

Οι επιπτώσεις των πυρκαγιών στη ψυχική υγεία.

Dr.med.M. Διαλλινά, Ψυχίατρος-Ψυχοθεραπεύτρια, Διευθύντρια
Ψυχιατρικού τμήματος Π.Γ.Ν.Α





«Θα ήθελα να ξεχάσω τα 3-4 πρόβατα, που δεν προλάβαμε να βγάλουμε από το μαντρί και τα ακούγαμε να σκούζουν καθώς μας πλησίαζε η φωτιά, και εκείνο το σκυλάκι, που παρέμεινε σιωπηλό και δεμένο μέχρι τη στιγμή, που πανικόβλητο, κατάλαβε ότι δεν υπάρχει σωτηρία... Θα ήθελα να ξεχάσω τα πουλιά, που δεν προλάβανε να φύγουν από τα πεύκα καθώς γινόντουσαν παρανάλωμα του πυρός και τα είδα στον αέρα να φτερουγίζουν για λίγο και ύστερα να πέφτουν σαν φθινοπωρινά φύλλα.....

Θα ήθελα να ξεχάσω τα τρομαγμένα πρόσωπα των συναδέλφων μου, όταν είδαμε τις 50μετρες φλόγες να μας ζώνουν από παντού. Θα ήθελα να ξεχάσω τις αγωνιώδεις εκκλήσεις των ιδιοκτητών όλων των σπιτιών τριγύρω μας, όταν άρχισαν να γλύφουν τα σπίτια τους οι φλόγες. Θα ήθελα να ξεχάσω όλους αυτούς που ήρθαν με τζιπάκια μόνο και μόνο για να απολαύσουν το θέαμα, χωρίς να μας βοηθάνε...»

Νίκος Φιλιππόπουλος, εθελοντής δασοπυροσβέστης, που τραυματίστηκε στην πυρκαγιά της Πεντέλης.

Οι πολιτισμοί των νομάδων είχαν και έχουν αναπτύξει σε ύψιστο βαθμό τον σεβασμό απέναντι στη φύση. Οι μύθοι διδάσκουν τον αρχαϊκό άνθρωπο την ενότητα με τη θεά φύση και το σεβασμό στα στοιχεία της. Οι ανθρωπολόγοι ST. & R. Kaplan 1989 διαπίστωσαν: τη προτίμηση του ανθρωπίνου είδους σε τοπία, που του προκαλούν το αίσθημα του οικείου και της ασφάλειας, που του δημιουργούν αίσθημα πληρότητας, τον διεγείρουν και τον γαληνεύουν πχ δείχνουν μεγαλύτερη προτίμηση σε δάση από πεύκα σε σχέση με άλλα είδη δένδρων. Η φύση προσφέρει απλόχερα σωματική ρώμη και ψυχική γαλήνη, αλλά ο σύγχρονος άνθρωπος μέσα από τον αυτιστικό ναρκισσισμό του, την βιάζει και την διαταράζει χάνοντας την σύνδεση μαζί της.



Το βρέφος αναπτύσσεται βιολογικά και ψυχικά μέσω συνεχών διαντιδράσεων με το περιβάλλον (εξωτερικό και εσωτερικό). Η μελέτη της ψυχικής εξέλιξης του ανθρώπου δεν μπορεί να είναι πλήρης αν δεν μελετηθούν όλες οι παράμετροι, που καθορίζουν την ψυχο- κοινωνιο- βιολογική ανάπτυξη του.

Το υποκείμενο βιώνει τη ενταύθα- ύπαρξη του (**Dasein**) εντός του φυσικού κόσμου (**Inderweltsein**).

