

# Η Επίδραση της Πανδημίας του Covid-19 στην Ψυχική Υγεία των Παιδιών, Εφήβων και Νεαρών ενηλίκων

The Effect of Covid-19 Pandemic on the Mental Health of Children, Adolescents and Young Adults

Abstract at the end of the article

Φραγκούλα Ευστρατίου,<sup>1</sup> Ελένη Ευαγγέλου,<sup>2</sup> Ευάγγελος Δούσης<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Νοσηλεύτρια MSc, Phd (cand),  
Ακαδημαϊκός Υπότροφος, Τμήμα  
Νοσηλευτικής, Πανεπιστήμιο Δυτικής  
Αττικής,

<sup>2</sup>Καθηγήτρια, Τμήμα Νοσηλευτικής,  
Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής,

<sup>3</sup>Επίκουρος Καθηγητής, Τμήμα  
Νοσηλευτικής, Πανεπιστήμιο Δυτικής  
Αττικής

**Εισαγωγή:** Τόσο η κοινωνική απόσταση όσο και η καραντίνα που σχετίζονται με τα μέτρα για τον περιορισμό της διασποράς του Covid-19, επηρεάζουν σημαντικά τα παιδιά. Προκαλούν αρνητικά συναισθήματα άγχους, κατάθλιψης, έντονου φόβου και μια πληθώρα συμπτωμάτων που συνδέονται με αυτά. Σκοπός της μελέτης είναι η σύνοψη των δημοσιευμένων άρθρων που αφορούν στην επίδραση της πανδημίας του Covid-19 στην ψυχική υγεία παιδιών, εφήβων και νεαρών ενηλίκων (1–24 ετών). **Υλικό και Μέθοδος:** Πρόκειται για συστηματική ανασκόπηση της δημοσιευμένης βιβλιογραφίας. Πραγματοποιήθηκε βιβλιογραφική αναζήτηση επιστημονικών άρθρων στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων Medline (PubMed) και Scopus από τον Μάρτιο 2020 έως τον Ιούνιο 2020. Τα κριτήρια ένταξης ενός άρθρου στη μελέτη ήταν: Η γλώσσα δημοσίευσης του άρθρου να είναι η Αγγλική, να είναι απολύτως σχετικό με το θέμα της μελέτης, να αφορά σε ερευνητική μελέτη, να είναι δημοσιευμένο σε έγκυρο επιστημονικό περιοδικό, να είναι δημοσιευμένο από τον Νοέμβριο του 2019 και μετά. **Αποτελέσματα:** Μετά από συστηματική και κριτική αξιολόγηση των άρθρων συμπεριλήφθηκαν στη μελέτη 9 άρθρα. Αυτά έδειξαν ότι η πανδημία του Covid-19 επέφερε αύξηση του φόβου, του άγχους και της κατάθλιψης στα παιδιά που βίωσαν τις επιδράσεις της, ιδιαίτερα σε αυτά που βρίσκονταν σε καραντίνα. Συγκεκριμένα τα παιδιά βίωσαν εξαιτίας των επιδράσεων της πανδημίας του Covid-19 χαμηλό άγχος (30,9–40,1%), μέτριο έως έντονο άγχος (24,9–37,4%) και σοβαρά συμπτώματα κατάθλιψης (6,5–43,7%). Σε σχέση με τους ενηλίκους τα παιδιά βίωσαν χαμηλότερο άγχος. Μεταξύ των παραγόντων που φαίνεται ότι επιδεινώνουν το άγχος και την κατάθλιψη είναι η διαμονή σε περιοχές με μεγάλη έξαρση της επιδημίας και ο φόβος ότι τα μέλη της οικογένειας θα μπορούσαν να

Υποβλήθηκε: 13/07/2020  
Επανυποβλήθηκε: 18/10/2020  
Εγκρίθηκε: 08/02/2021

#### Υπεύθυνος αλληλογραφίας:

Φραγκούλα Ευστρατίου, Λαοδικείας 127Α,  
184 51 Νίκαια  
Τηλ: (+30) 6948 728 149  
e-mail: fraefstratiou@yahoo.gr

προσβληθούν από το Covid-19. Ενώ μεταξύ των παραγόντων που φαίνεται ότι επιδρούν θετικά στο άγχος και στην κατάθλιψη είναι η ενημέρωση/πληροφόρηση για τη νόσο, η κοινωνική υποστήριξη και το σταθερό οικογενειακό περιβάλλον και εισόδημα. **Συμπεράσματα:** Η επίδραση της πανδημίας του Covid-19 στην ψυχική υγεία των παιδιών, εφήβων και νεαρών ενηλίκων φαίνεται να είναι μεγάλη και πρέπει να γίνουν προσπάθειες να αντιμετωπιστεί αποτελεσματικά.

**Λέξεις-ευρητήριου:** Covid-19, ψυχική υγεία, παιδιά, ψυχολογική, συναισθηματική, συμπεριφορά, διαταραχές, άγχος, ανησυχία, καραντίνα, κοινωνική απομόνωση, πανδημία.

## Εισαγωγή

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) τα παιδιά και οι νέοι αποτελούν το 42% του παγκόσμιου πληθυσμού. Μελέτες δείχνουν ότι όταν τα παιδιά δεν ακολουθούν τους φυσιολογικούς ρυθμούς της σχολικής τους ζωής, επηρεάζονται αρνητικά διάφοροι τομείς της ζωής τους.<sup>1</sup>

Τα προβλήματα που προκύπτουν γίνονται ακόμα πιο σοβαρά όταν συνυπάρχει σοβαρή επιδημία ή πανδημία. Αρκετές μελέτες έχουν διερευνήσει την ψυχολογική επίδραση κατά τη διάρκεια επιδημιών, όπως το σοβαρό οξύ αναπνευστικό σύνδρομο (SARS), ο Ebola και ο H1N1. Οι γυναίκες είχαν συχνότερη επανεμφάνιση των προβλημάτων και αρνητικές μεταβολές στη γνώση ή στη διάθεση από ό,τι οι άνδρες. Τέτοιες σοβαρές επιδημίες οδήγησαν σε περιοριστικά μέτρα όπως η καραντίνα σε πόλεις και χωριά του Καναδά (2003), της Κίνας (2003) και της Δυτικής Αφρικής (2014). Οι επιδράσεις που παρατηρήθηκαν στα άτομα που βρέθηκαν σε καραντίνα ήταν η πλήξη, η σύγχυση, ο θυμός, η απομόνωση, η μοναξιά, οι ενοχές, η θλίψη, η αύπνια, οι οικονομικές απώλειες, το στίγμα και η έλλειψη κοινωνικών αγαθών.<sup>1-4</sup> Στην περίπτωση του Ebola (2014) τα παιδιά βίωσαν μοναξιά, θλίψη και φόβο ότι θα χάσουν τους οικείους τους, ενώ παρατηρήθηκε και αύξηση της εγκληματικότητας. Ανάλογα γεγονότα, προκύπτουν και σε άλλα σοβαρά μεταδοτικά νοσήματα, συμπεριλαμβανομένης της γρίπης όπου απαιτούνται οι ίδιες προφυλάξεις για την ασφάλεια και την πρόληψη περαιτέρω μετάδοσης.<sup>5</sup>

Έχει ακόμα παρατηρηθεί ότι μετά από τραυματικά γεγονότα, όπως βίαιη σωματική επίθεση, τα βασανιστήρια, τα ατυχήματα, ο βιασμός ή οι φυσικές καταστροφές ακολουθούν συμπτώματα μετατραυματικού στρες (Post-traumatic Stress Symptoms - PTSS) που χαρακτηρίζεται από συμπτώματα όπως η επιμονή του τραύματος,

η σχετική αποφυγή ερεθισμάτων, το συναισθηματικό μούδιασμα και η φυσιολογική υπερδιέγερση.<sup>6</sup>

Στίγμα αναφέρθηκε σε μελέτες που αφορούσαν σε επιδημίες του παρελθόντος, όπως για παράδειγμα στο 32% των φορέων MRSA στη μελέτη των Gammon J et al.<sup>7</sup>

Τον Δεκέμβριο του 2019, ένας νέος κορωνοϊός ο Covid-19, εμφανίστηκε στην πόλη Wuhan της Κίνας. Ο ιός εντοπίστηκε γρήγορα και φάνηκε ότι μεταδιδόταν πολύ εύκολα, αυξάνοντας τον αριθμό των ασθενών και των νεκρών με γεωμετρική πρόοδο. Τον Φεβρουάριο του 2020, ο ιός είχε ήδη εξαπλωθεί σε 26 χώρες και είχε ως αποτέλεσμα να υπάρχουν 51.857 κρούσματα και 1669 νεκροί, ενώ τον Μάρτιο του 2020 υπήρχαν 109.577 κρούσματα και 3809 νεκροί σε 104 χώρες. Σήμερα, ο Covid-19 πλήττει αρκετές χώρες, παγκοσμίως προκαλώντας πανικό και άγχος σε άτομα που υπόκεινται στην απειλή του.<sup>5</sup> Τα συστήματα υγείας ανά τον κόσμο στραγγαλίστηκαν και ο Covid-19 αποτέλεσε μία μεγάλη απειλή για την υγεία και έναν μεγάλο κίνδυνο για την παγκόσμια οικονομία, επηρεάζοντας τις ζωές των ανθρώπων.<sup>6,8</sup> Η γρήγορη και εύκολη μετάδοση του ιού σε συνδυασμό με τις επιπλοκές και τη μεγάλη θνησιμότητα, οδήγησαν σε καταστάσεις όπως η απαγόρευση κυκλοφορίας (lockdown), η κοινωνική απόσταση και η καραντίνα σε πολλές χώρες του κόσμου.<sup>9</sup>

Η κοινωνική απόσταση αποτελεί πρακτική ελέγχου της ταχύτητας μετάδοσης των μεταδοτικών νοσημάτων και πρέπει να εφαρμόζεται ακόμα και αν πρόκειται για άτομα που δεν αποτελούν ομάδα κινδύνου. Κατά την κοινωνική απομόνωση, τα άτομα πρέπει να παραμείνουν στο σπίτι και να αποφεύγουν τους δημόσιους χώρους και τον συγχρωτισμό για όσο η νόσος βρίσκεται σε φάση μετάδοσης στην κοινότητα.<sup>5,10</sup>

Η καραντίνα απομονώνει τα άτομα που έχουν εκτεθεί σε έναν λοιμογόνο παράγοντα. Αν και χρησιμοποιήθηκε αρκετές φορές στο παρελθόν για τον έλεγχο σοβαρών μεταδοτικών νοσημάτων όπως η χολέρα και η πανώλη,

πάντα οδηγούσε σε καταστάσεις όπως φόβο, έλλειψη κατανόησης, διακρίσεις και οικονομικά προβλήματα.<sup>11</sup>

Τόσο η κοινωνική απόσταση όσο και η καραντίνα επηρεάζουν σημαντικά τα παιδιά και τους πιο ηλικιωμένους προκαλώντας πανικό, άγχος, κατάθλιψη και έντονο φόβο.<sup>5,9</sup>

