن وسایل مختلف مشخص می شود که در طول پاندمی کرونا ویروس ۲۰۱۹ افزایش چشمگیری داشته است. در روزهای ابتدایی بسیاری از فروشگاه های غذایی باحجوم مردم مواجه شدند که منجر به تخلیه قفسه های فروشگاه ها و حتی انبارها شد. داروخانه ها نیز با کمبود الکل، ماسک، دستکش و دستمال کاغذی روبرو شدند. در واقع، بسیاری از مردم و شرکت ها به علت ترس از کمبود این موارد یا گران فروختن، اقدام به احتکار و انباشت غیر ضروری کردند (۱۰). در مجموع، نتایج مطالعات انجام شده در زمینه ابعاد وسواس آلودگی و احتکار طی

References:

- 1-Wu YC, Chen CS, Chan YJ. *The Outbreak of COVID-19: An Overview*. J Chin Med Assoc 2020; 83(3): 217-20.
- 2-Huang X, Wei F, Hu L, Wen L, Chen K. *Epidemiology and Clinical Characteristics of COVID-19*. Arch Iran Med 2020; 23(4): 268-71.
- 3-Storch EA, Schneider SC, Guzick A, McKay D, Goodman WK. *Impact Of COVID-19 on Exposure and Response Prevention for Obsessive-Compulsive Disorder: Present and Post-Pandemic Considerations*. Psychiatry Res 2020; 292: 113310.
- 4-Seçer İ, Ulaş S. *An Investigation of the Effect of COVID-19 on OCD in Youth in the Context of Emotional Reactivity, Experiential Avoidance, Depression and Anxiety*. Int J Mental Health and Addiction 2020: 1-4.
- 5-Abramowitz JS, Jacoby RJ. *Obsessive compulsive disorder in the DSM- 5*. Clinical Psychology: Science and Practice. 2014; 21(3): 221-235.
- 6-Benatti B, Albert U, Maina G, Fiorillo A, Celebre L, Girone N, et al. *What Happened to Patients with Obsessive Compulsive Disorder During the COVID-19 Pandemic? A Multicenter Report from Tertiary Clinics in Northern Italy*. Frontiers in Psychiatry 2020; 11: 720.
- 7-Shafran R, Coughtrey A, Whittal M. *Recognising and Addressing the Impact of COVID-19 on Obsessive-*

Compulsive Disorder. The Lancet Psychiatry 2020; 7(7): 570-72.

8-Chakraborty A, Karmakar S. *Impact of COVID-19 on Obsessive Compulsive Disorder (OCD)*. Iranian J Psychiatry 2020; 15(3): 256-9.

9-Banerjee DD. *The other side of COVID-19: Impact on Obsessive Compulsive Disorder (OCD) and Hoarding*. Psychiatry Res 2020; 288: 112966.

10-Baddeley M. *Hoarding in the Age of COVID-19*. J Behav Econom for Policy 2020; 4(S): 69-75.

Obsessive-Compulsive Disorder during the Coronavirus Epidemic 2019 (COVID-19): Letter to the Editor

Farzin Bagheri Sheykhangafshe^{*1}, Elnaz Sadeghi Chookami²

Letter to editor

Introduction: In the recent months, the world has been exposed to a serious and evolving threat called the Corona virus disease 2019. A virus that did not take more than a month to become a pandemic disease and it has infected the whole world with its contagion. The virus, which originated in the Chinese city of Wuhan, quickly infected millions of people around the world. As a result, borders were closed internationally, communications were reduced, and billions were quarantined in their homes. The most important strategies recommended by the World Health Organization and the centers for disease control and prevention are such as social distancing, personal hygiene, and disinfection. This situation led to a significant increase in demand for masks, gloves, alcohol, and disinfectants. However, excess in this area may cause various psychological disorders, including obsessive-compulsive disorder and hoarding, which need further attention and investigation.

Keywords: Coronavirus 2019, COVID-19, Pandemic, Obsessive-Compulsive Disorder, Hoarding.

Citation: Bagheri Sheykhangafshe F, Sadeghi Chookami E. **Obsessive-Compulsive Disorder during the Coronavirus Epidemic 2019 (COVID-19): Letter to the Editor.** J Shahid Sadoughi Uni Med Sci 2020; 28(6): 2700-4.

¹Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, University of Guilan, Rasht, Iran.

²Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, University of Guilan, Rasht, Iran.

*Corresponding author: Tel: +989367991421, email: farzinbagheri73@gmail.com