

Covid-19 Salgınında Yeni Normale Geçiş Süreci: Dünya ve Türkiye

The New Normal Transition Process in the Covid-19 Pandemic: World and Turkey

Seçil Özkan, Burcak Budak, Sümeyye Nur Budak, Asiye Uğraş Dikmen, Mustafa Necmi İlhan

Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye

ÖZET

Dünyada 2019 yılının sonunda ortaya çıkan COVID-19 salgını 2020'nin başında tüm dünyayı etkisi altına alarak pandemiye dönüşmüştür. COVID-19 pandemisi karşısında ülkeler tarafından alınan yurtiçi/yurtdışı seyahat kısıtlaması, sokağa çıkma yasağı, karantina uygulaması, okulların/üniversitelerin kapatılması ve bazı iş yerlerinin kapatılması gibi önlemler dünyada çok sayıda insanın günlük hayat rutinlerini değiştirmiştir. Ülkeler tarafından alınan bu gibi önlemlerin ortaya çıkan sosyal ve ekonomik olumsuz etkileri sebebiyle hafifletilmesi düşünülmüştür. Maske kullanımı, sosyal mesafe kurallarına uyum, kişisel hijyene dikkat edilmesi gibi temel prensipler korunarak günlük hayata kısıtlı olarak devam edilmesi adeta yeni normal olarak nitelendirilmiştir. Bundan dolayı yeni normale geçiş ile ülkelerde normalleşme süreçleri başlamıştır.

Anahtar Sözcükler: SARS-CoV-2, COVID-19, Yeni Normal, Salgın, Pandemi

Geliş Tarihi: 01.06.2020

Kabul Tarihi: 01.02.2021

ABSTRACT

The Covid-19 outbreak that emerged in the world at the end of 2019 turned into a pandemic by affecting the whole world at the beginning of 2020. Measures such as domestic / international travel restrictions, curfew, quarantine implementation, closure of schools / universities, and closure of some workplaces against the Covid-19 pandemic have changed the daily life routines of many people in the world. The mitigation of these measures has been considered due to their social and economic adverse effects. Maintaining the basic principles such as the use of masks, compliance with the social distance rules, paying attention to personal hygiene, and continuing with limited life is almost a new normal. Therefore, normalization processes have started in the countries.

Keywords: SARS-CoV-2, COVID-19, New Normal, Epidemic, Pandemic

Received: 06.01.2020

Accepted: 02.01.2021

ORCID IDs: S.Ö. 0000-0003-1572-8777, B.B. 0000-0001-9976-1755, S.N.B. 0000-0001-8005-2553, A.U.D. 0000-0002-3204-7562, M.N.İ. 0000-0003-1367-6328

Yazışma Adresi / Address for Correspondence: Dr.Burcak Budak, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye. E-posta: burcak.budak@gmail.com

©Telif Hakkı 2021 Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi - Makale metnine <http://medicaljournal.gazi.edu.tr/> web adresinden ulaşılabilir.

©Copyright 2021 by Gazi University Medical Faculty - Available on-line at web site <http://medicaljournal.gazi.edu.tr/>

doi:<http://dx.doi.org/10.12996/gmj.2021.76>

GİRİŞ

Dünyanın 2019 yılının sonunda ortaya çıkan COVID-19 salgınının etkisi altında olduğu şu günlerde birçok ülke COVID-19 karşısında önlemler almakta, araştırmalar yapmakta ve bazı sınırlandırmalarla salgını kontrol altına almaya çalışmaktadır. Ülkeler bu süreçte, okullarda eğitime ara verilmesi, iş yeri hizmet sunumlarının sınırlandırılması, yurt içi/yurt dışı seyahat sınırlandırmaları, sokağa çıkma sınırlamaları, eyalet/il/ilçe/kasaba boyutlarında değişen karantina uygulamaları ve olağanüstü hal ilanı gibi insanları rutin yaşamlarının döngüsünden uzaklaştıran özel ve zaruri kararlar almaktadır. Bunun yanında maske kullanımı, sosyal mesafe uyumu, düzenli el yıkama, kişisel hijyene olan dikkatte artış gibi bazı bireysel uygulamalar ise adeta yeni standartlara dönüşmüştür.

