

ΠΥΡΚΑΓΙΕΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΕΣ, ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥΣ

Μία από τις πολλές συνέπειες της κλιματικής αλλαγής είναι η αύξηση της συχνότητας, και κατά συνέπεια, των επιπτώσεων, των δασικών πυρκαγιών σε ολόκληρο τον κόσμο. **Ο στόχος της δημοσίευσης της ανασκόπησης για τον αντίκτυπο των πυρκαγιών στην ψυχική υγεία “The impact of wildfires on mental health: a scoring review”, από την Ψυχιατρική Κλινική του Πανεπιστημίου Alberta στον Καναδά, είναι να συνοψίσει τα ευρήματα για μετατραυματικό στρες, κατάθλιψη και αγχώδη διαταραχή από 254 σχετικές μελέτες.** Τα αποτελέσματα, τα οποία συνοψίζει η Παθολόγος **Θεοδώρα Ψαλτοπούλου**, Καθηγήτρια Επιδημιολογίας και Προληπτικής Ιατρικής της Θεραπευτικής Κλινικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, δείχνουν αυξημένο ποσοστό των νοσημάτων αυτών, από την άμεση περίοδο της πυρκαγιάς έως χρόνια μετά.

Οι υψηλότερες θερμοκρασίες, τα μεγαλύτερα σε διάρκεια καλοκαίρια και τα κύματα καύσωνα είναι όλα συνέπειες της κλιματικής αλλαγής και παράγοντες που συμβάλλουν στην αύξηση της συχνότητας των πυρκαγιών. Οι πυρκαγιές ασκούν διάφορες επιπτώσεις και κινδύνους για τη δημόσια υγεία, συμπεριλαμβανομένης της αυξημένης νοσηρότητας και θνησιμότητας. Όπως αναφέρεται στην ανασκόπηση αυτή, οι πυρκαγιές καταστρέφουν σπίτια και χώρους εργασίας και επηρεάζουν πολυάριθμες ιατρικές καταστάσεις, όπως την χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ), το άσθμα, την υπέρταση, τον διαβήτη. **Ο αντίκτυπος των πυρκαγιών στην ψυχική υγεία των επιζώντων έχει βρεθεί τόσο στον ενήλικο όσο και στον παιδιατρικό πληθυσμό, με τα παιδιά και τους εφήβους να αντιμετωπίζουν επίσης υψηλότερα ποσοστά διαταραχών διάθεσης και άγχους μετά την πυρκαγιά.** Οι αλλαγές συμπεριφοράς μετά την πυρκαγιά στα παιδιά μπορεί να περιλαμβάνουν αυξημένη ευερεθιστότητα και αλλαγές στη συγκέντρωση, στον ύπνο και στην ακαδημαϊκή απόδοση. Οι επιπτώσεις από τις πυρκαγιές μπορεί να είναι ευρέως διαδεδομένες λόγω της ικανότητας του καπνού που δημιουργείται από τις πυρκαγιές να διαχέεται και να επιμένει, με την πλειονότητα των μελετών παρακολούθησης να διεξάγονται εντός 1 έως 2 έτη μετά την πυρκαγιά. Ωστόσο, υπάρχουν ενδείξεις για συνεχιζόμενες επιπτώσεις στην ψυχική υγεία σε πιο διαχρονικές μελέτες που έγιναν 10-20 χρόνια μετά την πυρκαγιά.

Πιο αναλυτικά, με την ανασκόπηση της υπάρχουσας βιβλιογραφίας φαίνεται ότι:

1. Διαταραχή μετατραυματικού στρες

Στον ενήλικο πληθυσμό, στους 6 μήνες μετά από μια πυρκαγιά, το ποσοστό επιπολασμού του μετατραυματικού στρες κυμάνθηκε από 12 έως 26%. Οι Bryant και συνεργάτες, κατέληξαν ότι από 3 έως 10 χρόνια μετά την πυρκαγιά, το ποσοστό μετατραυματικού στρες που σχετίζεται με πυρκαγιά μειώθηκε από 16% σε 8%.

