

# Mentalno zdravlje učenika: Utjecaj pandemije COVID-19 na psihičko zdravlje djece i adolescenata



prof.prim.dr.sc. Katarina Dodig-Ćurković, dr.med.  
Stanislav Rogulja, dr.med.

Bolest uzrokovana korona virusom tzv. Covid-19 prvi puta se pojavila u gradu Wuhanu u Kini 2019.g., a naknadno se proširila svijetom uzrokujući globalnu pandemiju.



Aktualna epidemiološka situacija s korona virusom uvela je novine u sve pore društva.

- smanjivanje socijalnih kontakata
- potpuna izolacija
- ekonomska blokada



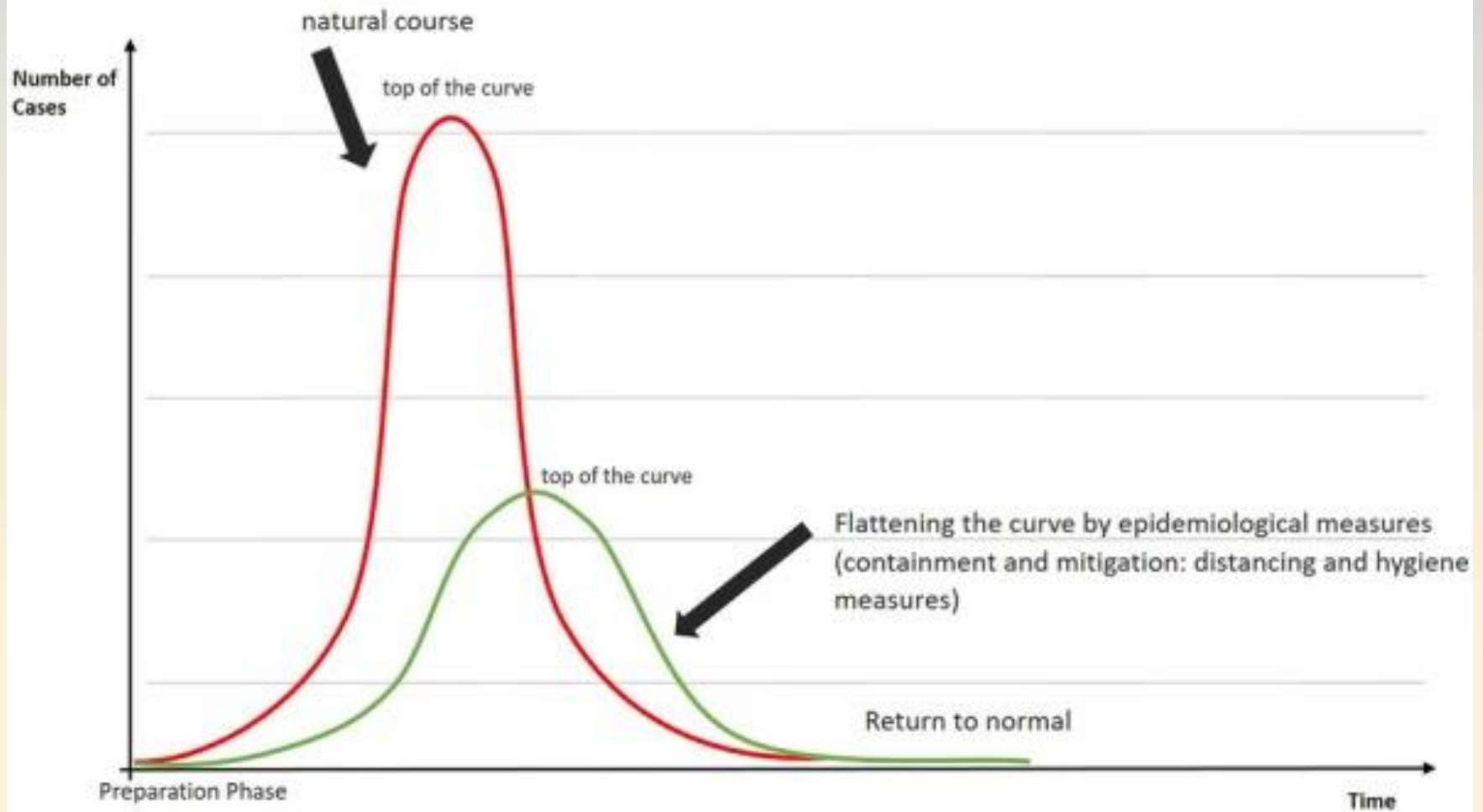
Iskustvo sa dosadašnjim epidemijama nam omogućava podjelu iste na tri faze. Svaka od faza ima svoje specifičnosti.

Prva faza je faza pripreme gdje imamo vladine mjere za suzbijanje širenja epidemije.

Druga faza je faza platoa tu incidencija i smrtnost dosežu svoj maksimum.

Treća faza je faza povratka u normalu gdje se sagledaju posljedice epidemije te se život postupno vraća u normalu.

# 3 phases of the pandemic



Novonastala situacija djeluje na cijelo društvo, pa tako i na obitelj kako u cjelini tako i na sve članove ponaosob.

Važno za napomenuti je da što su članovi obitelji mlađi to ih iznenadna ograničenja teže pogađaju.

Što je duža prisilna izolacija to će vjerojatnije doći do psihičkih poremećaja.



Najmlađima su tako zatvoreni vrtići i škole, ograničeni su im ili zabranjeni socijalni kontakti, zatvorene su im igraonice i druga mjesta socijalne interakcije, a potpora šire obitelji je također ograničena.