Birçok ülkede insanlar bu önlemler ve sınırlandırmalar kapsamında eski hayatlarının normallerinden uzaklaşmış durumda yeni bir sürece ayak uydurmaya çalışmaktadırlar. Bu durum insanlar üzerinde gerek fiziksel gerek psikolojik stabilizasyon nedeniyle olumsuz etkiler ortaya çıkarmaktadır. İnsanların sosyal ortamlarından uzaklaşmaları ve birçok sosyal aktivitelerinden vazgeçmek zorunda olmaları onları psikolojik açıdan olumsuz etkilerken, sınırlandırmalar kapsamında hizmetlerine ara vermek zorunda kalan birçok meslek sahibi birey ise bu olumsuz etkilerinden ekonomik kaygılar nedeniyle daha da şiddetli olarak sarsılmaktadır. Günlük fiziksel aktivitelerde ister istemez ortaya çıkan sınırlandırmalar da sedanter yaşamın getirdiği hipertansiyon, diyabet, kardiyovasküler hastalıklar gibi kronik hastalıkların sıklığını ve etkilerini artırmaktadır.

Ülkeler salgının kontrol altına alınamaması, etkin bir şekilde topluma hastalığın yayılımının önlenememesi, insanların alınan önlemlere riayet etmemesi ve etkin bir aşının henüz bulunamamış olması gibi nedenlerle bu salgın sürecinin ne kadar süreceğini net olarak kestirememektedir. Bu kapsamda birçok ülke günlük hayatın sürdürülmesinde salgının etkilerinin daha az hissedilmesi bununla birlikte hastalık yayılımının en aza indirilmesi adına sokağa çıkma yasağı, karantina uygulaması ve olağanüstü hal ilanı gibi sınırlayıcı ve katı olan kısıtlamalar yerine bu kısıtlamalara ihtiyaç duyulmasına engel olacak daha kabul edilebilir ve sürdürülebilir yeni normaller veya normalleşme diye tanımlanan bir takım önlemler ve uygulamaları planlamaktadır.

COVID-19 PANDEMİSİ

Belirli bir coğrafi bölgede veya belirli bir toplumda normalin üstünde vaka sayısıyla görülen bulaşıcı hastalığa epidemide denilmektedir (1). Epidemide salgın olarak da isimlendirilebilir. Salgınlar toplumlarda belirli mevsimlerde de görülebilmektedir. Bir hastalığın dünya çapında yayılmasıyla ortaya çıkan tabloya pandemi denilmektedir (2). Epidemiler bulunduğu sınırları aşır geniş kıtalara yayılarak veya kıtalararası yayılım yaparak pandemilere dönüşebilir. Pandemiler geniş kitlelere ulaşması nedeniyle maalesef çok sayıda ölüme neden olabilmektedir. Dünya nüfusunu en fazla etkileyen (bilinen nüfusun %30-%60) pandemi ise 'kara ölüm' olarak bilinen vebadır (3).

COVID-19 salgınının ilk vakası 31.12.2019 tarihinde Çin Halk Cumhuriyeti'nin Hubei Eyaleti'nin Wuhan Şehrinde bulunan Wuhan Municipal Health Commission hastanesinde ortaya çıkmıştır (4). Sonrasında hızlı bir yayılımla virüs kıtalararası boyutlara ulaşarak epidemiden pandemiye dönüşmüştür. Dünyada 01.06.2020 tarihinde tanı konulan vaka sayısı 6.040.609, toplam COVID-19'a bağlı ölüm sayısı ise 370.657'dir (5). COVID-19 pandemisinin başlangıç ülkesi Çin olsa da en fazla vaka sayısı 1.734.040 ile ABD'nde görülmektedir, Türkiye'de aynı tarihte tanı konulan vaka sayısı ise 163.103'tür (5).

COVID-19 PANDEMİSİ KARŞISINDA ALINAN TEDBİRLER

Dünyada büyük bir krize dönüşen COVID-19 pandemisi karşısında dünyada ve Türkiye'de hastalığın yayılmasını kontrol altına almak ve vaka sayısını kısıtlamak amacıyla birçok önlem ve uygulama bu süreçte hayata geçirilmiştir. Bu önlemler ve uygulamaların temel amacı hem halk sağlığını korumak hem de sağlık sisteminin üzerine istenmeyen aşırı yükü engellemektir.