Οι πανδημίες επηρεάζονται από τις αλλαγές στο κλίμα της γης και από την αύξηση των διεθνών ταξιδιών, δεν είναι απλώς ένα ιατρικό φαινόμενο και επηρεάζουν τα άτομα και την κοινωνία σε πολλά επίπεδα, προκαλώντας διαταραχές. Το στίγμα και η ξενοφοβία είναι δύο σημαντικά προβλήματα που προκύπτουν στην κοινωνία μετά από κάποια μολυσματική νόσο. Ο πανικός και το άγχος έχουν επίσης συνδεθεί με τέτοια γεγονότα. Καθώς αυξάνεται η ανησυχία για τη συγκεκριμένη απειλή, οι άνθρωποι, προσπαθώντας να προφυλαχθούν μπορεί να αρχίσουν να συγκεντρώνουν μάσκες και άλλα ιατρικά είδη.<sup>5</sup>

Όπως φαίνεται, η αβεβαιότητα και η χαμηλή προβλεψιμότητα του Covid-19 δεν απειλούν μόνο τη σωματική υγεία των ανθρώπων, αλλά και την ψυχική τους υγεία, ειδικά όσον αφορά στα συναισθήματα και τη γνώση. Σύμφωνα με τη θεωρία Behavioral Immune System (BIS),<sup>12</sup> οι άνθρωποι όταν αισθάνονται ότι απειλούνται από ασθένειες είναι πιθανό να αναπτύξουν αρνητικά συναισθήματα<sup>13,14</sup> και αρνητική γνωστική αξιολόγηση με σκοπό την αυτοπροστασία τους και συμπεριφέρονται με πιο συντηρητικό τρόπο.<sup>15,16</sup> Η διαμονή στο σπίτι με την οικογένεια και η μείωση των δραστηριοτήτων αποτελούν έναν τρόπο πρόληψης ασθενειών που παράλληλα συμβάλλει στην αύξηση του ενδιαφέροντος για την υγεία και στην αναζήτηση κοινωνικής υποστήριξης από τις οικογένειες, παρά από φίλους.<sup>17</sup> Φέρνει όμως τους ανθρώπους αντιμέτωπους με τις απειλές της ασθένειας συμβάλλοντας στην ανάπτυξη συμπεριφορών όπως η αποφυγή της διά ζώσης επικοινωνίας με άτομα που νοσούν και της συμμόρφωσής τους σε κοινωνικούς κανόνες.<sup>17-19</sup>

Μεταδοτικές νόσοι όπως ο Covid-19 μπορούν να διαταράξουν το περιβαλλοντικό πλαίσιο στο οποίο ζουν και μεγαλώνουν τα παιδιά. Το κλείσιμο των σχολείων και οι περιορισμοί στις μετακινήσεις διαταράσσουν την καθημερινότητά τους, ενώ παράλληλα προκαλούν άγχος στους γονείς που μπορεί να χρειαστεί να αναζητήσουν νέες μορφές γονικής φροντίδας ή να απουσιάσουν ακόμα και να παραιτηθούν από την εργασία τους.<sup>20</sup>

Σε τέτοιες καταστάσεις τα παιδιά αναγκάζονται να παραμείνουν στο σπίτι για μεγάλο χρονικό διάστημα εξαιτίας της αναγκαστικής απομόνωσης και της διακοπής των μαθημάτων στα σχολεία, με αποτέλεσμα την περιορισμένη σύνδεση με τους φίλους και συμμαθητές

τους καθώς και τη μειωμένη σωματική δραστηριότητα. Αυτό καθιστά τα παιδιά ευάλωτη ομάδα. Οι διαταραχές που προκαλούνται στην οικογένεια, την κοινωνικότητα και την καθημερινότητα μπορεί να έχουν αρνητικές συνέπειες για την ευημερία, την ανάπτυξη και την προστασία των παιδιών. Αυτό συμβαίνει κυρίως στα κορίτσια και τις νέες γυναίκες, όπως και στα παιδιά που είναι ήδη ευάλωτα λόγω κοινωνικο-οικονομικού αποκλεισμού ή που ζουν σε πολυπληθείς χώρους, κάνοντάς τα πιο ευάλωτα στη βία και την ψυχοκοινωνική δυσφορία.<sup>20</sup>

Ερευνητές υποστηρίζουν ότι η ψυχική υγεία των γονέων και φροντιστών επηρεάστηκε λόγω καραντίνας και απομόνωσης. Οι Brooks SK et al<sup>17</sup> ανέφεραν ότι το 28% των γονέων των παιδιών που ήταν σε καραντίνα είχαν ψυχικές διαταραχές σχετιζόμενες με τραύμα. Άλλες ψυχικές διαταραχές περιλάμβαναν τη χαμηλή αυτοεκτίμηση, τις διαταραχές της διάθεσης, τον φόβο, την ενοχή, τη μοναξιά, την πλήξη, το αίσθημα έλλειψης ελέγχου, την αϋπνία, τη μετατραυματική διαταραχή στρες, το άγχος για το πλούσιμο των χεριών και την αποφυγή του συνωστισμού και των κοινωνικών συγκεντρώσεων, ακόμη και μετά την καραντίνα ή την απομόνωση.

Σε καταστάσεις κρίσεων, όπως σε πανδημία, τα επίπεδα άγχους αυξάνονται όταν συνυπάρχει έλλειψη εμπιστοσύνης στους γιατρούς, η παρουσία ατόμου με Covid-19 στην οικογένεια και ο φόβος για την πιθανή μόλυνση από τον ιό, όπως και το στίγμα που ίσως προκύψει, αλλά και η κακή ή η υπερβολική πληροφόρηση από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Σημαντικό ρόλο παίζουν και οι οικονομικές επιπτώσεις της πανδημίας στην κοινωνία, η κακή ποιότητα ύπνου αλλά και η ηλικία. Παιδιά μικρότερα από 16 ετών έχουν περισσότερες πιθανότητες να έχουν αυξημένο άγχος από τα μεγαλύτερα παιδιά.<sup>10,17,21</sup>

Σε φοιτητές κολεγίου στην Κίνα βρέθηκε ότι υψηλότερα επίπεδα άγχους παρουσίαζαν αυτοί που ζούσαν μακριά από την οικογένειά τους, σε αγροτικές περιοχές και όχι σε αστικά κέντρα, δεν είχαν εισόδημα, ανησυχούσαν για την εξέλιξη της ακαδημαϊκών καθυστερήσεων και του εξαμήνου.<sup>22</sup>

Στη μελέτη των Wang C et al<sup>21</sup> παρατηρήθηκε ότι οι ερωτώμενοι δεν παρουσίασαν σημεία κατάθλιψης, ένιωθαν όμως κουρασμένοι και αδύναμοι, όπως και φόβο χωρίς να υπάρχει σοβαρός λόγος και είχαν την αίσθηση ότι ίσως τρελαθούν.

Μελέτη που πραγματοποιήθηκε στην επαρχία Shaanxi στην Κίνα κατά την πανδημία του Covid-19 έδειξε ότι τα παιδιά της ηλικίας 3-6 ετών είχαν περισσότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν συμπτώματα, όπως η προσκόλληση στην οικογένειά τους και ο φόβος ότι τα μέλη της οικογένειάς τους θα μπορούσαν να προσβληθούν

από τον ιό σε σχέση με τα μεγαλύτερα παιδιά. Τα παιδιά ηλικίας 6–18 ετών είχαν περισσότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν απροσεξία και επίμονη αναζήτηση πληροφοριών. Η προσκόλληση, η απροσεξία και η ευερεθιστότητα ήταν οι πιο σοβαρές ψυχολογικές καταστάσεις που παρουσίασαν τα παιδιά σε όλες τις ηλικιακές ομάδες. Τα ποσοστά φόβου, άγχους και άλλων συναισθημάτων ήταν υψηλότερα στα παιδιά που κατοικούσαν σε περιοχές με έξαρση της νόσου. Ωστόσο, οι διαφορές μεταξύ περιοχών με διαφορετικά επίπεδα κινδύνου δεν ήταν στατιστικά σημαντικές.<sup>23</sup>

Μετά τη εκδήλωση της πανδημίας του Covid-19 παρατηρήθηκε, στον πληθυσμό της Κίνας αύξηση των αρνητικών συναισθημάτων όπως άγχος, κατάθλιψη και αγανάκτηση η ευαισθησία στους κοινωνικούς κινδύνους και μείωση των θετικών συναισθημάτων όπως η ευτυχία και η ικανοποίηση για τη ζωή. Επιπλέον, οι άνθρωποι έδειξαν περισσότερη ανησυχία για την υγεία και την οικογένεια τους και λιγότερη ανησυχία για τον ελεύθερο χρόνο και τους φίλους τους. Η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης παρείχε καλύτερη πληροφόρηση και διαχείριση της κατάστασης έκτακτης ανάγκης στη δημόσια υγεία αλλά και στην ψυχική υγεία του πληθυσμού κατά την περίοδο της πανδημίας.<sup>17</sup>

Σε απάντηση της πανδημίας του Covid-19, ο ΠΟΥ στις 30 Ιανουαρίου κήρυξε σε έκτακτη ανάγκη την παγκόσμια δημόσια υγεία και ζήτησε τις συνεργατικές προσπάθειες όλων των χωρών για την αποτροπή της ταχείας εξάπλωσής του.<sup>8</sup> Το lockdown, η κοινωνική απομόνωση και η καραντίνα που επιβλήθηκε σε πολλές χώρες του κόσμου προκάλεσε πανικό, άγχος, κατάθλιψη και έντονο φόβο. Για τον λόγο αυτό χρειάστηκε να γίνουν κάποιες δράσεις σε κρατικό επίπεδο για τη στήριξη της ψυχικής υγείας των πολιτών.<sup>9</sup>

Στην Κίνα, όπου αρχικά και ξέσπασε ο ιός, δημιουργήθηκαν διαδικτυακές πλατφόρμες με σκοπό την παροχή υπηρεσιών ψυχολογικής συμβουλευτικής σε ασθενείς και τα μέλη των οικογενειών τους, σε άτομα που ανήκαν σε ευπαθείς ομάδες αλλά και στον γενικό πληθυσμό.<sup>24</sup> Επίσης, η Εθνική Επιτροπή Υγείας της Κίνας δημοσίευσε κατευθυντήριες οδηγίες σχετικά με την ψυχολογική προσαρμογή των πολιτών στην πανδημία του Covid-19.<sup>25</sup>

Η ψυχαγωγία μέσω των μέσων μαζικής ενημέρωσης χρησιμοποιήθηκε σε μεγάλο βαθμό από οικογένειες για την εκπαίδευση και τη σωματική άσκηση ως μέσο ανακούφισης της ταλαιπωρίας των παιδιών τους και αντιμετώπισης των ανησυχιών τους σχετικά με αυτή την αρνητική εμπειρία.<sup>23</sup>

Τα μέτρα ψυχολογικής παρέμβασης πρέπει να στοχεύουν και να προσαρμόζονται ανάλογα με τη ηλικία και

