



Postpartum dönemde COVID-19 fobisi, yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi

*The examination of the relationships between COVID-19 phobia,
loneliness, and depression during the postpartum period*

● İzgü Elpeze Özsöz¹

● Ruhuşen Kutlu²

● Hatice Küçükceran³

¹⁾ Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Uzm. Dr., Konya / {ORCID:0000-0003-0623-8055}

²⁾ Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Prof. Dr., Konya / {ORCID:0000-0002-8502-0232}

³⁾ Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği ABD, Dr. Öğr. Üyesi, Konya / {ORCID:0000-0002-0581-9934}

İletişim adresi:

Dr. İzgü Elpeze Özsöz

E-mail: elpezeizgu@gmail.com

Geliş tarihi: 30/04/2025

Kabul tarihi: 22/06/2025

Yayın tarihi: 30/06/2025

Etik Kurul Onayı ve İzinler: Araştırma için Necmettin Erbakan Üniversitesi Etik Kurulu tarafından 07.05.2021 tarihli ve 2021/3252 sayılı etik onay alınmıştır. Katılım için olgulardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Alıntı Kodu: Elpeze Özsöz İ. ve Ark. Postpartum dönemde COVID-19 fobisi, yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Jour Turk Fam Phy 2025; 16 (2): 92-106. Doi: 10.15511/tjtfp.25.00292.

Özet

Giriş ve Amaç: Doğum sonrası dönemde, sorumlulukların artması, sosyal yalnızlaşma, özgürlüğün kısıtlanması gibi nedenlerle bazı kadınlarda ruhsal bozukluklar ortaya çıkabilmektedir. Bu çalışmanın amacı postpartum dönemdeki kadınlarda COVID-19 fobisinin, depresyon ve yalnızlık ile ilişkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem: Kesitsel tipte analitik bir araştırma olan bu çalışmanın evrenini birinci basamağa başvuran ve doğumunun üzerinden 4-8 hafta geçmiş kadınlar oluşturmaktadır. Konya ilinin üç merkez ilçesinden seçilen toplam 6 aile sağlığı merkezine pandeminin yoğun yaşandığı 01.06.2021-01.09.2021 tarihleri arasında başvuran anneler çalışmaya dahil edildi. Araştırmanın verileri sosyodemografik bilgi formu, Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği (EPDÖ), COVID-19 Fobi Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği'yle toplandı.

Bulgular: Çalışmaya dahil edilen 425 annenin yaş ortalaması 28,57±4,59 (en az=18; en fazla=42) yıldır. Katılımcıların %56,4'ü (n=240) üniversite mezunu, %48,5'i (n=206) doğum öncesinde çalışıyordu. Katılımcıların %55,3'ünün (n= 235) geliri giderine eşit, %95,1'i il merkezinde yaşıyor, %88,2'si (n=375) istenilen bir gebelik geçirmiş ve %22,0'ı (n=94) bebek bakımı konusunda hiçbir yardım almıyordu. Katılımcılardan COVID-19 geçirmiş olanların sıklığı ise %34,6 (n=147) idi. Annelerin EPDÖ puanları ile UCLA Yalnızlık Ölçeği puanları arasında pozitif yönde güçlü bir korelasyon tespit edildi (r=0,615, p<0,001). COVID-19 Fobisi Ölçek puanı ile EPDÖ puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde (r=0,300, p<0,001), UCLA yalnızlık ölçek puanı arasında ise pozitif yönde düşük düzeyde bir korelasyon vardı (r=0,150, p=0,002).

Sonuç: Sunulan çalışmada katılımcıların yaklaşık dörtte birinde postpartum depresyon belirtisinin olduğu ve COVID-19 fobisi düzeyi arttıkça hem postpartum depresyon riskinin hem de annelerde yalnızlık hissinin arttığı tespit edilmiştir. Özellikle pandemi gibi izolasyon uygulanması gereken olağanüstü durumlarda, doğum sonrası dönemde annelerin yalnızlıklarının sorgulanması ve psikososyal yönden değerlendirilmeleri daha da önem kazanmaktadır.

Anahtar kelimeler: COVID-19 fobisi, depresyon, postpartum dönem, yalnızlık

Summary

Introduction and Aim: In the postpartum period, mental disorders may occur in some women due to reasons such as increased responsibilities, social isolation, and restriction of freedom. The aim of this study is to investigate the relationship between COVID-19 phobia, depression and loneliness in postpartum women with 4-8 week old babies who apply to primary care.

Methods: The population of this study, which is a cross-sectional analytical study, consists of women who applied to primary care and 4-8 weeks after giving birth. Mothers who applied to a total of 6 family health centers selected from the three central districts of Konya between 01.06.2021 and 01.09.2021, when the pandemic was intense, were included in the study. The data of the study were collected with the sociodemographic information form, Edinburgh Postpartum Depression Scale (EPDS), COVID-19 Phobia Scale and UCLA Loneliness Scale.

Results: 425 mothers who met the inclusion criteria participated in the study. The average age of the mothers was 28.57±4.59 (min=18; max=42) years. 56.4% (n=240) of the participants were university graduates, 48.5% (n=206) were working before birth. The income of 55.3% (n= 235) of the participants was equal to their expenses, 95.1% lived in the city center, the last pregnancy of 88.2% (n=375) was a desired pregnancy and 22.0% (n=94) did not receive any help with baby care. The frequency of participants who had COVID-19 was 34.6% (n = 147). A strong positive correlation was detected between participants' EPDS scores and UCLA Loneliness Scale scores (r=0.615, p<0.001). There was a moderate positive correlation with the COVID-19 Phobia Scale score and the EPDS score (r=0.300, p<0.001), and a low positive correlation with the UCLA loneliness scale score (r=0.150, p=0.002).

Conclusion: In the presented study, it was determined that approximately one quarter of the participants had symptoms of postpartum depression, and as the level of COVID-19 phobia increased, both the risk of postpartum depression and the feeling of loneliness in mothers increased. Especially in extraordinary situations such as pandemics, where isolation is required, questioning the loneliness of mothers in the postpartum period and evaluating them psychosocially becomes even more important.

Keywords: COVID-19 phobia, depression, loneliness, Postpartum period.