Dünyada bu bağlamda öncelikle bireysel tedbirler ön planda tutulmuştur. Salgının kontrol altına alınmasındaki temel faktör olan bireyin salgını anlaması hedeflenmiş ve kötü sonuçlarının oluşmasını engellemek için alacağı bireysel tedbirlerinin salgın kontrolünde temel olduğunun toplum fertlerine idrak ettirilmesi birincil yaklaşım olmuştur (6). Bu amaçlar doğrultusunda evde kalmak,

elleri güvenli ve doğru bir şekilde yıkamak, toplumda kişiler arasında sosyal mesafeye dikkat etmek, maske kullanmak gibi temel davranışların topluma kazandırılması istenmiştir (7). Dünyadaki birçok ülkede ve Türkiye'de bireysel tedbirlerin yanında bazı önlemler de devletler tarafından hızlı bir şekilde hastalık yayılımını önlemek amacıyla uygulamaya konulmuştur.

Bu uygulamalar kapsamında birçok ülkede yurt dışına seyahat kısıtlaması, yurt içinde bazı eyaletler/şehirlerarasında seyahat kısıtlaması, okullarda eğitime ara verilmesi, bazı iş yerlerinin kapatılması, süresi değişen karantina uygulamaları gibi güçlü ve halk sağlığını korumada etkin önlemlere başvurulmuştur (7, 8). Bu önlemlerle hedeflenen temel amaç ise toplumdaki hareketliliği kısıtlamak ve insanlar arası hastalık yayılımının çok şiddetli olabileceği fiziki ortamlarda (okullar, iş yerleri vb) istenmeyen bir hastalık yayılımının ortaya çıkmasını engellemektir.

Bu davranışların pandeminin süresinin net olarak kestirilememesi nedeniyle yeni normal olarak adlandırabileceğimiz bir süreçte toplanması yanlış olmayacaktır. Toplumun her ferdine bu davranışlar sosyal medya, yayın kuruluşları ve afiş, broşür gibi yazılı yayınlarla sıklıkla söylenmekte ve toplumdaki bireylerin bu yeni normallere uyması beklenmektedir.

AVRUPADA YENİ NORMALE GEÇİŞ

Avrupa ülkelerinde yurt dışına seyahat kısıtlaması, yurt içinde bazı eyaletler/şehirler arasında seyahat kısıtlaması, eğitime ara verilmesi, bazı iş yerlerinin kapatılması, süresi değişen karantina uygulamaları gibi alınan tedbirlerin salgının yayılımını önlemek ve can kaybını azaltmak bakımından olumlu yönleri olsa da ülkeler arasında ve ülke içinde ekonomik faaliyetlerde azalma, toplumun sosyal, kültürel ve dini etkinliklerini gerçekleştirmesine engel olma ve kamu/özel bütün iş yerlerinde sınırlı kapasitede çalışma gibi negatif sonuçları da bulunmaktadır.

Dünyada COVID-19 salgınına çare arandığı şu günlerde alınan tedbirlerin; sosyal hayatın sınırlı sürdürülmesi, mümkün olduğu kadar kontrollü sosyal hayat sağlanması ve iktisadi bir boşluk oluşmaması için günlük hayata daha kolay uyum sağlanabileceği düşünülmektedir (9).

Bu bağlamda Avrupa Birliği'nin üye ülkelere gönderdiği açık/kapalı alanlarda toplum tarafından maske kullanımı, sosyal mesafe, kapalı ortamlarda bulunan kişi sayısının minimum düzeyde tutulması gibi uyulması gereken kurallarla ilgili öneriler içeren bir yayını bulunmaktadır (10). Bu yayındaki kurallar temel alınarak COVID-19 salgınının başından beri yinelenen maske kullanımı, sosyal mesafe, topluluk oluşumunun minimum düzeyde tutulması, kişisel hijyene dikkat edilmesi gibi temel prensiplere uyulması ön şartıyla normal hayata kademeli bir şekilde geçiş ülkelere önerilmektedir (11). Bu geçişte ülkelerin sağlık kayıtlarını düzenli bir şekilde tutması, sağlık hizmetlerinin geliştirilmesi ve kapasitesinin artırılması, kademeli olarak açılacak sosyal alanların kapasitelerine göre sırayla açılması, tıbbi ve kişisel koruyucu ekipmanların kullanımının ve ulaşılabilirliğinin artırılması gibi öncüllere uyması da güçlü bir şekilde önerilmektedir (11).