την εξέλιξη της νόσου. Οι παρεμβάσεις αυτές πρέπει να βασίζονται σε μια εκτίμηση των παραγόντων κινδύνου που μπορεί να οδηγήσουν σε ψυχολογικά ζητήματα.<sup>25</sup> Επίσης πρέπει να διασφαλίζουν την ελεύθερη πρόσβαση των παιδιών και των οικογενειών τους στο σύστημα υγείας, την ολιστική κάλυψη των αναγκών των παιδιών και των γονέων ή των φροντιστών τους, οδηγώντας στα καλύτερα αποτελέσματα για τα παιδιά, συμβάλλοντας παράλληλα στη μείωση του στίγματος και του κοινωνικού αποκλεισμού, που μπορεί να προκύψουν λόγω της ασθένειας.<sup>20</sup>

Ο ΠΟΥ προτείνει κατευθυντήριες οδηγίες για την πρόληψη των ψυχολογικών προβλημάτων στην κοινότητα. Όσον αφορά τα παιδιά προτείνει να γίνεται συζήτηση με τα παιδιά σχετικά με το θέμα, ανάλογα με την ηλικία τους και να τους δίνεται η ευκαιρία να εκφράσουν τα θετικά ή αρνητικά τους συναισθήματά τους όχι μόνο λεκτικά, αλλά και μέσω του παιχνιδιού και της ζωγραφικής. Ιδιαίτερα σημαντικό είναι να διατηρηθεί η καθημερινότητα των παιδιών ή εάν αυτό δεν είναι δυνατό να δημιουργηθεί μία νέα καθημερινότητα μέσω δραστηριοτήτων ή επικοινωνίας με άλλα άτομα. Τα παιδιά πρέπει να παραμένουν κοντά στην οικογένεια τους και να μην απομακρύνονται από αυτή, γιατί εκεί νιώθουν ασφαλή. Σε αντίθετη περίπτωση και όπου αυτό κρίνεται απαραίτητο, πρέπει να εξασφαλίζονται οι κατάλληλες συνθήκες που θα τους παρέχουν ασφάλεια. Επίσης, είναι δυνατή και πρέπει να γίνεται επικοινωνία με την οικογένειά τους μέσω τηλεφωνικών κλήσεων και βιντεοκλήσεων.<sup>5,26</sup>

Τα παιδιά που αντιμετωπίζουν απροσδόκητα και άγνωστα συμβάντα συνήθως εμφανίζουν διάφορες αντιδράσεις στρες, όπως φαίνεται στη μελέτη που πραγματοποιήθηκε στην Κίνα κατά τη διάρκεια της πανδημίας Covid-19. Η ανθεκτικότητα και τα προσωπικά χαρακτηριστικά που βοηθούν τα παιδιά να διαχειρίζονται τις προκλήσεις, θα πρέπει να καλλιεργούνται και να εφαρμόζονται με προγράμματα δημόσιας υγείας σε παιδιά και εφήβους που ζουν σε περιοχές που πλήττονται από καταστροφές, όπως οι επιδημίες. Εάν υποστηρίζονται κατάλληλα από επαγγελματίες του τομέα της υγείας, οικογένειες και άλλες κοινωνικές δομές, συμπεριλαμβανομένου του σχολικού περιβάλλοντος, τα παιδιά και οι έφηβοι μπορούν να ξεπεράσουν την κατάσταση δυσφορίας και προοπτικά να διατηρηθούν συναισθηματικά φυσιολογικά.<sup>23</sup>

Παιδιά και νέοι ενήλικοι με αυτισμό και ψυχική νόσο είναι ιδιαίτερα ευάλωτα στις επιπτώσεις τέτοιων καταστάσεων. Οι επιπτώσεις στα άτομα αυτά πρέπει να διαχειρίζονται με ευαισθησία. Πρέπει να τους προσφέρεται συμπόνια, υποστήριξη (μέσω του τηλεφώνου και των

γραπτών μηνυμάτων) και βοήθεια κατά περίπτωση, αλλά ποτέ εχθρότητα ή κριτική.<sup>5</sup>

## Σκοπός

Σκοπός της μελέτης είναι η σύνοψη των δημοσιευμένων άρθρων που αφορούν στην επίδραση της πανδημίας του Covid-19 στην ψυχική υγεία παιδιών, εφήβων και νεαρών ενηλίκων (1–24 ετών).

Επιμέρους στόχοι της μελέτης είναι:

1. Η διερεύνηση των επιπτώσεων της πανδημίας του Covid-19 στην ψυχική υγεία των παιδιών, εφήβων και νεαρών ενηλίκων.
2. Η διερεύνηση των συμπεριφορών κατά την εφαρμογή των μέτρων περιορισμού της διασποράς του Covid-19 στην ψυχική υγεία των παιδιών, εφήβων και νεαρών ενηλίκων.
3. Η διερεύνηση των παραγόντων που επιδρούν θετικά ή αρνητικά στην ψυχική υγεία των παιδιών κατά τη διάρκεια της πανδημίας του Covid-19.

Δείγμα: Το δείγμα της μελέτης συμπεριλαμβάνει δημοσιευμένα ερευνητικά άρθρα σε έγκυρα επιστημονικά περιοδικά που αναφέρονται στις επιδράσεις της πανδημίας του Covid-19 στην ψυχική υγεία των παιδιών (6–12 ετών), εφήβων (12–18 ετών) και νεαρών ενηλίκων (18–24 ετών).

## Υλικό και Μέθοδος

Πρόκειται για συστηματική ανασκόπηση της δημοσιευμένης βιβλιογραφίας. Πραγματοποιήθηκε βιβλιογραφική αναζήτηση επιστημονικών άρθρων στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων Medline (PubMed) και Scopus από τον Μάρτιο 2020 έως τον Ιούνιο 2020. Κατά τη διάρκεια της αναζήτησης χρησιμοποιήθηκαν οι λέξεις κλειδιά: Covid-19, mental health, children, psychological, emotional, behavioral, disorders, distress, anxiety, quarantine, social distancing καθώς και συνώνυμα και συνδυασμός των όρων.

Τα κριτήρια ένταξης ενός άρθρου στη μελέτη ήταν: (1) Η γλώσσα δημοσίευσης του άρθρου να είναι η Αγγλική. (2) Να είναι απολύτως σχετικό με το θέμα της μελέτης. (3) Να αφορά σε ερευνητική μελέτη. (4) Να είναι δημοσιευμένο σε έγκυρο επιστημονικό περιοδικό. (5) Το άρθρο να είναι δημοσιευμένο από τον Νοέμβριο του 2019 και μετά.

Τα άρθρα εισάγονταν στη μελέτη αν είχαν πληθυσμό παιδιά ή εφήβους ή νεαρούς ενηλίκους (1–24 ετών) οι οποίοι είχαν υποστεί τις επιδράσεις της πανδημίας του Covid-19. Δεν περιλήφθηκαν άρθρα που αφορούσαν σε μελέτες που εξετάζαν τις επιπτώσεις στην ψυχική υγεία

παιδιών με χρόνιες νόσους. Περιλήφθηκαν και συγχρονικές ή/και συγκριτικές μελέτες, λόγω της περιορισμένης βιβλιογραφίας. Τα άρθρα εξετάζαν ως εκβάσεις τις επιδράσεις της πανδημίας του Covid-19 στην ψυχική υγεία παιδιών, εφήβων και νεαρών ενηλίκων. Σε ό,τι αφορά στον ερευνητικό σχεδιασμό περιλήφθηκαν περιγραφικές συγχρονικές ή/και συγκριτικές μελέτες.

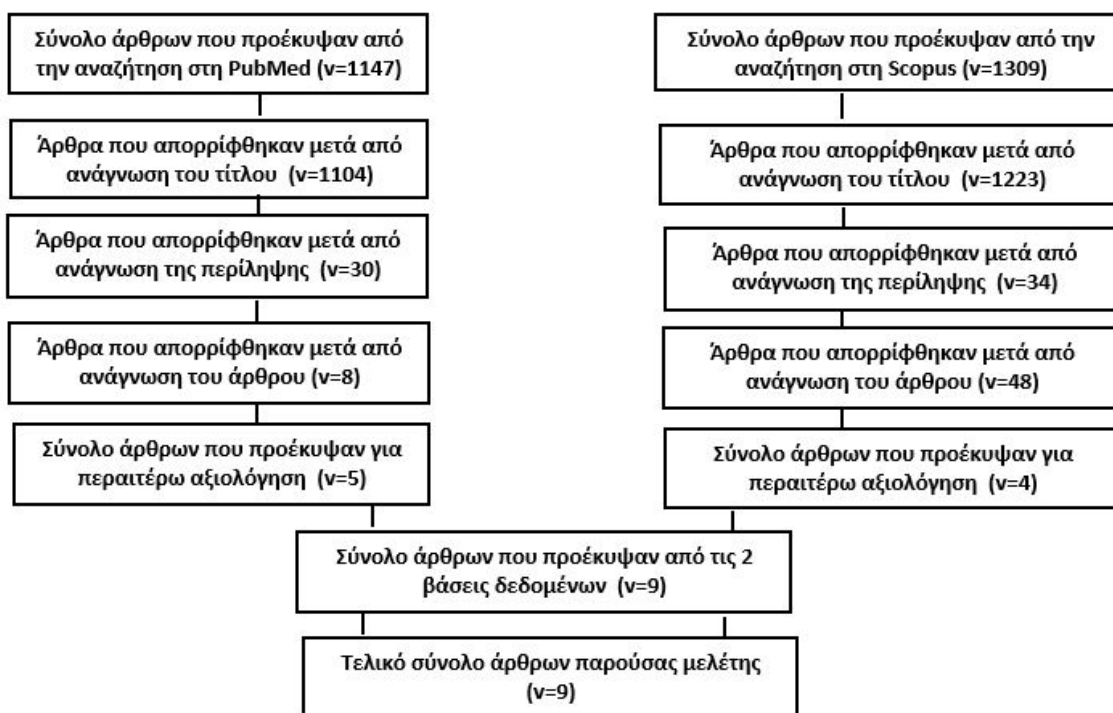
## Αποτελέσματα

Μετά την αναζήτηση στις βάσεις δεδομένων προέκυψαν 2456 άρθρα, εκ των οποίων τελικά προέκυψαν 9 άρθρα που περιλήφθηκαν στη μελέτη. Στο διάγραμμα 1 απεικονίζεται η διαδικασία επιλογής των άρθρων της μελέτης.

Από κάθε μελέτη απομονώθηκαν και χρησιμοποιήθηκαν τα παρακάτω δεδομένα: 1. Συγγραφείς, έτος δημοσίευσης, χώρα, χρηματοδότηση, 2. Ερευνητικός σχεδιασμός/ανάλυση, 3. Δείγμα, 4. Σκοπός, 5. Εργαλεία, 6. Αποτελέσματα.