Τα ποσοστά ψυχοπαθολογίας μετά την πυρκαγιά έχουν επίσης μελετηθεί στον παιδιατρικό πληθυσμό. Στην υποξεία φάση μετά την πυρκαγιά, ο αριθμός των παιδιών με σημαντικά συμπτώματα μετατραυματικού στρες μπορεί να φτάσει το 92%. Μελέτες που αξιολόγησαν το ποσοστό πιθανού μετατραυματικού στρες 6 μήνες μετά την πυρκαγιά

βρήκαν παρόμοια αποτελέσματα με το 9-12% των παιδιών και των εφήβων να εμφανίζουν μέτριο έως σοβαρό ποσοστό μετατραυματικού στρες. **Παράγοντες που είναι σημαντικοί για την αύξηση του κινδύνου για μετατραυματικό στρες μετά την πυρκαγιά περιλαμβάνουν προσωπική μαρτυρία για την απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου, απώλεια σπιτιού, φόβο για τη ζωή ή τη ζωή των αγαπημένων προσώπων, σημαντική υλική ζημιά ή αίσθημα έλλειψης υποστήριξης από την οικογένεια, τους φίλους ή/και την Πολιτεία.** Για τα παιδιά, ένας μεγαλύτερος προγνωστικός παράγοντας της αυξημένης συναισθηματικής δυσφορίας μετά την πυρκαγιά ήταν ο φόβος για τη ζωή των γονιών τους, ακόμη περισσότερο από τον φόβο για την ίδια τους τη ζωή.

2. Κατάθλιψη

Μετά το μετατραυματικό στρες, η μείζονα καταθλιπτική διαταραχή είναι μια από τις πιο κοινές ψυχιατρικές ασθένειες που μελετήθηκαν και ελέγχθηκαν μετά από φυσικές καταστροφές. Έχει επίσης αποδειχθεί ότι υπάρχουν υψηλότερα ποσοστά κατάθλιψης και συναφών συμπτωμάτων μετά την πυρκαγιά σε ενήλικες, τα οποία μπορεί να επιμείνουν έως και 10 χρόνια. **Στον ενήλικο πληθυσμό,** οι μελέτες έχουν βρει ποσοστά κατάθλιψης περίπου 3 μήνες μετά την πυρκαγιά, μεταξύ 25 και 33%. Στους 6 μήνες μετά την πυρκαγιά, τα εκτιμώμενα ποσοστά μείζονος καταθλιπτικής διαταραχής είναι μεταξύ 10% και 17%.

Τα ποσοστά κατάθλιψης μετά την πυρκαγιά έχουν επίσης μελετηθεί σε παιδιά και εφήβους. Οι Mcdermott et al. ήταν από τους πρώτους ερευνητές που εξέτασαν την κατάθλιψη σε παιδιά 6 μήνες μετά την πυρκαγιά και βρήκαν ένα ποσοστό 5%. Ωστόσο, μια πιο πρόσφατη μελέτη βρήκε υψηλότερο ποσοστό κατάθλιψης 6 μήνες μετά την πυρκαγιά στο 20%.

3. Αγχώδης διαταραχή

Υπάρχει επίσης ένας αριθμός μελετών που διερευνούν τα ποσοστά αγχώδους διαταραχής μετά την πυρκαγιά, αν και τα στοιχεία είναι λιγότερα από αυτά για το μετατραυματικό στρες και την κατάθλιψη. **Μελέτες που πραγματοποιήθηκαν μετά την πυρκαγιά έχουν δείξει υψηλότερα ποσοστά άγχους τόσο στους ενήλικες όσο και στους παιδιατρικούς πληθυσμούς.** Στους ενήλικες που συμμετείχαν στην έρευνα 3 μήνες μετά την πυρκαγιά, το 27% πληρούσε κριτήρια για μια αγχώδη διαταραχή εκτός από τη διαταραχή πανικού και το 17% είχε συμπτώματα σχετιζόμενα με διαταραχή πανικού.

Το άγχος σε παιδιά και εφήβους μετά την πυρκαγιά έχει επίσης μελετηθεί, αν και σε μικρότερο βαθμό από τους ενήλικες. Στους 6 μήνες μετά την πυρκαγιά, το 14% των παιδιών είχαν συμπτώματα που υποδήλωναν αγχώδη διαταραχή. Στους 18 μήνες μετά την πυρκαγιά το 27% των μαθητών είχαν υποψίες για άγχος, ενώ μια άλλη μελέτη δεν βρήκε διαφορά στο ποσοστό των αγχωδών διαταραχών μεταξύ των ομάδων που εκτέθηκαν στην πυρκαγιά και των ομάδων ελέγχου.

Συμπερασματικά, φαίνεται από τη διεθνή βιβλιογραφία, ότι οι ψυχολογικές επιπτώσεις από τις πυρκαγιές είναι σημαντικές σε όλες τις ηλικιακές ομάδες. Επομένως, χρειάζονται αποτελεσματικές στρατηγικές ανοικοδόμησης των περιοχών, όπως και μέτρα δημόσιας

υγείας και δυνατότητα ψυχολογικής υποστήριξης, ώστε να αντιστραφούν οι επιπτώσεις αυτές και να ελαχιστοποιηθούν οι μακροχρόνιες επιπτώσεις τους.