Alıntı Kodu: Elpeze Özsöz İ. ve Ark. Postpartum dönemde COVID-19 fobisi, yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Jour Turk Fam Phy 2025; 16 (2): 92-106. Doi: 10.15511/tjtfp.25.00292.

Giriş

Gebelik ve doğum sonrası süreç, kadınların hem fizyolojik hem de psikososyal açıdan yoğun değişimlerle karşı karşıya kaldığı ve bu değişimlere uyum sağlama çabası içerisinde olduğu bir dönemdir. Her ne kadar anne olmak çoğu zaman mutluluk verici bir deneyim olarak tanımlansa da; artan sorumluluklar, sosyal çevreden uzaklaşma ve bireysel özgürlüğün kısıtlanması gibi etkenler, annelerde kaygı duygusunun gelişmesine yol açabilmektedir.⁽¹⁾

Bu dönemdeki değişimlere pek çok kadın uyum sağlayabilirken, bazı bireylerde çeşitli psikiyatrik bozukluklar ortaya çıkabilmekte ve kimi durumlarda bu bozukluklar hastanede yatış gerektirecek düzeye ulaşabilmektedir.⁽²⁾

Doğum sonrası dönem, kadınların yoğun psikolojik ve duygusal değişimler yaşadığı, bu nedenle ruhsal sorunlara yatkın hale geldikleri bir süreçtir.⁽³⁾ En sık karşılaşılan duygudurum bozukluklarından biri olan postpartum depresyon (PPD), yeni annelerde yaygın olarak gözlemlenen, üzüntü, endişe ve korku gibi yoğun duygularla kendini gösteren bir tablodur. PPD'nin küresel düzeyde görülme oranı, ülkelerin ekonomik durumu ve kültürel yapısına bağlı olarak %5 ile %26 arasında değişiklik göstermektedir.⁽⁴⁾

Depresyonun klinik bulguları kişisel farklılıklar göstermekle birlikte, çoğunlukla çökkünlük, yetersizlik hissi, uyku ve iştah bozuklukları, dikkat sorunları ve anne-bebek bağı kurmakta zorluk şeklinde ortaya çıkmaktadır.⁽⁵⁾

COVID-19 pandemisi ilk olarak 2019 yılının sonlarında Çin'in Hubei bölgesinde ortaya çıkmış ve

kısa sürede tüm dünyaya yayılmıştır. Bu yeni virüs, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından COVID-19 olarak adlandırılmış ve 2020 yılının Mart ayında küresel salgın ilan edilmiştir.^(6,7)

Türkiye'de ilk vaka 11 Mart 2020'de görülmüş, akabinde toplum sağlığını korumak amacıyla çeşitli kısıtlayıcı önlemler yürürlüğe girmiştir. Sokağa çıkma yasakları, sosyal mesafe kuralları ve hastane hizmetlerindeki değişiklikler bireylerin günlük yaşamlarını derinden etkilemiştir.⁽⁸⁾ Bu durum, özellikle yeni annelerde yalnızlık duygusunun ve psikolojik stresin artmasına zemin hazırlamıştır.

Tüm dünyada olduğu gibi Türkiye'de de salgın sürecinde belirsizlik, korku ve panik hali hâkim olmuş; uygulanan izolasyon ve kısıtlamalar bireylerin yalnızlaşmasına ve psikolojik sorunların artmasına neden olmuştur.⁽⁹⁾ Literatürde, afet ve kriz dönemlerinde doğum sonrası dönemdeki kadınlarda psikolojik sorunların daha sık gözlemlendiği bildirilmiştir.^(10,11)

Pandemi koşullarının getirdiği sosyal izolasyon, destek mekanizmalarının zayıflaması ve bulaş riski gibi faktörler, halihazırda psikiyatrik duyarlılığı artmış olan bu grupta PPD riskini artırabilmektedir.⁽¹²⁾

Türkiye'de postpartum depresyon üzerine yapılan çalışmalarda da benzer bulgular rapor edilmiştir. Örneğin, Danacı ve ark. (2000), Manisa ilinde %14 oranında postpartum depresyon belirti sıklığı bildirirken, Dindar ve Erdoğan (2007) bu oranın %30,5'e kadar çıkabildiğini göstermiştir.^(13,14)

Pandemi döneminde yapılan araştırmalar ise COVID-19'un bu oranları belirgin şekilde artırdığını ortaya koymuştur⁽¹⁵⁾. Bu bağlamda, mevcut çalış-

ma, pandeminin etkili olduğu bir dönemde, birinci basamak sağlık hizmetlerine başvuran postpartum dönemdeki annelerde COVID-19 fobisi, depresyon ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem

Bu analitik ve kesitsel nitelikteki araştırma, doğumdan sonraki 4 ila 8 hafta arasında olan ve birinci basamak sağlık kuruluşlarına başvuran kadınları kapsamaktadır. Çalışma, Konya ilinin üç merkez ilçesi olan Meram, Selçuklu ve Karatay'da yer alan toplam altı aile sağlığı merkezine, COVID-19 pandemisinin yoğun olarak hissedildiği ve sokağa çıkma yasaklarının uygulandığı 01.06.2021 ile 01.09.2021 tarihleri arasında başvuran kadınlar arasında yürütülmüştür.

Bu merkezler, hem sosyoekonomik hem de demografik açıdan Konya ili genelini yansıtacak şekilde, kolay ulaşılabilirlik ve kayıtlı postpartum kadın sayısının yüksek olması kriterleri göz önünde bulundurularak seçilmiştir.

Evren büyüklüğü bilinmediğinden dolayı örneklem hacmi, $n = t^2 \cdot p \cdot q / d^2$ formülü ile hesaplanmıştır.⁽¹⁶⁾ Türkiye'de postpartum depresyon görülme oranı %10 olarak kabul edilerek, $p=0,10$ alınmıştır.⁽¹⁷⁾ %5 mutlak hata payı ile örneklem büyüklüğü 385 kişi olarak hesaplanmış, eksik yanıtlar ve katılım reddi gibi olası kayıplar göz önünde bulundurularak %10 artırımla minimum 423 kişilik örneklem hedeflenmiştir.