Επτά από τα άρθρα που περιλήφθηκαν στην μελέτη προέρχονταν από την Κίνα,<sup>16,22,25–28,30</sup> ένα από τις ΗΠΑ<sup>20</sup> και ένα από την Ινδία.<sup>29</sup> Ένα εκ των άρθρων αφορούσε σε χρηματοδοτούμενη μελέτη.<sup>28</sup> Επτά από τα άρθρα αφορούσαν σε online μελέτες, δύο αφορούσαν σε συγκριτικές μελέτες<sup>16,29</sup> ενώ τα υπόλοιπα αφορούσαν σε συγχρονικές περιγραφικές μελέτες. Σε δύο από τα άρθρα οι γονείς των παιδιών εκτίμησαν το άγχος και τα συμπεριφορικά και συναισθηματικά προβλήματα των παιδιών τους.<sup>20,22</sup>

Στην περιγραφική, συγχρονική, διαδικτυακή (online) μελέτη που πραγματοποιήθηκε στην επαρχία Shaanxi στην Κίνα, από τους Jiao et al το 2020, τη 2η εβδομάδα του Φεβρουαρίου 2020, μελετήθηκαν 320 παιδιά και έφηβοι ηλικίας 3–18 ετών (168 κορίτσια και 142 αγόρια) μέσα από τις απαντήσεις των γονέων τους.<sup>22</sup> Ο σκοπός της μελέτης ήταν η διερεύνηση των συμπεριφορικών και συναισθηματικών προβλημάτων λόγω της επιδημίας του Covid-19. Στο ερωτηματολόγιο, το οποίο συμπληρώθηκε από τους γονείς τους, το διαπολιτισμικό εργαλείο Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) για την εκτίμηση του άγχους και της κατάθλιψης ενσωμάτωσε τον φόβο των παιδιών να ρωτήσουν σχετικά με την επιδημία και την υγεία των συγγενών, τον κακό ύπνο συμπεριλαμβανομένων των εφιαλτών, την κακή όρεξη, τη σωματική δυσφορία, τη διέγερση και την απροσεξία, την προσκόλληση και τα προβλήματα αποχωρισμού.<sup>22</sup> Βρέθηκε, ότι τα παιδιά, ένιωθαν φόβο να μάθουν πληροφορίες για την υγεία των οικείων τους, είχαν κακό ύπνο και εφιάλτες, μειωμένη όρεξη, σωματική δυσφορία, υπερδιέγερση και απροσεξία, αλλά



Διάγραμμα 1. Διάγραμμα ροής επιλογής άρθρων.

και προβλήματα προσκόλλησης και αποχωρισμού. Στην ίδια μελέτη τα παιδιά που ανήκαν στην ηλικιακή ομάδα 3–6 ετών είχαν περισσότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν φόβο ότι τα μέλη της οικογένειας θα μπορούσαν να προσβληθούν από τη μόλυνση ( $p=0,002$ ). Τα παιδιά ηλικίας 6–18 ετών είχαν περισσότερες πιθανότητες να συμπεριφέρονται απρόσεκτα και να κάνουν επίμονη έρευνα πάνω σε θέματα που αφορούν στον ιό ( $p=0,049$ ). Η προσκόλληση, η απροσεξία και η ευερεθιστότητα ήταν σοβαρές ψυχολογικές καταστάσεις που εμφανίζονταν στα παιδιά σε όλες τις ηλικιακές ομάδες. Τα ποσοστά φόβου, άγχους και άλλων συναισθημάτων ήταν υψηλότερο σε παιδιά που κατοικούσαν σε περιοχές με μεγάλη επιδημία.<sup>22</sup>

Οι Wang C et al το 2020, πραγματοποίησαν μια περιγραφική, συγχρονική, online μελέτη, μέσω της πλατφόρμας “Survey Star” (Changsha Ranxing Science and Technology, Shanghai, China).<sup>25</sup> Σκοπός της μελέτης ήταν η διερεύνηση του πληθυσμού στην Κίνα με σκοπό την καλύτερη κατανόηση των επιπέδων των ψυχολογικών επιπτώσεων, της ανησυχίας, της κατάθλιψης και του άγχους κατά το αρχικό στάδιο της επιδημίας Covid-19. Οι ερευνητές χρησιμοποίησαν δειγματοληψία χιονοστιβάδας και μελέτησαν τις απαντήσεις 1210 ατόμων εκ των οποίων τα 344 (28,4%) έφηβοι

και νεαροί ενήλικοι (12–21,4 ετών). Η μελέτη πραγματοποιήθηκε από τις 31/01/2020 έως 02/02/2020 με τη χρήση online ανώνυμου δομημένου ερωτηματολογίου, και συγκέντρωσε πληροφορίες για δημογραφικά δεδομένα και φυσικά συμπτώματα τις τελευταίες 14 ημέρες, ιστορικό επαφών με τον Covid-19, γνώσεις και ανησυχίες σχετικά με τον Covid-19, προληπτικά μέτρα κατά του Covid-19 και πρόσθετες πληροφορίες που απαιτούνται σχετικά με τον Covid-19. Η ψυχολογική επίδραση αξιολογήθηκε από το Impact of Event Scale - Revised (IES-R) και η κατάσταση της ψυχικής υγείας από την Depression Anxiety & Stress Scale (DASS-21).<sup>26</sup> Το 53,8% των ερωτηθέντων αξιολόγησαν την ψυχολογική επίδραση της επιδημίας ως μέτρια ή σοβαρή. Το 16,5% ανέφερε μέτρια έως σοβαρά συμπτώματα κατάθλιψης, ενώ το 28,8% ανέφεραν μέτρια έως σοβαρά συμπτώματα άγχους και το 8,1% μέτρια έως σοβαρά επίπεδα στρες. Οι περισσότεροι ερωτηθέντες ξόδεψαν 20–24 ώρες την ημέρα στο σπίτι (84,7%), ανησυχούσαν για τα μέλη της οικογένειάς τους και ήταν ικανοποιημένοι με τον αριθμό των διαθέσιμων πληροφοριών για την υγεία (75,1%).<sup>26</sup> Το γυναικείο φύλο, η κατάσταση των μαθητών και συγκεκριμένα σωματικά συμπτώματα, όπως οι μυαλγίες και η ζάλη, συσχετίστηκαν με μεγαλύτερο ψυχολογικό αντίκτυπο και υψηλότερα επίπεδα ανη-

συχίας, άγχους και κατάθλιψης ( $p < 0,05$ ). Η καλύτερη ενημέρωση και οι ακριβείς πληροφορίες που αφορούν στην υγεία, όπως η θεραπεία, η γνώση για την τοπική επιδημία και τα μέτρα προφύλαξης συσχετίστηκαν με χαμηλότερο ψυχολογικό αντίκτυπο και με χαμηλότερα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης ( $p < 0,05$ ).<sup>25</sup>

Στη μελέτη των Cao W et al το 2020, ο πληθυσμός στόχος περιελάμβανε 7143 προπτυχιακούς φοιτητές του ιατρικού κολεγίου Changzhi στην Κίνα. Πρόκειται για περιγραφική συγχρονική μελέτη με σκοπό την αξιολόγηση της ψυχικής κατάστασης των φοιτητών κατά τη διάρκεια της επιδημίας. Εκτιμήθηκαν δημογραφικά δεδομένα, γνώσεις και προληπτικές συμπεριφορές σχετικά με τον Covid-19 και η διαθεσιμότητα κοινωνικής υποστήριξης. Χρησιμοποιήθηκε το εργαλείο Generalized Anxiety Disorder Scale (GAD-7).<sup>26</sup> Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι 0,9% των ερωτηθέντων αντιμετώπιζαν σοβαρό άγχος, το 2,7% μέτριο άγχος και το 21,3% ήπιο άγχος. Επιπλέον, η διαβίωση σε αστικές περιοχές (OR=0.810, 95% CI=0,709–0,925), η σταθερότητα οικογενειακού εισοδήματος (OR=0,726, 95% CI=0,645–0,817) και η συγκατοίκηση με τους γονείς (OR=0,752, 95% CI=0,596–0,950) αποτέλεσαν προστατευτικούς παράγοντες κατά του άγχους.<sup>26</sup> Επιπλέον, η μόλυνση συγγενών ή φίλων από COVID-19 ήταν ένας παράγοντας κινδύνου για την αύξηση του άγχους των φοιτητών (OR=3,007, 95% CI=2,3377–3,804). Οι οικονομικές επιδράσεις και οι επιπτώσεις στην καθημερινή ζωή, καθώς και οι καθυστερήσεις στις ακαδημαϊκές δραστηριότητες, συσχετίστηκαν θετικά με τα συμπτώματα άγχους ( $p < 0,001$ ). Αντίθετα, η κοινωνική υποστήριξη συσχετίστηκε αρνητικά με το επίπεδο άγχους ( $p < 0,001$ ).<sup>26</sup> Η ψυχική υγεία των φοιτητών επηρεάζεται σημαντικά όταν αντιμετωπίζουν καταστάσεις έκτακτης ανάγκης στη δημόσια υγεία και απαιτούν προσοχή, βοήθεια και υποστήριξη από την κοινωνία, τις οικογένειες και τις σχολές.<sup>26</sup>

Οι Li S et al, πραγματοποίησαν από 13/01/20–26/01/2020, συγκριτική online μελέτη των διαφορών πριν και μετά από τις 20/01/2020, στις 2 γλωσσικές κατηγορίες και στο ψυχολογικό προφίλ των χρηστών της ψηφιακής πλατφόρμας Weibo, στην Κίνα.<sup>16</sup> Σκοπός της μελέτης ήταν η διερεύνηση των επιπτώσεων του Covid-19 στην ψυχική υγεία των ανθρώπων. Μελέτησαν 17.865 δημοσιεύσεις στην πλατφόρμα Weibo από ενεργά μέλη (230 παιδιά 9–19 ετών) με τη χρήση της μεθοδολογίας Online Ecological Recognition (OER) που βασίζεται σε διάφορα μοντέλα πρόβλεψης μηχανικής μάθησης πριν και μετά την έξαρση της επιδημίας Covid-19 στην Κίνα. Χρησιμοποίησαν τα εργαλεία Online Ecological Recognition (OER) για την αυτόματη αναγνώριση του

ψυχολογικού προφίλ των χρηστών της πλατφόρμας Weibo και το σύστημα Text Mind για την εξαγωγή χαρακτηριστικών περιεχομένου, συμπεριλαμβανομένων των εργαλείων τμηματοποίησης κινέζικων λέξεων και ψυχαναλυτικού λεξικού.<sup>16</sup> Τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν αύξηση των αρνητικών συναισθημάτων (άγχος, κατάθλιψη και αγανάκτηση) και ευαισθησία στους κοινωνικούς κινδύνους, καθώς και μείωση των θετικών συναισθημάτων και της ικανοποίησης από τη ζωή μετά τη δήλωση του Covid-19 στην Κίνα. Επιπλέον, τα άτομα δείχνουν περισσότερη ανησυχία για την υγεία, την οικογένεια και λιγότερες ανησυχίες για τον ελεύθερο χρόνο, τους φίλους.<sup>16</sup>