İlkelerden bu geçiş sürecinde istenen en temel yaklaşım kademeli olarak önlemleri azaltmalarıdır. Uygulamalara yerel düzeylerde başlanmalı ve bu uygulamalarda başarı sağlanırsa kademeli olarak ulusal düzeyde uygulanmalıdır. Topluma yapılacak uygulamalarda da en savunmasız gruplar daha uzun süre korunmalı ve önlemlere tabi tutulmalıdır. Bu süreçte hasta olan bireylerde etkin bir şekilde tedavi edilmeli ve izolasyonda tutulup diğer sağlıklı bireylerle teması engellenmelidir. Sınırların açılması konusunda, öncelikli olarak iç sınırların açılmasıyla başlanılmalıdır. Eğer başarı sağlanırsa dış sınırların açılmasına izin verilecek şekilde planlama yapılmalıdır. İnsanların toplu bir şekilde bir arada bulunduğu okulların, üniversitelerin, ticari işletmelerin (perakende), sosyal aktivite merkezlerinin (restoranlar, kafeler, spor merkezleri) faaliyetinin tekrar başlamasına uygun aralık ve sıralamayla, uygun önlemlerle ve önlemlere uyulup uyulmadığına düzenli bir şekilde bakılarak izin verilebilir (11).

Avrupa'da COVID-19 salgınına kontrol altına alma noktasında önemli örneklerden biri olan Almanya'da, yeni normale geçişle ilgili Mayıs ayının başında; okulların yaz tatilinden önce açılması, boyutlarına bakılmaksızın tüm dükkanların gerekli hijyen kurallarına dikkat ederek ve kuymak oluşmasını engelleyerek açılması, açık havada spor yapılmasına izin verilmesi, futbol liginin seyircisiz bir şekilde devam ettirilmesi gibi kararlar alınmıştır. Büyük ölçekli kalabalık etkinliklerin yapılma yasağı Ağustos ayının sonuna kadar ertelenmiştir. Sinemalar, tiyatrolar, restoranlar, oteller, güzellik merkezleri gibi iş yerlerinin açılması ise bölgesel yönetimlerin inisiyatife bırakılmıştır. Bu önlemlerin kaldırılmasının salgın tablosunun alevlenmesine neden olması durumunda bu kararlar iptal edilecek ve tekrar eski önlemlere dönecektir (12).

TÜRKİYE'DE YENİ NORMALE GEÇİŞ

COVID-19 salgınının ülkemizde görüldüğü ilk günden beri normal hayat rutinlerimiz bir hayli değişmiştir. Ülkemizde ilk vakanın görülmesiyle beraber COVID-19 salgını kapsamında birçok tedbir hayata geçirilmiştir.

Bu kapsamda okulların kapatılması, alışveriş merkezlerinin kapatılması, toplu olarak bir arada bulunulan iş yerlerinin kapatılması, kamu çalışanlarının dönüşümlü olarak mesai yapması, hafta sonları sokağa çıkma yasaklarının uygulanması gibi uygulamalar etkin ve salgının önlenmesinde hedefe yönelik uygulamalardır (9). Bu uygulamaların sonucunda ülkemizde son günlerde vaka sayısında belirgin bir düşüş görülmektedir(13). Vaka sayısında görülen düşüşlerle beraber 'kontrollü sosyal hayat dönemi' olarak da adlandırabileceğimiz önlemlerin kademeli olarak azaltıldığı bir süreç planlanmaktadır (14).

Ülkemizde normalleşme sürecinde; maske kullanımının sürdürülmesi, sosyal mesafe kurallarına dikkat edilmesi, toplu olarak bir arada bulunmaktan kaçınılması, kişisel hijyene özen gösterilmesi elbette ki esas kurallarımız olacaktır. Bu temel kurallara uyulması, salgının kontrol altına alınması sürecinde yapabileceğimiz en basit ve aslında en etkin bireysel davranıştır. Bu davranışlar zaten 'kontrollü sosyal hayat' kavramının özü olan kontrolü oluşturmaktadır (14).