Çalışmadan dışlama kriterleri; 18 yaşından küçük olmak, daha önce psikiyatrik tanı almış olmak, bebeğin yoğun bakım gereksinimi veya ek hastalığı bulunması ve Türkçe iletişim kuramayan göçmen

ya da yabancı uyruklu kadınlar olarak belirlenmiştir. Araştırma için Necmettin Erbakan Üniversitesi Etik Kurulu tarafından 07.05.2021 tarihli ve 2021/3252 sayılı etik onay alınmıştır.

Veri toplama aracı, dört bölümden oluşan yapılandırılmış bir anket formudur. Tüm anketler, araştırmacı tarafından yüz yüze görüşmelerle doldurulmuştur. Anket uygulaması ortalama 15–20 dakika sürmüştür. Katılım için bilgilendirilmiş onam alınmış olup, toplamda 450 kadına ulaşıp, 25'i anketi reddetmiş veya tamamlamamıştır. Böylece analize 425 katılımcının verileri dahil edilmiştir. Anketin bölümleri şu şekildedir:

- 1. Sosyodemografik Bilgi Formu:** Literatür taraması doğrultusunda araştırmacılar tarafından hazırlanmış olup; katılımcının yaşı, medeni durumu, eğitim düzeyi, mesleği, gebelik ve doğum öyküsü ile ilgili bilgileri içermektedir.
- 2. Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği (EPDÖ):** Cox ve arkadaşları tarafından 1987 yılında geliştirilen, postpartum dönemde depresyonu taramak amacıyla kullanılan 10 maddelik, 4'lü Likert tipi bir ölçektir.⁽¹⁸⁾ Türkçeye uyarlama çalışmaları sırasıyla Engindeniz ve arkadaşları (1996)⁽¹⁹⁾ ile Aydın ve arkadaşları (2004) tarafından gerçekleştirilmiştir. Toplam puan aralığı 0–30 olup, 12 ve üzeri puan alan bireyler depresyon açısından riskli kabul edilmektedir.⁽²⁰⁾ Ölçekte 3, 5, 6, 7, 8, 9 ve 10. maddeler ters kodlanmaktadır.
- 3. COVID-19 Fobi Ölçeği:** Arpacı ve çalışma arkadaşları tarafından 2020 yılında geliştirilen bu ölçek, DSM-5'teki özgül fobi kriterleri temel

alınarak hazırlanmış 20 maddelik, 5 dereceli Likert tipi bir ölçektir. Dört alt boyuttan oluşur: Psikolojik (madde 1, 5, 9, 13, 17, 20), psikosomatik (madde 2, 6, 10, 14, 18), sosyal (madde 3, 7, 11, 15, 19) ve ekonomik (madde 4, 8, 12, 16). Toplam puan aralığı 20–100 arasında olup, yüksek puanlar daha şiddetli koronafobi düzeyini göstermektedir⁽²¹⁾.

4. UCLA Yalnızlık Ölçeği: Russell ve arkadaşları tarafından 1978’de geliştirilen ve Türkiye’de Demir ve arkadaşları (1989) tarafından uyarlanan ölçek, bireylerin yalnızlık düzeyini değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır. 20 maddelik, 4 dereceli Likert tipi yapıya sahiptir. Ölçekten alınabilecek puanlar 20 ile 80 arasında değişmekte olup, yüksek puanlar daha yoğun yalnızlık hissini ifade etmektedir⁽²²⁾.

Toplanan veriler SPSS 20.0 istatistik yazılım programı ile analiz edilmiştir. Sürekli değişkenler ortalama \pm standart sapma ile; kategorik veriler ise sayı ve yüzde ile özetlenmiştir. Normallik varsayımı Shapiro-Wilk ve Kolmogorov-Smirnov testleri ile değerlendirilmiştir. Kategorik veriler arasındaki ilişkiler Ki-kare testi ile analiz edilirken; sürekli değişkenlerde normal dağılıma uyan ikili karşılaştırmalar için Bağımsız Örneklem T Testi, üç ve daha fazla grup için Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) kullanılmıştır.

Normal dağılıma uymayan veriler için ise Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis testleri uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak belirlenmiştir. Değişkenler arası ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile değerlendirilmiş; korelasyon katsayısı

0,000–0,249 arasında ise zayıf, 0,250–0,499 arası orta, 0,500–0,749 arası güçlü ve 0,750–1,000 arası ise çok güçlü ilişki olarak yorumlanmıştır.

Bulgular

Araştırmaya katılan 425 annenin yaş ortalaması $28,57 \pm 4,59$ yıl olup, yaşlar 18 ile 42 arasında değişiklik göstermekteydi. Katılımcıların %56,4’ü ($n=240$) üniversite mezunu iken, %48,5’i ($n=206$) doğumdan önce aktif olarak çalışmaktaydı. Geliri giderinden fazla olanların oranı %22,8 ($n=97$) olarak tespit edildi. Annelerin büyük bir kısmı (%88,2; $n=375$) gebeliğin planlı ve istenen bir gebelik olduğunu belirtmiş ve %56,5’i ($n=240$) tek çocuk sahibiydi. Bebek bakımında herhangi bir destek almadığını ifade edenlerin oranı %22,1 ($n=94$) olarak saptandı.

Katılımcıların %34,6’sı ($n=147$) COVID-19 enfeksiyonu geçirmiş ve %22,4’ünde ($n=95$) Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği’ne göre depresyon şüphesi bulunmuştur. Katılımcılara ilişkin sosyodemografik bilgiler ve bazı temel değişkenlerin dağılımı **Tablo 1**’de sunulmuştur.

Bebeklerin yaş ortalaması $43,72 \pm 12,05$ gün olup, doğum ağırlıkları ortalama $3309,94 \pm 370,65$ gram (2400–4400 gram aralığında) olarak belirlenmiştir. Bebeklerin %52,5’i kız ($n=223$) olup, %53,6’sı ($n=228$) vajinal yolla doğmuştur. Katılımcı annelerin %70,1’i ($n=298$) bebeklerini yalnızca anne sütü ile beslemekteydi. Bebeklere ait özellikler **Tablo 2**’de detaylandırılmıştır.