Djeca su u smislu ugroze života najmanje pogođeni aktualnom Covid-19 pandemijom, ipak posljedice psihosocijalnog utjecaja pandemije ih se najviše tiče.

Škola nije samo obrazovna ustanova, ona je mjesto raznih društvenih aktivnosti djece, tjelesnih aktivnosti, promicatelj zdravih higijenskih kao i prehrambenih navika, stoga je njihovo zatvaranje očiti problem za djecu i njihov psihofizički razvoj.





Svi članovi obitelji su pogođeni epidemiološkim mjerama, kod nekih je strah veći, kod nekih manji, ali uglavnom je prisutan. Sve promjene do kojih je epidemija korona virusom dovela (financijska neizvjesnost, rad od kuće, informiranje djece, pomaganje oko učenja, nedostatak baka servisa, gubitak najbližih, ograničenje socijalnih kontakata) kumuliraju stres.



Negativne posljedice škole od kuće su gubitak socijalne interakcije kako s vršnjacima tako i sa nastavnicima, ograničen i **upitan akademski boljitak** uz gubitak svakodnevne strukture!

Primijećeno je da je u vrijeme recesije povećan postotak nasilja unutar obitelji.

Porast obiteljskog nasilja u trenutnoj Covid19 epidemiji.



Sama karantena dovodi do psihičkih poteškoća zahvaćenih sudionika od PTSP-a (28-34%), pojačanog straha (20%) pa do depresije, razdražljivosti, nesanice...

Izolacija dovodi do pojačanog korištenja interneta te su djeca samim tim izloženija internet predatorima.

Povećana je i potražnja za dječjom pornografijom.



S obzirom na brojne negativnosti ipak postoje i prednosti izolacije, a to je mogućnost pojačane obiteljske kohezije, zajedništva, međusobnog savladavanja stresnih situacija, također kod djece koja su bila izložena vršnjačkom nasilju evidentna je prednost školovanja od kuće.



Za pretpostaviti je da će poteškoće s mentalnim zdravljem kao posljedica epidemije biti dugotrajne i dalekosežne, ovisno o stupnju zahvaćenosti obitelji kao i socijalnog okruženja epidemiološkim mjerama, ali i posljedicama epidemije.

Poteškoće mentalnog zdravlja koje se jave u djetinjstvu utječu na daljnji život pojedinca.

Posljedice epidemije osjetit će svako dijete, ipak postoje djeca na koju će se više odraziti iste, a to su djeca koja su već u nepovoljnijem položaju- djeca slabijeg imovinskog statusa, djeca s kroničnim oboljenjima, djeca s intelektualnim teškoćama, djeca s invaliditetom te djeca s već postojećim psihičkim poteškoćama.



Mlađa djeca tijekom pandemije sklona su regresiji (duda, sisanje prsta..), prkošljivom ponašanju, izljevima bijesa.

Adolescenti su češće frustrirani, nervozni, dosadno im je te im fali njihova vršnjačka skupina.



Smjernice za roditelje- trebali bi educirati svoju djecu o mjerama zaštite od epidemije, zaštititi ih od pretjeranog izlaganja vijestima, osigurati im prisustvo osobe od povjerenja ukoliko moraju negdje ići, omogućiti im društvene grupe potpore kao i ograničiti im vrijeme provedeno pred ekranima.

Djeca trebaju iskrenu, ali i njihovoj dobi prilagođenu komunikaciju.





Neke od strategija suočavanja su pozitivno roditeljstvo (uključuje dobre roditeljske vještine) kao i društveno distanciranje, a ne socijalna izolacija.

Telemedicina uključujući telepsihijatriju jedna je od mjera pružanja psihijatrijske podrške u vremenima ograničenih društvenih kontakata poput aktualne epidemije.





**HRVATSKI LIJEČNIČKI ZBOR**  
CROATIAN MEDICAL ASSOCIATION

**HRVATSKO DRUŠTVO ZA MENTALNO ZDRAVLJE  
DJECE I ADOLESCENATA - HDMZDA**  
CROATIAN ASSOCIATION FOR MENTAL HEALTH  
OF CHILDREN AND ADOLESCENTS



Šubićeva 9, 10000 Zagreb • tel. +385 31 211 750 • fax. +385 31 211 750 • katarina5dodig@gmail.com

## **COVID-19: preporuke Hrvatskog društva za zaštitu mentalnog zdravlja djece i adolescenata, Hrvatskog liječničkog zbora**

Preporuku su izradili:

izv. prof. prim.dr.sc. Katarina Dodig-Čurković, dr. med. (specijalista psihijatar, subspecijalista dječje i adolescentne psihijatrije i forenzičke psihijatrije), KBC Osijek

doc.prim. dr.sc. Tomislav Franić, dr.med. (specijalista psihijatar, subspecijalista dječje i adolescentne psihijatrije i forenzičke psihijatrije), KBC Split)

Marina Bježančević, dr.med. (specijalizantica psihijatrije), KBC Osijek

БЛАГОДАРЯ ВИ

KIITOS

HVALA

HVALA VAM

OBRIGADO

DANK U

MERCI

GRAZZI

VIELEN DANK

AČIŪ

KÖSZÖNÖM

TAK

GRAZIE

GRACIAS

THANK YOU



DĚKUJI

PALDIES

DZIĘKUJĘ

AITÄH

TACK

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ

GO RAIBH MÍLE MÍLE  
MAITH AGAIBH

ĎAKUJEM

VĀ MULŢUMIM

