

Ekoloji ve Psikiyatri: Disiplinlerarası bir bakış önerisi

Ecology and Psychiatry: An interdisciplinary perspective proposal

Pelin Su Şirin Sucuoğlu¹, Hakan Karas²

¹Uzm.Dr., Medeniyet Üniversitesi, Göztepe Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye
https://orcid.org/0000-0003-4615-1667

²Dr. Öğr. Üyesi, Gelişim Üniversitesi, Klinik Psikoloji Departmanı, İstanbul, Türkiye https://orcid.org/0000-0002-9391-5415

Covid-19; hastalık tablosunun ağırlığı, viral yayılımın görülmemiş hızına karşı etkililiğinden emin olduğumuz ilaç ya da aşısının olmayışı ile ülkeleri önceliklerini sıralamaya bizleri de yaşamlarımızı gözden geçirdiğimiz bir yavaşlamaya itiyor. Çağımızın en büyük halk sağlığı sorunlarından birinin sonuçlarının neler olacağını ve ‘Yeni Normal’in politik, ekonomik ve toplumsal olarak nasıl şekilleneceğini merak ediyoruz. Acaba bu virüsü nasıl ele almalı? Dışarıdan gelen bizim dünya(mız)daki bir yabancı mı yoksa doğayı hızla tüketen antroposen insanının yaşayacak yer arayışını hızlandırdığı bir canlı mı? Bu soruyu nasıl ele aldığımız, normalleşme sürecinde ekosistemi daha fazla görmezden gelip gelmeyeceğimizi belirleyecek. Bu süreçte kentleşme, doğal hayatın yok edilmesi ve artan karbon ayak izi ile içinde bulunduğu ekosistemi radikal bir şekilde değiştirmiş olan insan, fiziksel ve ruhsal sağlığı için, içinde yaşadığı ekosistemin önemi ile tekrar yüzleşiyor.

Her ne kadar enfeksiyonun kaynağı ve yayılma süreci hakkında kesin kanıtlarımız olmasa da Covid-19’un Ebola, SARS ve kuş gribi gibi zoonotik hastalıkların son örneği olduğunu biliyoruz. WWF (Doğal Hayatı Koruma Vakfı)’nin Mart 2020 tarihli “Doğanın Yok Oluşu ve Pandemilerin Yükselişi” raporu, ormansızlaşma ve doğal ekosistemin tahribatının virüslerin yeni türlerle karşılaşp yayılmasına aracılık ettiğine ve yaban hayvanı tüketimi ile yasa dışı ticaretinin de bu virüslerin insanlara geçişini kolaylaştırdığına dikkat çekiyor (1). Bu durumda, “yeni normal”in yeni düzeni doğaya yer açmadan kurulursa, zoonotik hastalıkların artmasını beklemek mümkün.

Doğayla olan ilişkimizi yeniden düşünmemiz gerekirken var olan iklim değişikliği sorununa gündelik hayatlarımızda yer vermeden devam etmek mümkün gözüküyor. İnsan faaliyetlerinin, sanayi öncesi döneme göre küresel ısınmada 1^o artışa sebep olduğu biliniyor (2). Bu ısınmanın etkilerini kuraklık, sel gibi aşırı hava olayları, sıcak hava dalgaları, ekosistem çeşitliliğinde azalma gibi sonuçlarında görmek mümkün. Hükümetlerarası İklim Değişikliği Paneli (IPCC)’nin 2018 tarihli “1,5^o Raporu”na göre sera gazı emisyonları mevcut şekilde devam ederse, küresel ısınma 2030-2052 yılları arasında 1,5^o sınıırını geçecek. Bu sınırın geçilmesinin, temiz gıda ve su erişimi ya da tarım faaliyetlerinde kısıtlanma, hava kirliliği gibi pek çok sonucunun yanı sıra vektör-kaynaklı hastalıkların bulaşının artmasıyla da insan sağlığını tehdit edeceği öngörülüyor. Yapılan bir çalışmada, insanların nüfus artış hızı ve küresel sıcaklıktaki artış bir arada değerlendirildiğinde 3,5 milyar insanın yaşanması zor olan bölgelerde kalabileceği ve bu durumun iklim göçlerine neden olabileceği saptanmıştır (3). Göç; her ne kadar sadece iklim değişikliği ile ilişkilendirilemez ve göçün ruhsal sonuçları planlı olup olmaması gibi pek çok sonuca bağlı olsa da, çok sayıda insan için yaşam koşullarını zorlaştırmaktadır. İklim değişikliği, farklı coğrafyalardaki toplumların sağlığını çeşitli şekillerde tehdit eden büyük bir halk sağlığı sorunu olmasına rağmen bizler sağlık çalışanları olarak bunun sonuçları üzerine ne kadar düşünüyoruz? Çeşitli hastalıklarla ilgili koruyucu hekimliğe yönelik araştırmalarımızda küresel iklim değişikliğinin etkileri üzerinde ne kadar duruyoruz?