Οι Qiu J et al, το 2020, πραγματοποίησαν συγχρονική, εθνική, μεγάλης κλίμακας, περιγραφική, online μελέτη, στην οποία συμμετείχαν 5230 πολίτες (<18–>60 ετών) από 36 επαρχίες από την Κίνα, το Χόνγκ Κόνγκ το Μακάο και την Ταϊβάν.<sup>27</sup> Σκοπός της μελέτης ήταν η διερεύνηση του περιτραυματικού ψυχολογικού άγχους στον γενικό πληθυσμό της Κίνας κατά τη διάρκεια της επιδημίας του Covid-19. Σε αυτήν συλλέχθηκαν δημογραφικά δεδομένα και χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα Covid-19 Peritraumatic Distress Index (CPDI).<sup>27</sup> Τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν ότι τα άτομα ηλικίας <18 ετών βίωναν λιγότερο άγχος (mean (SD)=14,83 (13,41)) ενώ τα άτομα ηλικίας 18–30 ετών ή >60 ετών βίωναν περισσότερο άγχος (mean (SD)=27,76 (15,69) και 27,49 (24,22) αντίστοιχα). Τα επίπεδα ψυχολογικής δυσφορίας επηρεάστηκαν από τη διαθεσιμότητα τοπικών ιατρικών πόρων, την αποτελεσματικότητα του περιφερειακού συστήματος δημόσιας υγείας και τα μέτρα πρόληψης και ελέγχου που ελήφθησαν κατά της επιδημίας.<sup>27</sup>

Οι Rosen Z et al το 2020, πραγματοποίησαν συγχρονική περιγραφική μελέτη στην οποία συμμετείχαν 303 άτομα ηλικίας 18–95 ετών εκ των οποίων το 45% είχαν παιδιά <10 ετών και απάντησαν για το άγχος των παιδιών τους.<sup>20</sup> Σκοπός της μελέτης ήταν η διερεύνηση των επιπέδων του άγχους στην πρώτη κοινότητα στις ΗΠΑ που τέθηκε σε καραντίνα εξαιτίας του Covid-19. Συνέλεξαν δημογραφικά δεδομένα και χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα Subjective Units of Distress Scale (SUDS).<sup>20</sup> Το 40,1% των γονιών παιδιών <10 ετών ανέφεραν διαχειρίσιμα σημεία άγχους στα παιδιά τους, ενώ το 30,9% ανέφεραν ότι δεν είχαν σημαντικό άγχος τα παιδιά τους [ $F=46,0$ ,  $R=0,42$ ,  $p < 0,001$ ]. Όσοι ήθελαν αλλά δεν μπορούσαν να κάνουν εξέταση για Covid-19, όσοι είχαν προϋπάρχουσες νόσους ή ψυχολογικά προβλήματα που επηρεάζονται από την καραντίνα, όσοι παρατήρησαν σημεία άγχους στα παιδιά τους και όσοι είχαν παιδιά <10 ετών βίωσαν περισσότερο άγχος ( $p=0,001$ ).<sup>20</sup> Οι παράγοντες

που αφορούσαν στην ενημέρωση σχετικά με τον ιό ήταν σημαντικοί προγνωστικοί παράγοντες του άγχους. Η έλλειψη εμπιστοσύνης στις πληροφορίες που λαμβάνονταν από τις κυβερνητικές υπηρεσίες, η αδυναμία πρόσβασης σε πληροφορίες και η διατήρηση της ασφάλειας της οικογένειας, συσχετίστηκαν με υψηλότερα επίπεδα άγχους και αντιπροσώπευαν το 13,7% της διακύμανσης του άγχους,  $p < 0,001$ .<sup>20</sup> Οι παράγοντες συμπεριφοράς αντιπροσώπευαν τη μεγαλύτερη διακύμανση στο άγχος. Πιο συγκεκριμένα η αφιέρωση περισσότερου χρόνου διαβάζοντας ειδήσεις που σχετίζονται με τον Covid-19, η επικοινωνία με άλλα άτομα σχετικά με θέματα που αφορούσαν στον Covid-19 και η κακή ποιότητα του ύπνου συσχετίστηκαν με αυξημένο άγχος και αντιστοιχούσαν στο 41,9% της διακύμανσης του άγχους ( $p < 0,001$ ).<sup>20</sup>

Οι Xie X et al πραγματοποιήσαν συγχρονική περιγραφική μελέτη με σκοπό τη διερεύνηση των συμπτωμάτων κατάθλιψης και άγχους μεταξύ των μαθητών στην επαρχία Hubei της Κίνας λόγω του Covid-19, σε δείγμα 2330 μαθητών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης.<sup>28</sup> Συγκεκριμένα κατέγραψαν δημογραφικά δεδομένα και χρησιμοποίησαν το εργαλείο Children's Depression Inventory-Short Form (CDI-S) και το εργαλείο Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders για την εκτίμηση της κατάθλιψης και του άγχους αντίστοιχα. Τα αποτελέσματα της μελέτης δείχνουν ότι το 22,6% των μαθητών ανέφερε συμπτώματα κατάθλιψης ενώ το 18,9% των μαθητών ανέφερε συμπτώματα άγχους λόγω της επιδημίας του Covid-19. Οι μαθητές στη Wuhan είχαν σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες CDI-S από εκείνους στη Huangshi ( $\beta$ , 0,092 [95% CI, 0,014–0,170]), με μεγαλύτερο κίνδυνο συμπτωμάτων κατάθλιψης (αναλογία πιθανότητας, 1,426 [95% CI, 1,138–1,786]). Οι μαθητές που ανησυχούσαν λίγο ή δεν ανησυχούσαν μήπως νοσήσουν από τον Covid-19 είχαν σημαντικά χαμηλότερες βαθμολογίες CDI-S από εκείνους που ανησυχούσαν αρκετά ( $\beta$ , -0,184 [95% CI, -0,273 έως -0,095]), με μειωμένο κίνδυνο καταθλιπτικών συμπτωμάτων (αναλογία πιθανότητας, 0,521 [95% CI, 0,400–0,679]). Εκείνοι που δεν ήταν αισιόδοξοι για την επιδημία, σε σύγκριση με εκείνους που ήταν αρκετά αισιόδοξοι, είχαν σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες CDI-S ( $\beta$ , 0,367 [95% CI, 0,250–0,485]), με αυξημένο κίνδυνο καταθλιπτικών συμπτωμάτων (αναλογία πιθανότητας 2.262 [95% CI, 1.642–3.117]). Οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι οι σοβαρές μολυσματικές ασθένειες μπορεί να επηρεάσουν την ψυχική υγεία των παιδιών όπως συμβαίνει και με άλλες τραυματικές εμπειρίες.<sup>28</sup>

Οι Saurabh & Ranjan<sup>29</sup> στην Ινδία, πραγματοποίησαν συγχρονική συγκριτική μελέτη σε ομάδα παιδιών

και εφήβων που βρίσκονταν σε καραντίνα (στο σπίτι ή στο νοσοκομείο) (N=121) και σε ομάδα παιδιών και εφήβων που δεν βρίσκονταν σε καραντίνα (N=131), με σκοπό τη διερεύνησή τους κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης της νόσου Covid-2019 στην Ινδία και την περιγραφή της κατανόησης, της συμμόρφωσης και της ψυχολογικής επίδρασης της εμπειρίας της καραντίνας. Η μελέτη πραγματοποιήθηκε με την πραγματοποίηση συνέντευξης με τη χρήση δομημένου ερωτηματολογίου που αξιολόγησε την κατανόηση των εφήβων σχετικά με το σκεπτικό της καραντίνας, των συμπεριφορών καραντίνας και των κοινωνικο-οικονομικών και ψυχολογικών επιπτώσεων. Η ανησυχία (68,59%), η αδυναμία (66,11%) και ο φόβος (61,98%) ήταν τα πιο κοινά συναισθήματα που βίωσαν κατά την καραντίνα. Τα παιδιά και οι έφηβοι που βρίσκονταν σε καραντίνα είχαν στατιστικά σημαντικά περισσότερα ψυχολογικά προβλήματα από αυτά που δεν βρίσκονταν σε καραντίνα. Ο φόβος ( $p < 0,0001$ ), η νευρικότητα ( $p < 0,0001$ ) και η ενόχληση ( $p < 0,001$ ) παρατηρήθηκαν πιο σημαντικά στην ομάδα που βρισκόταν σε καραντίνα. Η αϋπνία, η απομόνωση, η πλήξη που σχετίζονται με το άγχος (δεν είναι στατιστικά σημαντικά) και η θλίψη ήταν επίσης πιο συχνή στην ομάδα καραντίνας. Όταν ρωτήθηκαν λεπτομερώς, αυτά τα υψηλά επίπεδα ψυχολογικών προβλημάτων όπως η ανησυχία, η αδυναμία και ο φόβος συνδέονταν κυρίως με την απώλεια της εργασίας του πατέρα, τις οικονομικές απώλειες της οικογένειας και τη μη διαθεσιμότητα βασικών αναγκών ζωής. Μερικά παιδιά και έφηβοι ανησυχούσαν για τη μόλυνση άλλων, ενώ μερικά πίστευαν ότι είχαν Covid-19. Εντύπωση προκαλεί το γεγονός ότι τα παιδιά και οι έφηβοι που ήταν σε καραντίνα ένιωθαν ότι οι άνθρωποι αντέδρασαν διαφορετικά σε σχέση με τη μη καραντίνα ομάδα με στατιστικά σημαντική διαφορά ( $p < 0,0001$ ). Αυτά τα παιδιά και οι έφηβοι απέφυγαν επίσης τους ανθρώπους με πυρετό και βήχα ( $p < 0,05$ ). Οι ερευνητές κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι η κατανόηση, η συμμόρφωση και οι γνώσεις σχετικά με τη συμπεριφορά της καραντίνας είναι κακές στην αναφερόμενη ομάδα. Επίσης, η ψυχολογική επίδραση της καραντίνας είναι ευρεία και σημαντική.<sup>29</sup>

Οι Zhou et al στην Κίνα, πραγματοποίησαν συγχρονική περιγραφική online μελέτη με σκοπό την αξιολόγηση του ποσοστού επικράτησης και των κοινωνικο-δημογραφικών συσχετισμών των συμπτωμάτων κατάθλιψης και άγχους μεταξύ των Κινέζων εφήβων που επηρεάστηκαν από την πανδημία Covid-19, σε δείγμα 8079 μαθητές ηλικίας 12–18 ετών.<sup>30</sup> Χρησιμοποιήθηκε online ερωτηματολόγιο για τη συλλογή δημογραφικών δεδομένων, την αξιολόγηση της ευαισθητοποίησης των



μαθητών για τον Covid-19. Η αξιολόγηση συμπτωμάτων κατάθλιψης και άγχους έγινε με το Patient Health Questionnaire (PHQ-9) και το εργαλείο Generalized Anxiety Disorder (GAD-7), αντίστοιχα. Τα αποτελέσματα της μελέτης δείχνουν ότι ο επιπολασμός των καταθλιπτικών συμπτωμάτων, των συμπτωμάτων άγχους και ενός συνδυασμού συμπτωμάτων κατάθλιψης και άγχους ήταν 43,7%, 37,4% και 31,3%, αντίστοιχα, μεταξύ των Κινέζων μαθητών γυμνασίου κατά τη διάρκεια της επιδημίας Covid-19. Η πολυμεταβλητή ανάλυση λογιστικής παλινδρόμησης αποκάλυψε ότι το γυναικείο φύλο ήταν ο υψηλότερος παράγοντας κινδύνου για συμπτώματα κατάθλιψης και άγχους. Όσον αφορά στους βαθμούς, το γυμνάσιο ήταν παράγοντας κινδύνου για συμπτώματα κατάθλιψης και άγχους. Όσο υψηλότερη είναι η βαθμολογία, τόσο μεγαλύτερη είναι η επικράτηση των συμπτωμάτων κατάθλιψης και άγχους. Οι ερευνητές συμπέραναν ότι υπάρχει υψηλή επικράτηση προβλημάτων ψυχικής υγείας μεταξύ των εφήβων, τα οποία σχετίζονται αρνητικά με το επίπεδο συνειδητοποίησης του Covid-19.<sup>30</sup>