Annelerin Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği’nden aldıkları ortalama puan $6,74 \pm 5,47$ (0–23), UCLA Yalnızlık Ölçeği puanı ise ortalama $37,55 \pm 11,33$ (21–64) olarak bulunmuştur. COVID-19 Fobi

Tablo 1: Katılımcılara ait sosyo-demografik özellikler ve bazı değişkenlerin dağılımı

	n	%
Yaş		
<35 yaş	377	88,7
≥35 yaş	48	11,3
Eğitim durumu		
Lise ve altı	185	43,6
Üniversite	240	56,4
Doğum öncesi çalışma durumu		
Çalışıyor	206	48,5
Çalışmıyor	219	51,5
Algılanan gelir durumu		
Geliri giderinden çok	93	21,9
Geliri giderine eşit	235	55,3
Geliri giderinden az	97	22,8
İstenilen bir gebelik geçirme durumu		
Evet	375	88,2
Hayır	50	11,8
Çocuk sayısı		
Tek çocuk	240	56,5
2 çocuk ve üzeri	185	43,5
Bebek bakımında yardım alma durumu		
Yardım alıyor	331	77,9
Yardım almıyor	94	22,1

	n	%
COVID-19 geçirme durumu		
Evet	147	34,6
Hayır	278	65,4
Portpartum depresyon şüphesi		
Var	95	22,4
Yok	330	77,6
Toplam	425	100

Ölçeği puan ortalaması $46,94 \pm 13,49$ olup, bu değerler 20 ile 79 arasında değişmektedir. Eğitim düzeyi lise ve altında olan annelerde EPDÖ ve UCLA ölçeklerinden alınan ortalama puanlar sırasıyla $7,96 \pm 5,91$ ve $41,63 \pm 11,76$ iken; üniversite mezunlarında bu puanlar sırasıyla $5,79 \pm 4,90$ ve $34,40 \pm 9,92$ olarak daha düşük saptanmıştır ($p < 0,001$).

Doğum öncesi çalışan, ekonomik olarak gelir düzeyi daha yüksek olan, gebeliği planlı olan ve bebek bakımında destek alan annelerde depresyon ve yalnızlık puanlarının anlamlı şekilde daha düşük olduğu gözlenmiştir ($p < 0,05$). COVID-19 geçirmiş olan annelerin EPDÖ puanı ($7,87 \pm 5,85$), hastalığı geçirmemiş olanlara ($6,14 \pm 5,17$) göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksekti ($p = 0,001$).

Ölçek puanlarının çeşitli değişkenlerle olan ilişkisi **Tablo 3**'de özetlenmiştir. EPDÖ ile UCLA

Yalnızlık Ölçeği puanları arasında pozitif yönde güçlü bir korelasyon belirlenmiştir ($r=0,615$, $p<0,001$). Ayrıca COVID-19 Fobi Ölçeği ile EPDÖ arasında pozitif yönde orta düzeyde ($r=0,300$, $p<0,001$), UCLA yalnızlık puanları ile ise pozitif yönde zayıf düzeyde ($r=0,150$, $p=0,002$) bir ilişki saptanmıştır.

COVID-19 fobisinin alt boyutları incelendiğinde, psikolojik, psikosomatik, sosyal ve ekonomik alt boyutların tamamının EPDÖ puanları ile pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu gözlemlenmiştir ($p<0,05$). Psikolojik alt boyut ile EPDÖ arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki ($r=0,264$, $p<0,001$), UCLA Yalnızlık Ölçeği ile ise zayıf düzeyde anlamlı bir korelasyon ($r=0,146$, $p=0,002$) bulunmuştur. Elde edilen korelasyon bulguları, **Tablo 4**'de detaylı olarak sunulmuştur.

Tartışma

Postpartum depresyon (PPD), yalnızca anneleri değil, aynı zamanda bebeklerin gelişimini ve aile içindeki ilişkisel dengeleri etkileyebilecek önemli bir halk sağlığı sorunu olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışma, COVID-19 pandemisinin etkilerinin yoğun olarak hissedildiği bir zaman diliminde gerçekleştirilmiş olup, gelecekte yaşanabilecek benzeri olağanüstü durumlarda karşılaşılabilecek psikolojik sorunlara yönelik öngörüler sunma potansiyeline sahiptir.

Araştırma bulguları, pandemi sürecinde postpartum dönemdeki kadınların depresyon ve yalnızlık düzeylerinin COVID-19'a dair fobi ile anlamlı şekilde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle katılımcıların dörtte birinde depresyon semptomlarının tespit edilmiş olması dikkat çekicidir.

Analizler, ileri yaş, düşük eğitim düzeyi, düşük gelir, doğum öncesi çalışma yaşamına katılmama ve sosyal destek eksikliği gibi değişkenlerin depresyon ve yalnızlık düzeylerini artırdığını göstermektedir. Bu sonuçlar, postpartum dönemde yalnızca biyolojik değil; aynı zamanda sosyoekonomik ve çevresel etmenlerin de ruhsal değerlendirmelerde dikkate alınması gerektiğini vurgulamaktadır.

Pandemi öncesine ait literatürün incelendiği bir derlemede, dünya genelinde postpartum depresyon (PPD) sıklığının %2,6 ile %30,5 arasında değiştiği bildirilmiştir.⁽²³⁾ Türkiye'de yapılan bir meta-analiz çalışması, bu oranı %23,8 olarak raporlamıştır.⁽²⁴⁾ Ancak aynı ülke sınırları içinde farklı bölgelerde yürütülen çalışmalar arasında da anlamlı oransal farklılıklar gözlenmektedir. Örneğin, Manisa'da yapılan bir çalışmada PPD prevalansı %14 olarak tespit edilirken,⁽¹³⁾ diğer bir çalışmada bu oran %30,5'e ulaşmıştır.⁽¹⁴⁾

Pandemi sürecine odaklanan daha güncel bir meta-analizde ise bu oranın %34'e yükseldiği görülmüş ve COVID-19 salgınının depresyon üzerindeki olumsuz etkilerine dikkat çekilmiştir.⁽²⁵⁾ Güvenç ve arkadaşlarının yürüttüğü başka bir çalışmada da annelerin yaklaşık %34'ünün depresyon riski taşıdığı belirtilmiştir.⁽¹⁵⁾ Bu bulgular, PPD'nin görülme sıklığının yalnızca bireysel değil, aynı zamanda toplumsal, kültürel ve dönemsel koşullardan da etkilendiğini göstermektedir.