İklim değişikliğinin pek çok faktörle etkileşimi ve karmaşıklığı sonuçlarının doğrudan incelenemesini kısıtlıyor. Bununla birlikte yapılan kısıtlı çalışmalar ruhsal ve zihinsel sağlığa olan et-

kilerin önemini vurguluyor. Son çalışmalarda küresel sıcaklıkların artması ile sık sık hissettiğimiz sıcak hava dalgalarının ve endüstriyel faaliyetlerin hızlandırdığı hava kirliliğinin zihinsel etkileri üzerinde durulmaktadır. Malaspina ve arkadaşlarının kaleme aldığı bir yazıda, sıcak hava dalgalarının özellikle hamile kadınlar üzerindeki etkilerine değinilmiş ve sıcak hava dalgalarının erken doğumla olan ilişkisine yer verilerek bu prenatal etkilerin çocukların zihinsel kapasitelerini etkileyebileceği belirtilmiştir (4). Hava kirliliği ile ilgili kohort araştırmalarına yer veren güncel bir derleme çalışmasında, hava kirliliğine neden olan partikül madde 2,5 (PM 2,5) ve azot oksitlerin Alzheimer tipi demans riskinde artış ve kognitif fonksiyonlarda azalma ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (5).

İnsan, içinde bulunduğu ekosistemin bir parçası olarak var olur ve sadece toplumsal ilişkilerden değil; tüm doğal çevresinden hem biyolojik hem de psikososyal düzeyde etkilenir. Bunun sonucu olarak ruhsal sağlık; insanın, onu çevreleyen canlı ve cansız sistem ile süreğen ilişkisi içinde düşünülmelidir. Ekosistemdeki varyasyonların; diğer canlılarda olduğu gibi insan davranışlarını da popülasyon düzeyinde, bireyler arası düzeyde ve bireysel düzeyde etkilediği gösterilmiştir. Her ne kadar ekosistemdeki değişikliklerin bireysel düzeydeki etkilerinin ampirik çalışmalarla ölçülemediği nedeniyle gözden kaçabileceğine dikkat çekilse de (6), pek çok ruhsal bozuklukta insan için bir diğer ekosistem değişikliği olan kentleşmenin ruh sağlığına olan etkilerini görmek mümkündür. Kentlerde doğan ve yetişen bireylerde çocukluk yıllarından itibaren başlayan ruhsal sorunlar kırsal kesimlerde yaşayanlara oranla daha sık ve daha şiddetlidir. Kentleşmenin başta psikotik bozukluklar olmak üzere erişkin dönemindeki ruhsal bozukluklar ile de yakından ilişkili olduğu uzun yıllardan beri bilinmektedir (7).

