



השפעת משברים על הפרעות חרדה

ברוכים הבאים לגיליון השני של Anxiety News
הניוזלטר מבית פייזר לעדכונים בנושא חרדה מוכללת

רופאה יקרה,

שמי רינת שריר ואני המנהלת הרפואית של יחידת Upjohn בפייזר ישראל. אני שמחה להציג בפניך את הגיליון השני של הניוזלטר המדיקלי שלנו, ה-Anxiety news. הגיליון הראשון עסק בשאלה:
האם נמצא קשר בין התפרצות COVID-19 לבין עליה ב-GAD (Generalised Anxiety Disorder)? לחץ כאן לגיליון הראשון.
הפעם נעסוק ב:



השפעת משברים על הפרעות חרדה

בחודשים האחרונים, החיים שלנו הושפעו משמעותית, תחילה ע"י מגיפת ה-COVID-19 ובהמשך ע"י מבצע "שומרי החומות". הבריאות, הכלכלה והאינטרקציות החברתיות, אבני הבסיס לדברים החשובים לנו בחיים חוו טלטלה חזקה. בנוסף לתוצאות החמורות של מגיפת ה-COVID-19, ממשיכים להיאסף נתונים שונים המציגים את ההשלכות על כלל האוכלוסייה: עליה בשכיחות המצוקה הנפשית, עליה בסימפטומים של חרדה ודכאון ועליה בהתנהגות כפייתית (התמכרותית)¹. מחקרים מראים שבעיות נפשיות והתנהגות אובדנית כתוצאה ממיגפות נמצאות במגמת עליה כתוצאה ממשברים אלה בקרב האוכלוסייה. למרות שהטיפול במגיפה הויראלית והאטת התפשטות הנגיף היא המטרה העיקרית והחשובה היום, כולנו צריכים להיות מוכנים להשלכות ארוכות הטווח של משברים אלה¹.



השלכות המשברים הבריאותיים נחקרו במשך שנים, בשנה האחרונה המחקרים עסקו במגיפת ה-COVID-19. בעיתון *frontiers in Psychology* פרסמו מספר מחקרים שבחנו מצבים נפשיים שונים כתוצאה מה-COVID-19, האחד, בוצע בארצות הברית במהלך 3 השבועות הראשונים של הסגר הראשון ובדק בקרב 1,013 ממשתתפי המחקר הופעת בעיות נפשיות (כולל דכאון, חרדה, נדודי שינה ותגובות לחץ) באמצעות שאלון אלקטרוני. אוכלוסית המחקר כללה קבוצה של אנשים שאיבדו את עבודתם כתוצאה ממגיפת ה-COVID-19 מול קבוצה של אנשים שלא איבדו את עבודתם. **האנשים שאיבדו את עבודתם כתוצאה מהסגר דווחו על בעיות נפשיות חמורות יותר פי 1.5-1.7 לעומת אלו שלא איבדו את עבודתם².**

המחקר השני³, בחן את השפעת מגפת ה-COVID-19 על אנשים עם הפרעות נפשיות שונות באמצעות מחקר שבדק תסמינים ספציפים להפרעות, מתח נפשי והתנהגותי בהשוואה לקבוצת ביקורת. מחקר זה מצא כי מגיפת ה-COVID-19 עשויה לחזק את חומרת הסימפטומים והמתח הנפשי בקרב אנשים עם הפרעות נפשיות. **מסקנות המחקר הציעו להגביר מודעות לצורך בתמיכה מיוחדת בתקופות של מגיפות לאנשים עם הפרעות נפשיות כדי לסייע להם ולמנוע הדרדרות של התסמינים³.**

משברים כלכליים ידועים כמשברים בעלי השפעות על אנשים עם בעיות נפשיות. בדצמבר 2019 פורסם מחקר שבא לחקור את השפעת המשבר הכלכלי ביוון על קהילת בריאות הנפש, בייחוד את שיעור העליה בהפרעות הנפשיות והתאבדויות. כמו כן, נבחנו השלכות גורמים אלה על חסרי העבודה בקרב מקרים חדשים שהצטרפו לקהילת בריאות הנפש. המחקר התקיים בין השנים 2008-2013 וכלל 1,865 משתתפים בשלבים הראשונים של המשבר. **ממצאי המחקר הצביעו על כך שבמהלך משבר כלכלי, אבטלה ממלאת תפקיד חשוב בהתפתחות הפרעות חרדה ודכאון וקיים קשר ישיר לניסיון אובדנות⁴.**

משברים בטחוניים ידועים כגורם לעליה בשכיחות לבעיות נפשיות כגון דכאון ו-PTSD. ב-11 בספטמבר 2001 התרחש פיגוע טרור במנהטן, בעיר ניו יורק, במרץ 2002 התפרסם ב-*The New England Journal of Medicine* מאמר שסקר את הקשר בין פיגועי ה-11 בספטמבר לשכיחות PTSD ודכאון בקרב תושבי מנהטן. **מסקנות המחקר היו שבעקבות פיגועי ה-11 בספטמבר היתה עליה ב-PTSD ודכאון במנהטן⁵.**