Postpartum depresyon ile anne yaşı arasındaki ilişki, literatürde net bir uzlaşıya varılamamış konulardan biridir. Örneğin, İtalya ve Meksika'da yapılan çalışmalarda 35 yaş altı annelerin PPD açısından

daha savunmasız olduğu öne sürülürken,^(26, 27) bazı bulgular 35 yaş üzerindeki annelerde daha yüksek depresyon düzeylerini göstermektedir.⁽²⁸⁾ Öte yandan, bazı araştırmalar bu değişkenle PPD arasında anlamlı bir bağ olmadığını da ortaya koymuştur.^(29, 30)

Mevcut çalışmada ise ileri yaş grubundaki annelerde hem depresyon hem de yalnızlık hissinin daha yoğun olduğu saptanmıştır. PPD'nin birçok faktörün etkileşimiyle şekillendiği düşünüldüğünde, yaş değişkeninin farklı örneklerde farklı sonuçlar vermesi beklenen bir durumdur.

Tablo 2: Bebeklere ait bazı özelliklerin dağılımı

	n	%
Bebek yaşı		
<40 gün	261	61,4
≥40 gün	164	38,6
Cinsiyeti		
Kız	223	52,5
Erkek	202	47,5
Doğum Şekli		
NVYD	228	53,6
C/S	197	46,4
Beslenme Şekli		
Sadece anne sütü alıyor	298	70,1
Mama alıyor	36	8,5
Anne sütü ve mama alıyor	91	21,4
Toplam	425	100
<i>NVYD: Normal Vajinal Yolla Doğum C/S: Sezaryen</i>		

Pandemi süresince okulların kapanması ve çocuk bakımında destek eksikliği, annelerin hem büyük çocuklarına hem de yeni doğan bebeklerine yeterli ilgiyi göstermekte zorlanmalarına ve suçluluk duygusu yaşamalarına neden olmuştur.⁽³¹⁾ Mevcut çalışmada da iki veya daha fazla çocuk sahibi olan annelerde depresyon riskinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Tek çocuk sahibi olan annelerde depresyon puanlarının daha düşük saptanması çoklu çocuk bakımının getirdiği yük ile ilişkili de olabilir.

Bebek bakımında destek almayan annelerde depresyon ve yalnızlık düzeylerinin daha fazla olması ise sosyal destek sistemlerinin önemini bir kez daha ortaya koymaktadır. Aile bireylerinin bu konuda bilinçlendirilmesi ve destek mekanizmalarının yaygınlaştırılması annelerin psikolojik yükünü azaltabilir. Bebek bakımında yardım alan annelerin psikolojik skorlarının daha olumlu olması, sosyal destek sistemlerinin PPD üzerinde koruyucu etkisini desteklemektedir.

Elde edilen veriler, eğitim düzeyi düşük, çalışmayan ve gelir düzeyi düşük olan annelerin daha yüksek depresyon ve yalnızlık puanlarına sahip olduğunu ortaya koymuştur. Benzer şekilde, gebeliği planlamamış olan kadınlarda da bu bulgular daha belirgin izlenmiştir. Bu durum, doğum sonrası dönemde sunulacak hizmetlerin ekonomik, sosyal ve psikolojik bileşenleri birlikte ele alması gerektiğini göstermektedir.

Özellikle eğitim düzeyi düşük olan annelerdeki hem depresyon hem de yalnızlık puanlarının daha yüksek olması eğitilmiş bireylerin stresle baş etme mekanizmalarının daha güçlü olabileceğini düşündürmektedir.

Tablo 3-A: Katılımcıların Edinburgh Postpartum Depresyon, UCLA Yalnızlık ve COVID-19 Fobi ölçeklerinden aldıkları toplam puanların bazı değişkenlere göre karşılaştırılması

	EPDÖ Toplam Puanı / Ort± SS	UCLA Yalnızlık Ölçeği Toplam puanı / Ort± SS	COVID-19 Fobi Ölçeği Toplam Puanı / Ort± SS
Yaş			
<35 yaş	6,23±5,23	36,61±10,88	46,50±13,26
≥35 yaş	10,68±5,74	44,89±12,18	50,33±14,90
p*	<0,001	<0,001	0,064
Eğitim Durumu*			
Lise ve altı	7,96±5,91	41,63±11,76	47,69± 13,30
Üniversite	5,79±4,90	34,40±9,92	46,36±13,64
p*	<0,001	<0,001	0,779
Doğum öncesi çalışma durumu*			
Çalışıyor	5,36±4,32	34,73±10,58	45,92±12,82
Çalışmıyor	8,03±6,09	40,19±11,39	47,89±14,06
p*	<0,001	0,004	0,077
Algılanan gelir düzeyi**			
Geliri giderinden fazla ^a	5,88±5,01	33,35±9,20	47,67±15,07
Geliri giderine eşit ^b	5,90±4,58	37,02±10,71	46,32±12,60
Geliri giderinden az ^c	9,59±6,32	42,85±11,33	47,73±14,04
p**	<0,001 ^{ac} <0,001 ^{bc}	0,017 ^{ab} <0,001 ^{bc}	0,577
İstenilen bir gebelik geçirme durumu*			
Evet	6,02±4,99	36,25±10,53	46,64±13,34
Hayır	12,14±5,91	47,26±12,43	49,18±14,53
p*	0,004	0,012	0,375
COVID-19 geçirme durumu*			
Evet	7,87±5,85	38,31±11,69	55,1±13,84
Hayır	6,14±5,17	37,14±11,13	42,6±11,12
p*	0,001	0,145	0,001

*Student'tt-testi kullanıldı. ** One-WayAnova testi uygulanmıştır. One-WayAnova testinde anlamlılık olduğunda Post-hoc Tukey testi ile anlamlılık değerlendirilmiştir. pab=a ve b seçenekleri arasında anlamlı. EPDÖ: Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği

Tablo 3-B: Katılımcıların Edinburgh Postpartum Depresyon, UCLA Yalnızlık ve COVID-19 Fobi ölçeklerinden aldıkları toplam puanların bazı değişkenlere göre karşılaştırılması