Tüm bunların yanı sıra, iklim değişikliği ve ilişkili sonuçlarının ruh sağlığı yönünden etkilerinin elbette sosyal, ekonomik ve çevresel koşullardan muaf olmadığını belirtmek gerekir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün "Cinsiyet, İklim Değişikliği ve Sağlık" raporunda, doğal afetler sonrası düşük sosyoekonomik konumun; kaygı bozuklukları ve duygudurum bozuklukları için risk oluşturduğu

belirtilmektedir (8). Son küresel pandeminin karantina sürecinde gördüğümüz üzere; araştırmacıların önerdiği; pozitif kalmak, farkındalık egzersizleri yapmak ve ruhsal dayanıklılığı korumaya çalışmak, sosyal ve kültürel ilişkide kalmaya devam edebilmek gibi öneriler yerinde olmakla birlikte bu eylemlerin sosyoekonomik faktörler yönünden avantajlı olabilmeyi gerektirdiği ve bu servislere erişim şansının belki de en çok ihtiyacı olanlar tarafında eksik olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak, Covid-19'un küresel etkileri, ekolojik sorunların tek bir toplumu ya da bireyi etkilemekle kalmadığını ve oluşturduğu sorunların çözümlerinin de tek bir disipliner alanla sınırlı uğraşla ele alınamayacağını kanıtıyor. 21.yy'ın önde gelen halk sağlığı sorunlarından biri olan iklim değişikliğinin ve düzensiz kentleşmenin toplumlar ve bireyler üzerindeki doğrudan ve dolaylı ruhsal etkileri, biz ruh sağlığı çalışanlarının da bu konudaki farkındalığına ihtiyaç duyulduğunu gösteriyor. Psikiyatrinin ve diğer sağlık bilimlerinin ekoloji disiplini ile işbirliği içinde çalışması bu konudaki farkındalığı artırabilir ve etkili bir koruyucu ruh sağlığı politikasının oluşturulmasında belirleyici olabilir.

Yazışma Adresi: Uzm. Dr., Pelin Su Şirin Sucuoğlu, İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Goztepe Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye, drpelinsirin@gmail.com

KAYNAKLAR

1. Doğal Hayatı Koruma Vakfı. Doğanın Yok Oluşu ve Pandemilerin Yükselişi [Internet]. Available from: <https://www.wwf.org.tr/yayinlarimiz/raporlarimiz/?9920/Dogani-n-Yok-Olusu-ve-Pandemilerin-Yukselisi>
2. Allen, M.R., O.P. Dube, W. Solecki, F. Aragón-Durand, W. Cramer, S. Humphreys, M. Kainuma, J. Kala, N. Mahowald, Y. Mulugetta, R. Perez, M. Wairiu and KZ. Global Warming of 1.5°C. An IPCC Special Report on the impacts of global warming of 1.5°C above pre-industrial levels and related global greenhouse gas emission pathways, in the context of strengthening the global response to the threat of climate change, [Internet]. Available from: <https://www.ipcc.ch/sr15/>
3. Xu C, Kohler TA, Lenton TM, Svenning J-C, Scheffer M. Future of the human climate niche. Proc Natl Acad Sci [Internet]. 2020 May 4 [cited 2020 May 17]; Available from: <https://www.pnas.org/content/early/2020/04/28/1910114117>
4. Malaspina D, Howell EA, Spicer J. Intergenerational Echoes of Climate Change. JAMA Psychiatry [Internet]. 2020 Apr 29; Available from: <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2020.0604>
5. Peters R, Ee N, Peters J, Booth A, Mudway I, Anstey KJ. Air Pollution and Dementia: A Systematic Review. Journal of Alzheimer's Disease. 2019.
6. Nettle D, Gibson MA, Lawson DW, Sear R. Human behavioral ecology: current research and future prospects. Behavioral Ecology, 2013;24;1031-1040.
7. Bratman GN, Anderson CB, Berman MG, Cochran B, De Vries S, Flanders J, Folke C, Frumkin H, Gross JJ, Harting T, Kahn PH, Kuo M, Lawler JJ, Levin PS, Lindahl T, Meyer Lindenberg A, Mitchell R, Ouyang Z, Roe J, Scarlett L, Smith JR, van den Bosch Matilda, Wheeler BW, White MP, Zheng H, Daily GC (2019). Nature and mental health: An ecosystem service perspective. Science advances, 5(7), eaax0903.
8. World Health Organization. Gender, climate change and health [Internet]. Available from: <https://www.who.int/gender-equity-rights/knowledge/gender-climate-change-and-health/en/>