خبر صادم للمصابين بكورونا: "66%" منهم يعانون من سوء النوم!

أظهرت دراسة طبية حديثة أن الانعكاسات السلبية التي نتجت عن جائحة كورونا كانت كبيرة على المرضى المصابين، وكذلك عامة أفراد المجتمع من حيث نوعية النوم والجوانب النفسية.

وتهدف الدراسة التي أقيمت بجامعة جدة في السعودية لتقييم جودة النوم والأعباء النفسية لوباء جائحة كورونا لدى مرضى كوفيد 19 وعامة السكان خلال فترة الحجر الصحي.

وأوضح مركز طب وبحوث النوم بالجامعة أنه تم تحديد المشاركين من مرضى COVID-19 من عدة مراكز صحية مختلفة في المنطقة الغربية خلال فترة الحجر الصحي 2020، وجميع هؤلاء المرضى أكملوا جميع الاستبيانات، حيث تم جمع البيانات الديموغرافية والإصابة بفيروس كورونا والتاريخ المرضي، بجانب تقييم نوعية النوم والاكتئاب والأرق باستخدام الاستبيانات معتمدة.

كما تم مقارنة معلومات المرضى المصابين بفايروس كورونا بعامة السكان غير المصابين والتي جمعت معلوماتهم عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي بعد موافقتهم.

ولفت مركز طب وبحوث النوم إلى أن الدراسة التي شملت 1091 شخصاً منهم 643 (58.9%) يمثلون المصابين بفايروس كورونا، وجدت أن 66.1% من مرضى COVID-19 يعانون من سوء نوعية النوم، وكذلك 72.8% من عامة السكان، بينما أثر الأرق على 50.5% من مرضى كورونا، وكذلك 58.5% من عامة السكان، وتم تشخيص الاكتئاب لدى 39.5% من مرضى كورونا، وكذلك 70.1% من عامة السكان.

وتابع المركز: أن المكان الذي تلقى فيه مرضى كورونا الرعاية كان مرتبطًا بشكل كبير بنوعية النوم السيئة والاكتئاب والأرق، وتم توضيح ذلك من خلال العلاقة الطردية التي وجدت بين موقع العلاج وجودة النوم والاكتئاب والأرق، فالمرضى المعزولون في الفنادق كانوا يعانوا أكثر نفسيًا من أولئك الذين عزلوا في المستشفيات بسبب سوء نوعية النوم، وأعراض الأرق الأكثر شيوعًا بينهم، ويمكن أن تكون هذه النتائج مرتبطة بالعلاج الدوائي والدعم النفسي في المستشفيات.

وأكد المشاركون في الدراسة، أن نتائج الدراسة لها آثار إكلينيكية مهمة، لأنها تشير إلى أن عامة الناس ومرضى الكوفيد 19 قد تأثروا نفسيًا بالجائحة وهم بحاجة إلى الدعم نفسي. وأن عامة الناس قد أصيبوا بالاكتئاب والأرق وسوء نوعية النوم أكثر من مرضى الكوفيد 19. ومن ناحية أخرى وجد أن المرضى الذين عزلوا في الفنادق كانوا يعانون أكثر من رداءة النوم من أولئك الذين عزلوا في المستشفيات، وبالتالي يجب إعادة النظر في العزل في الفنادق من قبل هيئات الرعاية الصحية.