	EPDÖ Toplam Puanı / Ort± SS	UCLA Yalnızlık Ölçeği Toplam puanı / Ort± SS	COVID-19 Fobi Ölçeği Toplam Puanı / Ort± SS
Bebek bakımında yardımcı olunma durumu*			
Yardım yok	10,37±6,27	45,54±15,11	47,70±14,83
Yardım var	5,71±4,74	35,28±10,32	46,72±13,10
p*	<0,001	0,034	0,188
Çocuk sayısı*			
Tek çocuk	5,90±5,08	35,63±11,14	45,81±12,56
2 ve üzeri çocuk	7,43±5,69	39,14±11,26	47,87±14,18
p*	0,001	0,380	0,084
Bebek yaşı			
<40 gün	6,78±5,46	38,11±11,58	46,07±13,59
≥40 gün	6,67±5,49	36,65±10,89	18,31±13,26
p*	0,834	0,199	0,096
Bebeğin cinsiyeti*			
Kız	6,95±5,40	37,97±11,41	47,17±13,25
Erkek	6,50±5,54	37,07±11,25	46,68±13,78
p*	0,398	0,415	0,708
Doğum şekli*			
NVYD	6,59±5,33	37,29±11,45	46,83±13,19
C/S	6,90±5,53	37,84±11,84	47,06±13,87
p*	0,558	0,622	0,860
Çocuğun beslenme şekli*			
Anne sütü	6,70±5,43	37,16±11,39	47,27±12,90
Mama	6,72±5,21	38,16±12,57	47,41±14,59
Anne sütü+ mama	6,87±5,73	38,56±10,66	45,67±14,97
p**	0,964	0,559	0,599

*Student t-testi kullanıldı. ** One-Way Anova testi uygulanmıştır. One-Way Anova testinde anlamlılık olduğunda Post-hoc Tukey testi ile anlamlılık değerlendirilmiştir. pab=a ve b seçenekleri arasında anlamlı. EPDÖ: Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği

COVID-19 enfeksiyonu geçiren annelerde PPD riskinin daha yüksek olduğu da önceki çalışmalarla tutarlıdır.⁽³²⁾ Hastalığın kendisi kadar, bebeğe ya da aile bireylerine bulaştırma korkusu da bu annelerde kaygı düzeylerini artırabilmektedir. COVID-19 fobisi düzeyi ile depresyon arasında saptanan anlamlı ilişki, bu kaygının ruh sağlığı üzerindeki etkisini desteklemektedir. Özellikle fobinin psikolojik, psikosomatik ve sosyal boyutlarının hem depresyon hem de yalnızlıkla ilişkili olması dikkat çekicidir.

Chen ve arkadaşlarının Japonya’da gerçekleştir-

diği çalışmada da benzer şekilde yalnızlık düzeyleri ile PPD riski arasında anlamlı ilişki olduğu gösterilmiştir.⁽³³⁾ Bulgular, COVID-19 kaynaklı korkuların bireyin psikolojik iyilik halini çok boyutlu şekilde etkilediğini ve özellikle depresyon ve yalnızlık gibi temel ruh sağlığı göstergelerinde belirgin yansımaları olduğunu ortaya koymaktadır.

Sonuç

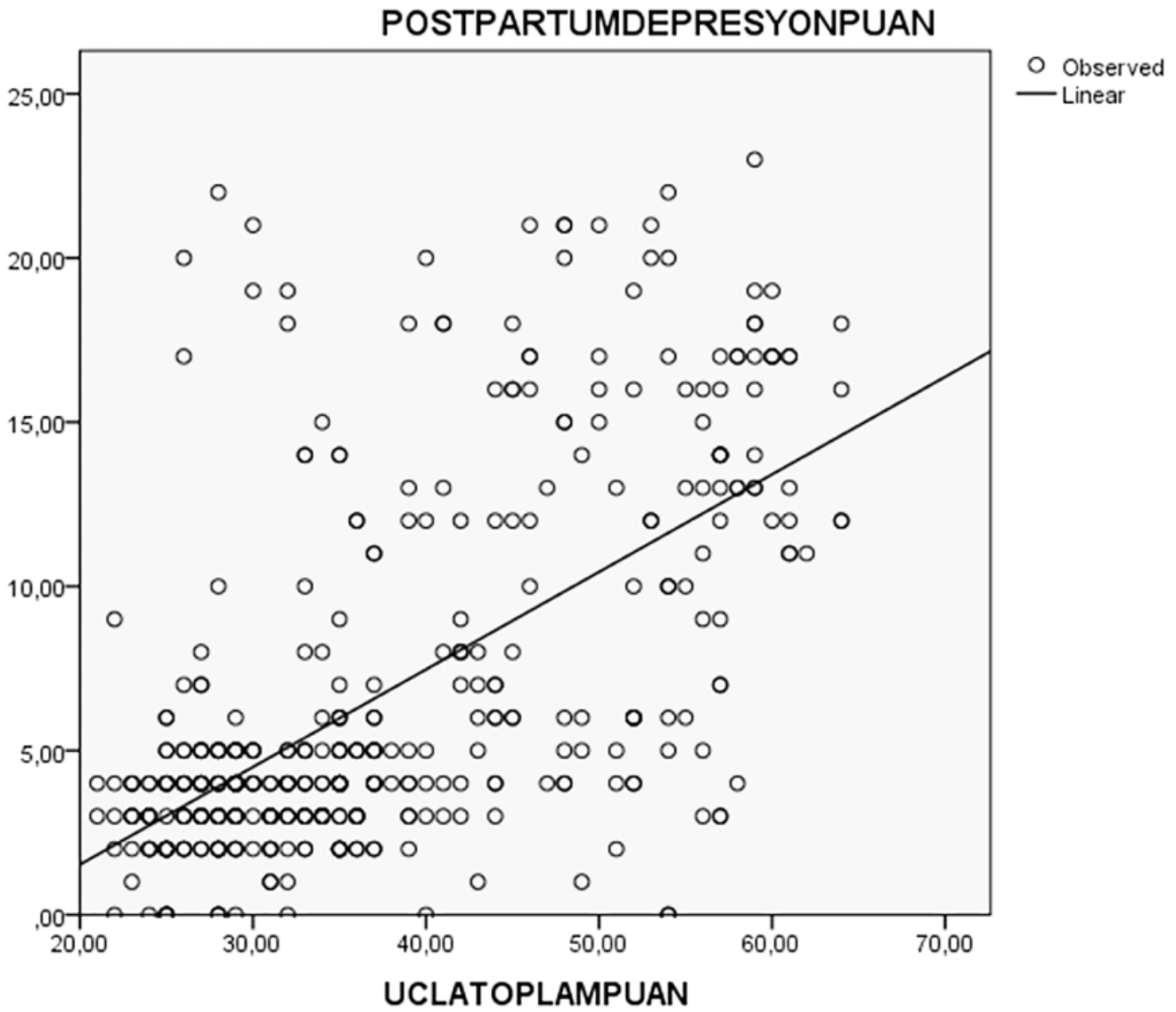
Bu çalışmada, COVID-19 pandemisinin yoğun etkilerinin hissedildiği bir dönemde postpartum depresyona etki eden çeşitli faktörler değerlendiril-