Τα άρθρα που περιλήφθηκαν στη μελέτη έδειξαν ότι η πανδημία του Covid-19 επέφερε αύξηση του φόβου,<sup>22,29</sup> του άγχους,<sup>16,20,22,25-27,29,30</sup> και της κατάθλιψης,<sup>16,25,28,30</sup> στα παιδιά που βίωσαν τις επιδράσεις της, ιδιαίτερα σε αυτά που βρισκόταν σε καραντίνα.<sup>22,28,29</sup> Χαρακτηριστικά, δύο μελέτες δείχνουν ότι τα κορίτσια σχετίζονται με μεγαλύτερα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης, σε σχέση με τα αγόρια,<sup>25,30</sup> γεγονός που συμφωνεί και με άλλους ερευνητές.<sup>5</sup>

Συγκεκριμένα, τα παιδιά βίωσαν εξαιτίας των επιδράσεων της πανδημίας του Covid-19 σύμφωνα με τους ερευνητές χαμηλό άγχος (30,9–40,1%), μέτριο έως έντονο άγχος (24,9–37,4%) και σοβαρά συμπτώματα κατάθλιψης (6,5–43,7%).<sup>25-27,30</sup> Σε σχέση με τους ενηλίκους τα παιδιά βίωσαν χαμηλότερο άγχος.<sup>27,20</sup>

Παράλληλα αυτό είχε ως συνέπεια να βιώσουν αρνητικά συναισθήματα όπως ο φόβος,<sup>22,29</sup> η ευερεθιστότητα,<sup>22,29</sup> η πλήξη,<sup>29</sup> η θλίψη,<sup>20,22,29</sup> η ανησυχία,<sup>25,29</sup> η αγανάκτηση,<sup>16</sup> η ευαισθησία στους κοινωνικούς κινδύνους,<sup>16</sup> η μείωση των θετικών συναισθημάτων και της ικανοποίησης από τη ζωή.<sup>16</sup>

Εκδήλωσαν επίσης αρνητικές συνέπειες που σχετίζονται με το άγχος, όπως η απροσεξία,<sup>25,29</sup> η αύξηση της προσκόλλησης των παιδιών στην οικογένεια (στα μικρότερα παιδιά),<sup>22</sup> η αϋπνία,<sup>29</sup> η περαιτέρω απομόνωση,<sup>29</sup> η έντονη αμφισβήτηση (στα μεγαλύτερα παιδιά)<sup>22</sup> και η ψυχολογική δυσφορία.<sup>27,30</sup>

Τα επίπεδα ψυχολογικής δυσφορίας επηρεάστηκαν από τη διαθεσιμότητα ιατρικών πόρων, την αποτελε-

σματικότητα του συστήματος δημόσιας υγείας και τα μέτρα πρόληψης και ελέγχου που ελήφθησαν κατά της πανδημίας.<sup>27</sup> Τα παιδιά δείχνουν περισσότερη ανησυχία για την υγεία, την οικογένεια και λιγότερες ανησυχίες για τον ελεύθερο χρόνο, τους φίλους.<sup>16</sup>

Οι παράγοντες που φαίνεται ότι επιδεινώνουν το άγχος είναι η αδυναμία των παιδιών να εξεταστούν για τον Covid-19 ενώ το επιθυμούσαν, οι προϋπάρχουσες νόσοι, τα προϋπάρχοντα ψυχολογικά προβλήματα,<sup>20</sup> η διασπορά σε περιοχές με μεγάλη έξαρση της επιδημίας,<sup>22</sup> ο φόβος ότι τα μέλη της οικογένειας θα μπορούσαν να προσβληθούν από τον Covid-19,<sup>22</sup> η ύπαρξη συγγενή ή γνωστού που μολύνθηκε με τον Covid-19,<sup>26</sup> οι οικονομικές επιπτώσεις,<sup>26</sup> οι επιπτώσεις της πανδημίας του Covid-19 στην καθημερινή ζωή,<sup>26</sup> οι ακαδημαϊκές καθυστερήσεις,<sup>26</sup> η βαθμολογία των παιδιών στο γυμνάσιο.<sup>30</sup>

Οι παράγοντες που φαίνεται ότι επιδρούν θετικά στο άγχος και στην κατάθλιψη των παιδιών είναι η ενημέρωσή τους και οι ακριβείς πληροφορίες για την υγεία,<sup>25</sup> η ζωή σε αστικές περιοχές,<sup>26</sup> μαζί με τους γονείς,<sup>26</sup> η ύπαρξη σταθερού οικογενειακού εισοδήματος<sup>26</sup> και η κοινωνική υποστήριξη.<sup>26</sup>

## Περιορισμοί

Στους περιορισμούς της μελέτης συμπεριλαμβάνεται ο μικρός αριθμός μελετών σχετικών με τις επιπτώσεις των μέτρων για τον περιορισμό του Covid-19 στην ψυχική υγεία παιδιών, εφήβων και νεαρών ενηλίκων, που αποτελεί εμπόδιο στην ανάδειξη νέων και ισχυρών ενδείξεων που θα μπορούσαν να τεκμηριώσουν νοσηλευτικές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση των επιδράσεων αυτών. Επιπλέον οι περιορισμοί που αναφέρονται στις μελέτες που περιλήφθηκαν ισχύουν και στην παρούσα μελέτη. Καθώς τα κριτήρια εισαγωγής στη μελέτη περιλάμβαναν δημοσίευση στην αγγλική γλώσσα, η γενικευσιμότητα των αποτελεσμάτων περιορίζεται. Επίσης το μικρό χρονικό διάστημα από την εμφάνιση της πανδημίας του Covid-19 αποτέλεσε τροχοπέδη στην πραγματοποίηση ποιοτικών ερευνητικών μελετών με αποτέλεσμα την περιορισμένη γενικευσιμότητα των αποτελεσμάτων.

## Συμπεράσματα

Οι επιδράσεις στην ψυχική υγεία των παιδιών κατά τη διάρκεια της πανδημίας του Covid-19 φαίνεται ότι είναι πολλαπλές, ιδιαίτερα στα παιδιά που βρίσκονται σε καραντίνα. Εμφάνισαν αύξηση των συμπτωμάτων άγχους και κατάθλιψης, ενώ παράλληλα βίωσαν μια πληθώρα αρνητικών συναισθημάτων όπως ο φόβος, η ανησυχία, η πλήξη κ.ά., καθώς και αρνητικών επιδράσεων που σχετί-

**Πίνακας 1.** Χαρακτηριστικά των μελετών σχετικών με την επίδραση του Covid-19 στην ψυχική υγεία των παιδιών που συμπεριελήφθησαν στη συστηματική ανασκόπηση.

Συγγραφείς, έτος δημοσίευσης, χώρα, χρηματοδότηση	Ερευνητικός σχεδιασμός/ Ανάλυση	Δείγμα (N)	Σκοπός	Εργαλεία	Αποτελέσματα
Jiao WY et al, 202022 [China-European Paediatric Association–Union of National European Paediatric Societies & Associations (EPAUNEPISA) Collaborative Working Group]	Περιγραφική συγ- χρονική μελέτη με τη χρήση online ερωτη- ματολογίου  Περιγραφική ανάλυ- ση, ποσοστά, p value	N= Οι γονείς 320 παιδιών 3-18 ετών (168 κορίτσια & 142 αγόρια)	Η διερεύνηση των συ- μπεριφορικών & συ- ναισθηματικών προ- βλημάτων λόγω της επιδημίας του Covid-19.	Το διαπολιτισμικό εργαλείο Di- agnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) για την εκτίμηση του άγχους & της κατάθλιψης ενσωμάτωσε τον φόβο των παιδιών να ρωτήσουν σχετικά με την επιδημία & την υγεία των συγγενών, τον κακό ύπνο συμπεριλαμβανομένων των εφιαλτών, της κακής όρε- ξης, της σωματικής δυσφορίας, της διέγερσης & της απροσεξι- βλήματα αποχωρισμού.	Τα ποσοστά φόβου, άγχους και άλλων συναισθημάτων ήταν υψηλότερα στα παιδιά που κατοικούσαν σε περιοχές με μεγάλη επιδημία. Ωστόσο, οι διαφο- ρές μεταξύ περιοχών που εντοπίστη- καν από διαφορετικά επίπεδα κινδύ- νου επιδημίας δεν ήταν στατιστικά σημαντικές. Παιδιά (3–6 ετών) ήταν πιθανότερο σε σχέση με τα μεγαλύτερα, να εμφα- νίσουν προσκόλληση & φόβο ότι τα μέλη της οικογένειας θα μπορούσαν να προσβληθούν από τον Covid-19 (p=0,002). Παιδιά (6–18 ετών) ήταν πιθανότερο να είναι απρόσεκτα (p=0,049) και να εκδηλώσουν έντονη αμφισβήτηση (p=0,003). Η προσκόλ- ληση, η απροσεξία & η ευερεθιστότη- τα ήταν οι πιο σοβαρές ψυχολογικές καταστάσεις που έδειξαν τα παιδιά σε όλες τις ηλικιακές ομάδες.
Wang C et al, 202025 Κίνα	Περιγραφική συγ- χρονική online με- λέτη (μέσω της πλατ- φόρμας ‘SurveyStar’, Changsha Ranxing Science & Technology, Shanghai, China), που χρησιμοποίησε διει- ματοληψία χιονοστι- βάδας (από 31/01/20- 02/02/2020).  Ποσοστά, Μέση τιμή, Τυπική απόκλιση, Δι- αστήματα εμπιστο- σύνης, Γραμμική πα- λινδρόμηση, p value.	N= 1210 άτομα εκ των οποίων τα 344 (28,4%) έφηβοι & νεαροί ενήλικοι (12-21,4 ετών)	Η διερεύνηση του πλη- θυσμού στην Κίνα για την καλύτερη κατανό- ηση των επιπέδων των ψυχολογικών επιπτώ- σεων, της ανησυχίας, της κατάθλιψης & του άγχους κατά το αρχικό στάδιο της επιδημίας Covid-19.	Η διαδικτυακή έρευνα (με online ανώνυμο δομημένο ερωτηματολόγιο) συγκέντρωσε πληροφορίες για δημογραφικά δεδομένα, φυσικά συμπτώματα τις τελευταίες 14 ημέρες, ιστο- ρικό επαφών με τον Covid-19, γνώσεις & ανησυχίες σχετικά με τον Covid-19, προληπτικά μέτρα κατά του Covid-19 & προσθετες πληροφορίες που απαιτούνται σχετικά με τον Covid-19. Η ψυχολογική επίδρα- ση αξιολογήθηκε από το Impact of Event Scale-Revised (IES-R) & η κατάσταση της ψυχικής υγείας αξιολογήθηκε από την κλίμακα κατάθλιψης, άγχους & στρες (DASS-21).	Κατά την αρχική φάση της επιδημί- ας Covid-19 στην Κίνα, το 58,3% των ερωτηθέντων αξιολόγησαν την ψυ- χολογική τους επίδραση από μέτρια έως σοβαρή, το 28,8% ανέφεραν μέτριο έως σοβαρό άγχος & το 6,5% σοβαρά συμπτώματα κατάθλιψης. Το γυναικείο φύλο, η κατάσταση των μαθητών & συγκεκριμένα σωματικά συμπτώματα συσχετίστηκαν με μεγα- λύτερα επίπεδα ανησυχίας, άγχους & κατάθλιψης (p<0,05). Η καλύτερη ενημέρωση και οι ακριβείς πληροφορίες για την υγεία, συσχετίστηκαν με χαμηλότερο ψυχολογικό αντίκτυπο & με χαμηλότερα επίπεδα άγχους & κατάθλιψης (p<0,05).