במאמר המשך מצאו ש-57.8% מהנשאלים דיווחו על לפחות תסמין פוסט טראומטי אחד ושהתסמינים הנפוצים ביותר היו זכרונות חודרניים (27.4%) ונידודי שינה (24.5%). פרמטרים כגון: קירבה לאזור הפיגוע, תמיכה חברתית ירודה, התקפי פאניקה קבועים, אובדן רכוש כתוצאה מפיגוע או מעורבות בניסיון הצלה הינם קריטריונים שעשויים לעזור בניבוי משמעותי של הפרעות פוסט טראומטיות⁶.

האיגוד הפסיכיאטרי האירופאי (EPA) פרסם ב-2016 מאמר⁷ הדרכה שבו נכתבו הכוונות המוגעות לבריאות הנפש והמשבר הכלכלי, שבו הציגו באופן עיקרי **משברים כלכליים** אכן גורמים באופן ישיר לעליה בבעיות בבריאות הנפש ועוד יותר לעליה בשכיחות הפרעות נפשיות, כגון: דכאון, חרדה ובעיות שינה.

ההמלצה העיקרית של מאמר זה היתה שכדי למנוע קריסה של מערכת הבריאות מבחינת בריאות הנפש, יש לדאוג לתחזוקה שוטפת בענף רפואה זה.

הדרך הטובה למנוע ממשברים לפגוע בחולי בריאות הנפש היא לשמור על האוכלוסייה ב"good shape" בהקשר של בריאות הנפש. אוכלוסייה בריאה תהייה עמידה יותר לנזקים הנגרמים כתוצאה ממשברים, לכן, זה קריטי וחשוב להשקיע בבריאות הציבור כמדד מניעת⁷.

בכל שאלה/הבהרה בנושאים מדעיים הקשורים לכל אחד ממוצרי יחידת Upjohn הבאים אני זמינה לרשותך בכל עת.

להלן קישורים לעלון לרופא עבור מוצרים אלו:

- [Pregabalin \(Lyrica\)*](#)
- [Venlafaxine \(Effexor XR\)](#)
- [Alprazolam \(Xanax\)](#)
- [Sertraline \(Lustral\)](#)
- [Ziprasidone \(Geodon\)](#)

* אנו שים.מי.לב כי ההתוויה ל Pregabalin הורחבה וכוללת גם Generalized Anxiety Disorder

בברכה,
ד"ר רינת שריר,
מנהלת רפואית יחידת Upjohn
פייזר ישראל

לכל מידע נוסף מוזמנים לפנות אלי ב:
מייל: Rinat.sharir@pfizer.com
טלפון: 052-3572014

לחצו כאן לשלוח מייל ישירות אלי
לתיאום הרצאה, מאמר או כל מידע אחר

References:

- Osváth P. [Psychological outcome of COVID-19 pandemic. How can we prepare for a psychodemic crisis?] *Orv Hetil.* 2021; 162(10): 366-374. DOI: 10.1556/650.2021.31141
- William D. S. Killgore. *Front Psychiatry.* 2021; 12: 561898. Mental Health During the First Weeks of the COVID-19 Pandemic in the United States. doi: 10.3389/fpsy.2021.561898
- Hannah L. Quittkat. *Front Psychiatry* 2020 Nov 17;11:586246. Perceived Impact of Covid-19 Across Different Mental Disorders: A Study on Disorder-Specific Symptoms, Psychosocial Stress and Behavior. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.586246
- G. Konstantakopoulos. *Psychiatriki* 2019, 30:281-290. The impact of unemployment on mental health examined in a community mental health unit during the recent financial crisis in Greece. DOI: 10.22365/jpsych.2019.304.281
- Sandro Galea. *N Engl J Med.* 2002 Mar 28;346(13):982-7. Psychological Sequelae of The September 11 Terrorist Attacks In New York City. DOI: 10.1056/NEJMsa013404
- Sandro Galea. *J Urban Health.* Posttraumatic stress disorder in Manhattan, New York City, after the September 11th terrorist attacks. 2002 Sep;79(3):340-53. DOI: 10.1093/urban/79.3.340
- M. Martin Carrasco. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* (2016) 266:89-124. DOI: 10.1007/s00406-016-0681-x

לדיווח תופעות לוואי - ISR.AEReporting@pfizer.com

לדיווח על תלונת איכות - israelProdComplaints@pfizer.com

לפניות בנושא מידע רפואי - MIQueriesIsrael@pfizer.com

המידע בדיוור זה מיועד רק לאנשי מקצוע בתחום הבריאות בישראל
מיל הזכויות שמורות, יולי 2021