Ülkemizde mayıs ayının ortalarında vaka sayısının azalması nedeniyle alınan önlemler kademeli olarak azaltılmıştır. Bu kapsamda hijyen ve sosyal mesafe kurallarına uyarak; küçük/büyük işletmeler açılmış, alışveriş merkezleri açılmıştır. Bununla birlikte faaliyetlerine başlayacak iş yerlerine yönelik alınması gereken tedbirler oluşabilecek olumsuzlukların önüne geçmek amacıyla Sağlık Bakanlığı tarafından yayınlanmıştır (15). Okulların/üniversitelerin açılması bu eğitim döneminde öngörülmeyp ertelenmiştir (16). Salgının seyrinde oluşabilecek herhangi bir olumsuz durum karşısında bu kararlar uygulamadan kaldırılıp önlemler tekrar uygulamaya koyulacaktır.

SONUÇ

COVID-19'a yönelik uzun dönemde aşı bulunana kadar salgının son dönemlerini kontrollü geçirebilmek için, yeni normalleşme adımlarını ve sonuçlarını iyi takip ederek, enfeksiyonun bulaştırmıcılık hızı artışa geçtiğinde önlemleri tekrar koymak ve/veya sıkılaştırmak şeklinde uygulamalar gerekmektedir. Bu süreçte salgının kontrolü ve yönetiminde, sağlık hizmetlerinin kapasitesi gözlenerek, çok paydaşlı bir yaklaşımla, yerel ve bölgesel günlük veri değerlendirmeleri ve davranışsal özelliklerine göre ilerlemek gerekmektedir. Tüm dünyanın işbirliği ve özveri içinde bu süreci yönetebilmeleri salgının sınırlandırılması açısından önemli faktörlerden biridir.

Çıkar Çatışması

Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması bildirmemiştir.

KAYNAKLAR

- 1-WHO Managing Epidemics Keyfacts about majör deadly diseases, 2018 <https://www.who.int/emergencies/diseases/managing-epidemics-interactive.pdf>, 15.05.2020
- 2-WHO What is a pandemic? 24.02.2010 https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/en/ 16.05.2020
- 3-WHO Plague 31.10.2017, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/plague> 16.05.2020
- 4-WHO Timeline COVID-19 27.04.2020 <https://www.who.int/news-room/detail/27-04-2020-who-timeline---covid-19> , 16.05.2020
- 5-WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard, <https://covid19.who.int/> 01.06.2020
- 6-WHO Connecting The World To Combat Coronavirus <https://www.who.int/news-room/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus> 17.05.2020
- 7-WHO Considerations in adjusting public health and social measures in the context of COVID-19 16.04.2020, https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331773/WHO-2019-nCoV-Adjusting_PH_measures-2020.1-eng.pdf 18.05.2020
- 8-T.C. İçişleri Bakanlığı, <https://www.icisleri.gov.tr/duyurular> 18.05.2020
- 9- Waltner-Toews D, Biggeri A, De Marchi B, Funtowicz S, Giampietro M, O'Connor M et al. Post-normal Pandemics: Why Covid-19 requires a New Approach to Science, *Recenti Prog Med* 2020;111(4):202-204 19.05.2020
- 10- COVID-19 EU Recommendations For Community Measures 18.05.2020 https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/covid19_-_eu_recommendations_for_community_measures.pdf 20.05.2020
- 11-A European Roadmap to Lifting Coronavirus Containment Measures 14.04.2020 https://ec.europa.eu/info/live-work-travel-eu/health/coronavirus-response/european-roadmap-lifting-coronavirus-containment-measures_en 19.05.2020
- 12- Germany Federal Ministry of the Interior, Building and Community, Pressrelease Number 151/20 of 6 May 2020 <https://www.bundesregierung.de/resource/blob/973812/1751456/c197062365f7e60780e9039dc4e336ee/2020-05-06-beschluss-bund-laender-eng-data.pdf?download=1> 20.05.2020
- 13-T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye'deki Güncel Durum <https://covid19.saglik.gov.tr/> 20.05.2020
- 14-T.C. Sağlık Bakanlığı 13.05.2020 <https://www.saglik.gov.tr/TR,65592/sosyal-hayatinizi-kontrol-altina-alirsak-guzel-gunler-gorecegiz.html> 20.05.2020
- 15- T.C. Sağlık Bakanlığı Toplumda Salgın Yönetimi <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/toplumda-salgini-yonetimi.html> 20.05.2020
- 16- T.C. Cumhurbaşkanlığı 18.05.2020 <https://www.tccb.gov.tr/haberler/410/120255/-arife-gununden-bayramin-son-gunune-kadar-81-ilimizin-tamaminda-sokaga-cikma-kisittlamasi-uygulanacaktır> 20.05.2020