Συνεχίζεται

Πίνακας 1. (Συνέχεια).

Συγγραφείς, έτος δημοσίευσης, χώρα, χρηματοδότηση	Ερευνητικός σχεδιασμός/ Ανάλυση	Δείγμα (N)	Σκοπός	Εργαλεία	Αποτελέσματα
Cao W et al, 202026 Κίνα	Περιγραφική συγχρονική μελέτη. Ο πληθυσμός στόχος περιελάμβανε προπτυχιακούς φοιτητές του ιατρικού κολεγίου Changzhi. Οι ερωτηθέντες επιλέχθηκαν από τον πληθυσμό-στόχο με δειγματοληψία συστάδων.	N= 7143 προπτυχιακοί φοιτητές	Αξιολόγηση της ψυχικής κατάστασης των φοιτητών κατά τη διάρκεια της επιδημίας.	Γνώσεις & προληπτικές συμπεριφορές σχετικά με τον Covid-19 & διαθεσιμότητα κοινωνικής υποστήριξης. Generalized Anxiety Disorder Scale (GAD-7).	Περίπου 24,9% των φοιτητών έχουν βιώσει άγχος εξαιτίας της επιδημίας Covid-19. Η ζωή σε αστικές περιοχές, με τους γονείς, έχοντας ένα σταθερό οικογενειακό εισόδημα ήταν προστατευτικοί παράγοντες για τους φοιτητές από το άγχος. Ωστόσο, η ύπαρξη συγγενή ή γνωστού που μολύνθηκε με τον Covid-19 ήταν ανεξάρτητος παράγοντας κινδύνου για άγχος. Οι στρεσογόνοι παράγοντες που σχετίζονται με τον Covid-19 περιλάμβαναν οικονομικούς, επιδράσεις στην καθημερινή ζωή & ακαδημαϊκές καθυστερήσεις & συσχετίστηκαν θετικά με το επίπεδο συμπτωμάτων άγχους, ενώ η κοινωνική υποστήριξη συσχετίστηκε αρνητικά με το άγχος τους.
Li S et al, 202016 Κίνα	Περιγραφική ανάλυση, Μονοπαραγοντική ανάλυση, Πολλαπλή παλινδρόμηση, odds ratio (OR), διαστήματα εμπιστοσύνης, Συντελεστής σύσπασης Spearman, r, p value.	N= 17,865 δημοσιεύσεις στην πλατφόρμα Weibo από ενεργά μέλη (230 παιδιά 9-19 ετών) με τη χρήση της μεθοδολογίας Online Ecological Recognition (OER) που βασίζεται σε διάφορα μοντέλα πρόβλεψης μηχανικής μάθησης	Η διερεύνηση των επιπτώσεων του Covid-19 στην ψυχική υγεία των ανθρώπων.	Online Ecological Recognition (OER) για την αυτόματη ανάλυση του ψυχολογικού προφίλ των χρηστών της πλατφόρμας Weibo. Σύστημα Text Mind για την εξαγωγή χαρακτηριστικών περιεχομένου, συμπεριλαμβανομένων των εργαλείων τμηματοποίησης κινέζικων λέξεων & ψυχολογικού λεξιλογίου.	Αύξηση των αρνητικών συναισθημάτων (άγχος, κατάθλιψη & αγανάκτηση) & ευαισθησία στους κοινωνικούς κινδύνους, καθώς & μείωση των θετικών συναισθημάτων & της ικανοποίησης από τη ζωή μετά τη δήλωση του Covid-19 στην Κίνα. Επιπλέον, τα άτομα δείχνουν περισσότερη ανησυχία για την υγεία, την οικογένεια & λιγότερη για τον ελεύθερο χρόνο, τους φίλους.
	Περιγραφική ανάλυση, Μέση τιμή, Τυπική απόκλιση, t-test, p value				

Συνεχίζεται

Πίνακας 1. (Συνέχεια).

Συγγραφείς, έτος δημοσίευσης, χώρα, χρηματοδότηση	Ερευνητικός σχεδιασμός/ Ανάλυση	Δείγμα (N)	Σκοπός	Εργαλεία	Αποτελέσματα
Qiu J et al, 202027 Κίνα	Συγχρονική, εθνική, μεγάλης κλίμακας, περιγραφική online μελέτη. Περιγραφική ανάλυση, Μέση τιμή, Λογιστική παλινδρόμηση, p value	N=5230 (από δείγμα: <18 - >60 ετών) απαντήσεις από 36 επαρχίες, από την Κίνα, Χόνγκ Κόνγκ, Μακάο & Ταϊβάν	Η διερεύνηση του περιτραυματικού ψυχολογικού άγχους στον γενικό πληθυσμό της Κίνας κατά τη διάρκεια της επιδημίας του Covid-19	Δημογραφικά δεδομένα, Covid-19 Peritraumatic Distress Index (CPDI)	Τα άτομα <18 ετών είχαν λιγότερο άγχος (mean (SD)=14.83 (13.41)). Τα άτομα 18-30 ετών ή >60 ετών είχαν περισσότερο άγχος (mean (SD)=27.76 (15.69) & 27.49 (24.22) αντίστοιχα). Τα επίπεδα ψυχολογικής δυσφορίας επηρεάστηκαν επίσης από τη διαθεσιμότητα ιατρικών πόρων, την αποτελεσματικότητα του περιφερειακού συστήματος δημόσιας υγείας & τα μέτρα πρόληψης & ελέγχου που ελήφθησαν κατά της επιδημίας.
Rosen Z et al, 202020 ΗΠΑ	Συγχρονική περιγραφική online μελέτη Περιγραφική ανάλυση, ποσοστά, Μέση τιμή, Τυπική απόκλιση, p value,	N=303 άτομα (18-95 ετών) εκ των οποίων το 45% γονείς παιδιών <10 ετών που απάντησαν για το άγχος των παιδιών τους	Η διερεύνηση των επιπέδων του άγχους στην πρώτη κοινότητα στις ΗΠΑ που τέθηκε σε καραντίνα εξαιτίας του Covid-19.	Δημογραφικά δεδομένα, Subjective Units of Distress Scale (SUDS)	Το 40,1% των γονιών παιδιών <10 ετών ανέφεραν διαχείριση σημεία άγχους στα παιδιά τους, ενώ το 30,9% ανέφεραν ότι δεν είχαν σημαντικό άγχος τα παιδιά τους [F=46,0, R=0,42, p<.001].
Xie X et al, 202028 Κίνα (Huangshi, Wuhan) Χρηματοδότηση από: National Natural Science Foundation of China (grant 81673194 [Dr Song])	Συγχρονική περιγραφική online μελέτη Περιγραφική ανάλυση, Γραμμική παλινδρόμηση, P value	N=2330 μαθητές πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης	Η διερεύνηση των συμπτωμάτων κατάθλιψης & άγχους μεταξύ των μαθητών στην επαρχία Hubei της Κίνας λόγω του Covid-19	Δημογραφικά δεδομένα, Το εργαλείο Children's Depression Inventory-Short Form (CDI-S) & το εργαλείο Screen for Child Anxiety Related Emotional Disorders για την εκτίμηση της κατάθλιψης & του άγχους αντίστοιχα.	Οι μαθητές στη Wuhan είχαν σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες CDI-S από εκείνους στο Huangshi (β, 0,092 [95% CI, 0,014-0,170]), με μεγαλύτερο κίνδυνο συμπτωμάτων κατάθλιψης (αναλογία πιθανότητας, 1,426 [95% CI, 1,138-1,786]). Οι μαθητές που ανησυχούσαν λινο ή δεν ανησυχούσαν μήπως νοσήσουν από τον Covid-19, είχαν σημαντικά χαμηλότερες βαθμολογίες CDI-S από εκείνους που ανησυχούσαν αρκετά (β, -0,184 [95% CI, -0,273 έως -0,095]), με μειωμένο κίνδυνο καταθλιπτικών συμπτωμάτων (αναλογία πιθανότητας, 0,521 [95% CI, 0,400-0,679]). Εκείνοι που δεν ήταν αισιόδοξοι για την επιδημία, σε σύγκριση με εκείνους που ήταν αρκετά αισιόδοξοι, είχαν σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες CDI-S (β, 0,367 [95% CI, 0,250-0,485]), με αυξημένο κίνδυνο καταθλιπτικών συμπτωμάτων (αναλογία πιθανότητας 2,262 [95% CI, 1,642-3,117]).

Συνεχίζεται

Πίνακας 1. (Συνέχεια).