Tablo 4: Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, COVID-19 Fobisi ölçeği ve alt boyut puanları arasındaki korelasyon tablosu

		1	2	3	4	5	6	7
1. EPDÖ Puanı	r	1						
	p							
2.UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanı	r	0,615*	1					
	p	<0,001						
3.COVID-19 Fobisi Ölçeği Toplam Puanı	r	0,300*	0,150*	1				
	p	<0,001	0,002					
4. Psikolojik Alt Boyut Puanı **	r	0,264*	0,146*	0,960*	1			
	p	<0,001	0,002	<0,001				
5.Psikosomatik Alt Boyut Puanı **	r	0,321*	0,154*	0,917*	0,806*	1		
	p	<0,001	0,001	<0,001	<0,001			
6. Sosyal Alt Boyut Puanı**	r	0,309*	0,199*	0,953*	0,925*	0,810*	1	
	p	<0,001	0,001	<0,001	<0,001	<0,001		
7. Ekonomik Alt Boyut Puanı**	r	0,224*	0,022*	0,895*	0,790*	0,864*	0,768*	1
	p	<0,001	0,648	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	

* Korelasyon $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı. ** COVID-19 Fobisi Ölçeği alt boyutları, EPDÖ: Edinburgh Postpartum Depresyon Ölçeği

Şekil 1: Postpartum depresyon puanıyla UCLA ölçeği toplam puanı arasındaki lineer regresyon analizi



$R^2 = 0,379$ $p < 0,001$



miştir. Bulgular, pandeminin annelerin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yarattığını ve PPD oranlarını artırdığını göstermektedir. Bu doğrultuda, pandemi gibi olağanüstü durumlara karşı hazırlıklı olmak adına, annelere yönelik psikososyal destek programlarının bireysel özellikleri göz önünde bulundurularak geliştirilmesi gereklidir.

Postpartum dönemde anne sağlığını desteklemek için birinci basamak hekimlerine önemli sorumluluklar düşmektedir. Annelere yönelik düzenli ruh sağlığı taramaları yapılmalı; yalnızlık ve depresyon açısından risk faktörleri belirlenmelidir. Sağlık Bakanlığı tarafından yürütülen gebe okulları gibi destek gruplarının yaygınlaştırılması, yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşları aracılığıyla sosyal destek projeleri oluşturulması önerilmektedir.

Pandemi gibi izolasyon gerektiren dönemlerde ise online destek grupları aracılığıyla annelerin sosyal bağlarının güçlendirilmesi sağlanmalıdır. Bu çok yönlü yaklaşım, hem annelerin hem de bebeklerin sağlığını olumlu yönde etkileyebilecek toplumsal müdahalelere zemin oluşturacaktır.

Bu çalışmanın bazı kısıtlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle, çalışma sadece tek bir ilde yürütülmüş olup elde edilen sonuçlar tüm Türkiye'ye genelle-

nemez. Ayrıca, çalışma kesitsel tasarımı nedeniyle nedensellik ilişkileri kurulmasına olanak sağlamamaktadır. Katılımcıların pandemideki sosyal kısıtlamalara ne ölçüde maruz kaldığı ya da bunlara ne düzeyde uyduğu değerlendirilmemiştir. Katılımcıların anketleri yüz yüze doldurması, sosyal istenirlik yanlılığını artırabilecek bir etkidir. Ayrıca babalık desteği, eş ilişkisi gibi diğer önemli değişkenler araştırma kapsamına alınmamıştır.

Etik Kurul Onayı ve İzinler: Araştırma için Necmettin Erbakan Üniversitesi Etik Kurulu tarafından 07.05.2021 tarihli ve 2021/3252 sayılı etik onay alınmıştır.

Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal destek yoktur.

Yazar katkıları: Fikir, tasarım, veri toplama, analiz, literatür taraması, kaleme alma, kaynaklar: İzgü Elpeze Özsöz; Fikir, tasarım, denetleme, eleştirel inceleme: **Ruhuşen Kutlu, Hatice Küçükceran.**

Kaynaklar:

