

The relationship between anxiety, health, and potential stressors among adults in the United States during the COVID-19 pandemic
Взаимосвязь между тревогой, здоровьем и потенциальными стрессорами у взрослых жителей Соединенных штатов в ходе пандемии COVID-19

Автор: Змихновская О.Б.

Ученые из Университета Северной Каролины и City University Нью-Йорка выяснили, что в ходе пандемии COVID-19 большинство жителей Соединенных Штатов пострадали от симптомов тревожных расстройств. Финансовые трудности являются одним из основных триггеров возникновения симптомов тревоги.

С момента начала в декабре 2019 года стремительное распространение острого респираторного синдрома (SARS-CoV-2) легло тяжелым бременем на здравоохранительную и социальную системы многих стран мира. США оказались в числе стран, наиболее пострадавших от пандемии COVID-19: там было подтверждено более 9,4 миллионов случаев заболевания вирусом и более 122 000 смертей, связанных с COVID-19. Предыдущие исследования, проведенные во время других пандемий, показали, что во время пандемии увеличивается частота эпизодов тревоги, суицидальных попыток и других эмоциональных расстройств.

Около 31% населения США время от времени страдают от симптомов тревоги. Ученые предположили, что стрессовые обстоятельства в ходе пандемии COVID-19 увеличили частоту симптомов тревоги у склонных к тревожности людей. В частности, люди с серьезными заболеваниями, такими как диабет, сердечные, легочные заболевания и ожирение, подвержены более высокому риску развития тревожных расстройств из-за страха заражения опасными для жизни заболеваниями, вызванными инфекцией SARS-CoV-2. Аналогичным образом, люди, непосредственно занятые в сфере здравоохранения, такие как врачи, медсестры и другой медицинский персонал, более подвержены развитию тревожных расстройств из-за значительно возросшей рабочей нагрузки и страха заразиться на рабочем месте.

Кроме того, может существовать множество других факторов, таких как финансовые трудности, безработица, страх перед потерей работы, которые могут спровоцировать развитие тревоги.

Дизайн исследования

Предполагая возможное влияние COVID-19 на состояние психического здоровья, учеными была поставлена цель изучить распространенность тревожных расстройств среди граждан США, а также выявить связь между различными стрессовыми факторами и возникновением симптомов тревоги. Ученые считают, что результаты исследования помогут разработать соответствующие стратегии по выявлению и лечению людей, которые с большей вероятностью могут быть подвержены тревоге в ходе пандемии.

В исследовании при участии 5250 различных географических районов США. Около 27%, 16% и 18% участников исследования сообщили о наличии легких, умеренных и тяжелых симптомов тревоги, соответственно.

Около 33% участников сообщили о наличии различных проблем со здоровьем. В ходе исследования выяснялось, что все эти проблемы были связаны с симптомами тревоги умеренной и тяжелой степени. Интересно, что около 31% участников сообщили, что ранее у них была диагностирована депрессия.

Связь между различными факторами стресса и симптомами тревоги

Распространенность тревоги была значительно выше среди лиц, которые недавно имели симптомы COVID-19. Подобные последствия также наблюдались во время вспышки тяжелого острого респираторного синдрома в 2003 году.

Люди с подтвержденным диагнозом депрессии также оказались подвержены тревожным расстройствам. Это вполне ожидаемо, так как депрессия и тревога коморбидны. В последние годы было разработано несколько эффективных методов когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) для лечения таких коморбидных психических состояний.

В исследовании была замечена значительная корреляция между курением и уровнем тревожности. Люди, которые курят ежедневно, показали более высокую распространенность умеренных или тяжелых симптомов тревоги. Предыдущие исследования также указывали на то, что у людей с тревожными расстройствами развивается склонность к ежедневному курению. Поэтому в неблагоприятных условиях, таких как пандемия COVID-19, среди людей, страдающих тревожными расстройствами, вероятно увеличение частоты курения.

Люди, испытывавшие сильный страх заражения SARS-CoV-2, а также те, кто сильно опасался за своих друзей и близких, подвергались более высокому риску развития симптомов тревоги.

Что касается факторов стресса, связанных с работой, было установлено, что основной причиной беспокойства являются финансовые трудности. Около 45% и 17% участников сообщили о потере дохода или работы во время пандемии, соответственно. Повышенная распространенность тревоги также наблюдалась среди работников здравоохранения и социальных работников.

Что касается демографических факторов, то женщины и трансгендеры оказались более склонны к развитию симптомов тревоги. Интересно, что, несмотря на более высокий риск развития тяжелой формы COVID-19, пожилые люди (возрастной диапазон: 50 лет и старше) демонстрировали меньшую выраженность тревоги, чем молодые люди (возрастной диапазон: 18 - 29 лет).

Выводы

Среди взрослого населения США во время пандемии COVID-19 отмечена высокая распространенность симптомов тревоги. Поэтому необходимо разработать и внедрить стратегии скрининга, а также психологической и медицинской помощи лицам с повышенным риском тревоги, а именно, тем, кто испытывает финансовые трудности, и тем, у кого ранее была диагностирована депрессия.

Parcesepe, A. (2020) The relationship between anxiety, health, and potential stressors among adults in the United States during the COVID-19 pandemic. <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.10.30.20221440v1>