Συγγραφείς, έτος δημοσίευσης, χώρα, χρηματοδότηση	Ερευνητικός σχεδιασμός/ Ανάλυση	Δείγμα (N)	Σκοπός	Εργαλεία	Αποτελέσματα
Saurabh K & Ranjan S, 202029 Ινδία	Συγκριτική συγχρονική μελέτη με ομάδα καραντίνας (N=121) και ομάδα μη καραντίνας (N=131)  Περιγραφική ανάλυση, ποσοστά, συχνότητες, Μέση τιμή, τυπική απόκλιση, t-test, x2-test, P value.	N=121 παιδιά & έφηβοι 9-18 ετών που βρίσκονταν σε καραντίνα (στο σπίτι ή στο νοσοκομείο) εξαιτίας της επιδημίας Covid-2019	Η διερεύνηση μιας ομάδας παιδιών & εφήβων που βρίσκονται σε καραντίνα κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης της νόσου Covid-2019 στην Ινδία & η περιγραφή της κατανόησής τους, της συμμόρφωσης και της ψυχολογικής επίδρασης της εμπειρίας της καραντίνας.	Συνέντευξη με τη χρήση δομημένου ερωτηματολογίου που αξιολόγησε την κατανόηση των εφήβων σχετικά με το σκοπικό της καραντίνας, των συμπεριφορών καραντίνας & των κοινωνικο-οικονομικών και ψυχολογικών επιπτώσεων.	Η ανησυχία (68,59%), η αδυναμία (66,11%) & ο φόβος (61,98%) ήταν τα πιο κοινά συνασθήματα που βίωσαν κατά την καραντίνα. Τα παιδιά & οι έφηβοι που βρίσκονταν σε καραντίνα είχαν στατιστικά σημαντικά περισσότερα ψυχολογικά προβλήματα από αυτά που δεν βρίσκονταν σε καραντίνα. Ο φόβος (p<0.0001), η νευρική κατάσταση (p<0.0001) & η ενόχληση (p<0,001) παρατηρήθηκαν πιο σημαντικά στην ομάδα που βρίσκονταν σε καραντίνα. Η αϋπνία, η απομόνωση, η πλήξη που σχετίζονται με το άγχος (δεν είναι στατιστικά σημαντικά) & η θλίψη ήταν επίσης πιο συχνή στην ομάδα καραντίνας.
Zhou SJ et al, 202030 Κίνα (επαρχία Hubei)	Συγχρονική περιγραφική online μελέτη  x2-test, t-test, Γραμμική παλινδρόμηση, p value	N=8079 μαθητές ηλικίας 12-18 ετών	Η αξιολόγηση του ποσοστού επικράτησης & των κοινωνικο-δημογραφικών δεδομένων, την αξιολόγηση της ευαισθητοποίησης των μαθητών για τον Covid-19. Η αξιολόγηση συμπτωμάτων κατάθλιψης & άγχους μεταξύ των Κινέζων που επηρεάστηκαν από την πανδημία Covid-19.	Χρησιμοποιήθηκε online ερωτηματολόγιο για τη συλλογή δημογραφικών δεδομένων, την αξιολόγηση της ευαισθητοποίησης των μαθητών για τον Covid-19. Η αξιολόγηση συμπτωμάτων κατάθλιψης & άγχους έγινε με το Patient Health Questionnaire (PHQ-9) & το ερωτηματολόγιο Generalized Anxiety Disorder (GAD-7), αντίστοιχα.	Ο επιπολασμός των καταθλιπτικών συμπτωμάτων, των συμπτωμάτων άγχους & ενός συνδυασμού συμπτωμάτων κατάθλιψης & άγχους ήταν 43,7%, 37,4% & 31,3%, αντίστοιχα, μεταξύ των Κινέζων μαθητών γυμνασίου κατά τη διάρκεια της επιδημίας Covid-19. Το γυναικείο φύλο ήταν ο υψηλότερος παράγοντας κινδύνου για συμπτώματα κατάθλιψης & άγχους. Όσον αφορά στους βαθμούς, το γυμνάσιο ήταν παράγοντας κινδύνου για συμπτώματα κατάθλιψης & άγχους. Τα ευρήματα δείχνουν ότι υπάρχει υψηλή επικράτηση προβλημάτων ψυχικής υγείας μεταξύ των εφήβων, τα οποία σχετίζονται αρνητικά με το επίπεδο συνειδητοποίησης του Covid-19.

ζονται με το άγχος, όπως αϋπνία, έντονη αμφισβήτηση, προσκόλληση στην οικογένεια κ.ά. Αρκετοί παράγοντες φαίνεται ότι επιδεινώνουν το άγχος των παιδιών, όπως η διαμονή σε περιοχές με μεγάλη έξαρση της επιδημίας, ο φόβος ότι τα μέλη της οικογένειας θα μπορούσαν να προσβληθούν από τον Covid-19 κ.ά. Θετικά φαίνεται να επιδρούν στο άγχος και στην κατάθλιψη των παιδιών

που βιώνουν τις επιδράσεις της επιδημίας του Covid-19, η ενημέρωση/πληροφόρηση για τη νόσο, η κοινωνική υποστήριξη.

Η παρούσα μελέτη είναι μη χρηματοδοτούμενη. Οι ερευνητές δηλώνουν ότι δεν υπάρχει πιθανή σύγκρουση συμφερόντων όσον αφορά στην έρευνα, την πνευματική ιδιοκτησία ή/και τη δημοσίευση αυτού του άρθρου.

## ABSTRACT

### The Effect of Covid-19 Pandemic on the Mental Health of Children, Adolescents and Young Adults

Fragoula Efstratiou,<sup>1</sup> Eleni Evangelou,<sup>2</sup> Evangelos Dousis<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Nurse MSc, Phd(cand), Academic Scholar, Nursing Department, University of West Attica,

<sup>2</sup>Professor, Nursing Department, University of West Attica,

<sup>3</sup>Assistant Professor, Nursing Department, University of West Attica, Greece

**Introduction:** Both the social distance and the quarantine associated with measures to limit the spread of Covid-19 significantly affect children. They cause negative feelings of anxiety, depression, intense fear and a variety of symptoms associated with them. The **aim** of the study is to summarize the published articles concerning the effect of the Covid-19 pandemic on the mental health of children, adolescents and young adults (1–24 years old). **Material and Method:** This is a systematic review of the published literature. Bibliographic search of scientific articles in the electronic databases Medline (PubMed) and Scopus from March 2020 to June 2020. The criteria for inclusion of an article in the study were: The language of publication of the article should be English, it should be completely relevant to the subject of the study, it should be a research study, it should be published in a valid scientific journal, and it should be published from November 2019 and after. **Results:** After a systematic and critical review of the articles, 9 articles were included in the study. These articles showed that the Covid-19 pandemic increased fear, anxiety and depression in children who experienced its effects, especially those in quarantine. In particular, children experienced due to the effects of the Covid-19 pandemic low levels of anxiety (30.9–40.1%), moderate to severe anxiety (24.9–37.4%) and severe symptoms of depression (6.5–43.7%). Compared to adults, children experienced lower stress. Among the factors that appear to exacerbate anxiety and depression are living in areas with high levels of the epidemic and fear that family members could be infected with Covid-19. While among the factors that seem to have a positive effect on anxiety and depression are information about the disease, social support and a stable family environment and income. **Conclusions:** The effect of Covid-19 pandemic on the mental health of children, adolescents and young adults seems to be great and efforts should be made to address it effectively.

**Key-words:** Covid-19, mental health, children, psychological, emotional, behavioral, disorders, distress, anxiety, quarantine, social distancing, pandemic.

✉ **Corresponding Author:** Efstratiou Fragkoula, 127A Laodikias street, GR-184 51 Nikaia, Greece, Tel: (+30) , 6948 728 149, e-mail: fraefstratiou@yahoo.gr

## Βιβλιογραφία

1. Κουτελέκος Ι. COVID-19: Επίδραση στην ψυχική υγεία γονέων και παιδιών. *Περιεχειρητική Νοσηλευτική* 2020, 9:1–5
2. Decosimo CA, Hanson J, Quinn M, Badu P, Smith EG. Playing to live: outcome evaluation of a community-based psychosocial expressive arts program for children during the Liberian Ebola epidemic. *Global Mental Health* 2019:6
3. Ginny S, Miriam S. Posttraumatic Stress Disorder in Parents and Youth After Health-Related Disasters. *Disaster Med Public Health Preparedness* 2013, 7:105-110.p://plan-international.org/ebolaresearchhttp://plinternational.org/ebolaresearch
4. Jiloha RC. COVID-19 and Mental Health. *Epidem Int* 2020, 5(1):7-9
5. Liu N, Zhang F, Wei C, Jia Y, Shang Z, Sun L et al. Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 outbreak in China hardest-hit areas: Gender differences matter. *Psychiatry Research* 2020, 112–121

6. Hossain MM, Sultana A, Purohit N. Mental health outcomes of quarantine and isolation for infection prevention: a systematic umbrella review of the global evidence. *Epidemiol Health* 2020, 42:e2020038
7. Gammon J, Hunt J, Musselwhite C. The stigmatisation of source isolation: a literature review. *Journal of Research in Nursing* 2019, 24:677–693
8. Cai J, Xu J, Lin D, Xu L, Qu Z, Zhang Y et al. A Case Series of children with 2019 novel coronavirus infection: clinical and epidemiological features. *Clinical Infectious Diseases* 2020
9. Brooks SK, Webster RC, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg S et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet* 2020, 395:912–20
10. Hawryluck L, Gold WL, Robinson S, Pogorski S, Galea S, Styra R. SARS control and psychological effects of quarantine, Toronto, Canada. *Emerging Infectious Diseases* 2004, 10:1206
11. John ATJ, Natalie JS, Michael AM. The behavioral immune system and social conservatism: A meta-analysis. *Evol Hum Behav* 2013, 34:99–108
12. Mortensen CR, Becker DV, Ackerman JM, Neuberg SL, Kenrick DT. Infection breeds reticence: The effects of disease salience on self-perceptions of personality and behavioral avoidance tendencies. *Psychol Sci* 2010, 21:440–447
13. Schaller M, Murray DR. Pathogens, personality, and culture: Disease prevalence predicts worldwide variability in sociosexuality, extraversion, and openness to experience. *J Personal Soc Psychol* 2008, 95:212–221
14. Ackerman JM, Becker DV, Mortensen CR, Sasaki T, Neuberg SL, Kenrick DT. A pox on the mind: Disjunction of attention and memory in the processing of physical disfigurement. *J Exp Soc Psychol* 2009, 45
15. Schaller M. Parasites, behavioral defenses, and the social psychological mechanisms through which cultures are evoked. *Psychol Inq* 2006, 17:96–101
16. Li S, Wang Y, Xue J, Zhao N, Zhu T. The impact of COVID-19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active Weibo users. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020, 17:2032
17. Houston V, Bull R. Do people avoid sitting next to someone who is facially disfigured. *Eur J Soc Psychol* 1994, 24:279–284
18. Schaller M, Murray DR, Bangerter A. Implications of the behavioral immune system for social behavior and human health in the modern world. *Philos Trans Bio Sci* 2015, 370:1–10
19. The Alliance for Child Protection in Humanitarian Action, Technical Note: Protection of Children during the Coronavirus Pandemic, 2019, 1
20. Rosen Z, Weinberger-Litman SL, Rosenzweig C, Rosmarin DH, Muennig P, Carmody ER et al. Anxiety and distress among the first community quarantined in the US due to COVID-19: Psychological implications for the unfolding crisis, 2020
21. Wang Y, Di Y, Ye J, Wei W. Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China. *Psychology, Health & Medicine* 2020, 1–10
22. Jiao WY, Wang LN, Liu J, Fang SF, Jiao FY, Pettoello-Mantovani M, et al. Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic. *Journal Pediatrics* 2020, 221:264
23. World Health Organization. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, 18 March 2020 (No. WHO/2019-nCoV/MentalHealth/2020.1). World Health Organization 2020
24. Duan L, Zhu G. Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *Lancet Psychiatry* 2020, 7:300–302
25. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal Environmental Research and Public Health* 2020, 17:1729
26. Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J et al. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research* 2020, 112934
27. Qiu J, Shen B, Zhao M, Wang Z, Xie B, Xu Y. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General Psychiatry* 2020, 33(2)
28. Xie X, Xue Q, Zhou Y, Zhu K, Liu Q, Zhang J et al. Mental health status among children in home confinement during the coronavirus disease 2019 outbreak in Hubei Province, China. *JAMA Pediatrics* 2020
29. Saurabh K, Ranjan S. Compliance and Psychological Impact of Quarantine in Children and Adolescents due to Covid-19 Pandemic. *Indian Journal of Pediatrics* 2020, 1
30. Zhou SJ, Zhang LG, Wang LL, Guo ZC, Wang JQ, Chen JC, et al. Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *European Child & Adolescent Psychiatry* 2020, 1–10