1. Howard LM, Piot P, Stein A. No health without perinatal mental-health. *Lancet* 2014; 384:1723-6.
2. Gülseren L. Doğum Sonrası Depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi* 1999;10(1):58-67.
3. Nonnenmacher N, Noe D, Ehrenthal JC, Reck C. Postpartum bonding: The impact of maternal depression and adult attachment style. *Archives of Women's Mental Health* 2016;19(5):927-35.
4. Liu X, Wang S, Wang G. Prevalence and risk factors of postpartum depression in women: A systematic review and meta-analysis. *J Clin Nurs* 2022;31(19-20):2665-77.
5. Aktaş MC, Şimşek Ç, Aktaş S. Etiology of postpartum depression: Culture effect. *Journal of Academic Research in Nursing* 2017;3(1):10-13.
6. Schett G, Sticherling M, Neurath M F. COVID-19: Risk for cytokine targeting in chronic inflammatory diseases. *Nat Rev Immunol* 2020;20(5):271-2.
7. World Health Organization. "Coronavirus Disease (Covid-19). Accessed from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019> on 23/01/2025.
8. T.C. İç İşleri Bakanlığı. İki gün sokağa çıkma yasağı 2020. <https://www.icisleri.gov.tr/2-gun-sokaga-cikma-yasagi> adresinden 30/05/2023 tarihinde erişilmiştir.
9. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al., The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet* 2020;395(10227):912–20.
10. Zanardo V, Manghina V, Giliberti L, Vettore M, Severino L, Straface G. Psychological impact of COVID-19 quarantine measures in north eastern Italy on mothers in the immediate postpartum period. *Int J Gynaecol Obstet* 2020;150(2):184-8.
11. Riyad FS, Islam MS, East L, Usher K. Women's health-related vulnerabilities in natural disasters: A systematic review protocol. *BMJ Open* 2019;9:e032079.
12. Liang P, Wang Y, Shi S, Liu Y, Xiong, R. Prevalence and factors associated with postpartum depression during the COVID-19 pandemic among women in Guangzhou, China: A cross sectional study. *BMC Psychiatry* 2020;20(1):1-8.
13. Danacı EA, Dinç G, Deveci A, Sen FS, İçelli İ. The prevalence of postpartum depression in Manisa province and influencing factors. *Türk Psikiyatri Derg* 2000;11:204-11.
14. Dindar I, Erdogan S. Screening of Turkish women for postpartum depression with in the first postpartum year: the risk profile of a community sample. *Public Health Nurs* 2007;24(2):176–83.
15. Özkeçeci F, Güvenç G. COVID-19 pandemisinde riskli gebeliklerin yönetimi. (ed) Akkuzu G. "COVID-19 Pandemisi: Pandemi Dönemlerinde Üreme Sağlığı" içinde. 1. Baskı. Ankara, Türkiye Klinikleri. 2020:30-7.
16. Aksakoğlu G. Sağlıkta araştırma teknikleri ve analiz yöntemleri. İzmir, DEÜ Rektörlük Basımevi. 2001.
17. Erdem Ö, Bucaktepe PGE. Postpartum depresyon görülme sıklığı ve tarama yöntemleri. *Dicle Tıp Dergisi* 2012;39(3):458-61.
18. Cox JL, Holden JM, Sagovsky R. Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *Br J Psychiatry* 1987;150:782–6.
19. Engindeniz AN, Küey L, Kültür S. Edinburgh Doğum Sonrası Depresyon Ölçeği Türkçe formu geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. Bahar Sempozyumları 1. Kitabı. Psikiyatri Derneği Yayınları. 1996;51- 2.
20. Aydın N, Inandi T, Yigit A, Sahin N, Hodoglugil N. Validation of the Turkish version of the Edinburgh Postnatal Depression Scale among women within their first postpartum year. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 2004;39(6):483–6.
21. Arpacı I, Karataş K, Baloğlu M. The development and initial tests for the psychometric properties of the COVID-19 Phobia Scale (C19P-S). *Personality and Individual Differences*, in press. 2020;164.110-8.

Alıntı Kodu: Elpeze Özsöz İ. ve Ark. Postpartum dönemde COVID-19 fobisi, yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Jour Turk Fam Phy* 2025; 16 (2): 92-106. Doi: 10.15511/tjtfp.25.00292.

22. Demir A. UCLA Yalnızlık Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi* 1989;7(23):14-18.
23. Norhayati M, Hazlina NN, Asrene A, Emilin WW. Magnitude and risk factors for postpartum symptoms: a literature review. *Journal of affective Disorders* 2015; 175:34.
24. Özcan NK, Boyacıoğlu E, Dinç H. Postpartum depression prevalence and risk factors in Turkey: A systematic review and meta-analysis. *Arch Psychiatr Nurs* 2017;31(4):420-8.
25. Chen Q, Li W, Xiong J, Zheng X. Prevalence and risk factors associated with postpartum depression during the COVID-19 Pandemic: A Literature review and meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health* 2022;19(4):2219.
26. Ostacoli L, Cosma S, Bevilacqua F, Berchiolla P, Bovetti M, Carosso AR, et al. Psychosocial factors associated with postpartum psychological distress during the Covid-19 pandemic: a cross-sectional study. *BMC Pregnancy Childbirth* 2020;20(1):703.
27. Suárez-Rico BV, Estrada-Gutierrez G, Sánchez-Martínez M, Perichart-Perera O, Rodríguez-Hernández C, González-Leyva C, et al. Prevalence of depression, anxiety, and perceived stress in postpartum Mexican women during the COVID-19 lock down. *Int J Environ Res Public Health* 2021;18(9):4627.
28. Stojanov J, Stankovic M, Zikic O, Stankovic M, Stojanov A. The risk for non psychotic postpartum mood and anxiety disorders during the COVID-19 pandemic. *The International Journal of Psychiatry in Medicine* 2020;56(4):228-39.
29. Guvenc G, Yesilcinar İ, Ozkececi F, Öksüz E, Ozkececi CF, et al. Anxiety, depression, and knowledge level in postpartum women during the COVID-19 pandemic. *Perspect Psychiatr Care* 2021;57(3):1449-58.
30. McFarland MJ, McFarland CAS, Hill TD, D'Oria R. Postpartum depressive symptoms during the beginning of the COVID-19 pandemic: An examination of population birth data from Central New Jersey. *Matern Child Health J* 2021;25(3):353-9.
31. Myers S, Emmott EH. Communication across maternal social networks during England's first national lock down and its association with postnatal depressive symptoms. *Front Psychol* 2021;12:648002.
32. Gupta M, Agarwal N, Agrawal A. Impact of COVID-19 institutional isolation measures on postnatal women in level 3 COVID facility in Northern India. *Journal of South Asian Federation of Obstetrics and Gynaecology* 2021;13(1):50-4.
33. Chen, C, Mochizuki Y, Okawa S, Okubo R, Nakagawa S, Tabuchi T. Postpartum loneliness predicts future depressive symptoms: a nationwide Japanese longitudinal study *Arch Womens Ment Health* 2024;27(3):447-57.

Ahntı Kodu: Elpeze Özsöz İ. ve Ark. Postpartum dönemde COVID-19 fobisi, yalnızlık ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Jour Turk Fam Phy* 2025; 16 (2): 92-106. Doi: 10.15511/tjfp.25.00292.