Το αστικό περιβάλλον, όπως συχνά διαμορφώνεται από τους κανόνες του εφικτού και της αγοράς, τείνει να τον αποξενώνει. Συχνά ο άνθρωπος για να αποφύγει τη ψυχική κόπωση στη προσπάθειά του να προσαρμοστεί σε ένα όλο και πιο εχθρικό, δηλητηριώδη και ανταγωνιστικό αστικό περιβάλλον καταφεύγει στη μητέρα Φύση την πρωταρχική του προστάτιδα του.





Ο πανικός, που χαρακτηριστικά προκαλούν οι μεγάλες καταστροφές, ποσό μάλλον όταν καίγονται δάση, μπορεί να περιγράψει ως **στιγμαία αποανθρωποποίηση-αποπροσωποποίηση και ταύτιση με το ζώδες**, όπως η γιδόμορφη μυθολογική θεότητα του Πάνα.





- **Ο Jaspers** γράφει το 1974 ότι ο φόβος - άγχος συνιστά μία υπαρξιακή αγωνιά, που αποτελεί βασικό χαρακτηριστικό του ανθρωπίνου όντος.
- **Ο Freud** το 1926 περιγράφει το έντονο άγχος, ως ισοδύναμο με την ανημποριά, που νιώθουν τα εγκαταλειμμένα βρέφη.
- Για τους **Υπαρξιστές** ο πανικός είναι θάνατος, που απειλεί το υπαρξιακό βίωμα «του ανήκειν εδώ» (Dasein).

Είναι προφανές, ότι για να αποφευχθούν τόσο έντονα και συχνά καταστροφικά για την ύπαρξη βιώματα δεν αρκούν οι θεραπευτικές παρεμβάσεις, που ανακουφίζουν χωρίς να εξαλείφουν το τραυματικό βίωμα. Αλλά η **πρόληψη των πυρκαγιών** και η συχνή απελευθερωτική **επαφή με την μητέρα φύση** αποτελούν τις αναγκαίες προϋποθέσεις για το αίσθημα της ευεξίας εντός του φυσικού περιβάλλοντος.

Μετατραυματική Διαταραχή: F43.2

Ορισμός



- Αυτή συνιστά μια ψυχική διαταραχή, που εμφανίζεται μετά από συναισθηματική υπερφόρτιση, όταν το άτομο εκτεθεί βραχυπρόθεσμα ή μακροχρόνια σε μια εξωτερική απειλή ή καταστροφή. Προϋποθέτει συχνά κάποια προνοσηρά χαρακτηριστικά της προσωπικότητας (π.χ. ασθενική ή ψυχαναγκαστική) ή κάποιες προϋπάρχουσες νευρωτικές διαταραχές αλλά ακόμη και αυτοί οι παράγοντες δεν εξηγούν επαρκώς την αιτιοπαθογένεια της ανωτέρω διαταραχής.
- Η κλινική εικόνα χαρακτηρίζεται από επαναλαμβανομένη ακόμη και για χρόνια αναβίωση του τραύματος, εφιάλτες, αισθήματα αδιαφορίας και απαθείας, ανηδονία, αποφυγή ερεθισμάτων που θυμίζουν το τραύμα, κρίσεις πανικού, άγχος, κατάθλιψη, άπνεια, ψυχοσωματικές ενοχλήσεις, συχνά αλκοολισμό και επιθετικότητα.

Από έρευνα-μελέτη, που έγινε από την Εθνική Σχολή Δημόσιας Υγείας σε κατοίκους των πυρόπληκτων περιοχών της Πελοποννήσου έξι μήνες μετά τις πυρκαγιές του Αυγούστου του 2007, προέκυψε: ότι πολλοί από αυτούς είχαν έντονα **«τα σημάδια της φωτιάς στην ψυχή τους»** μισό χρόνο μετά την καταστροφή, εμφανίζοντας συμπτώματα κατάθλιψης. Επιπλέον οι πυρόπληκτοι εμφάνιζαν μετατραυματικές διαταραχές και αύξηση των συναισθηματικών και αγχωδών διαταραχών.



Η Α. Ρούσου, πρόεδρος της εταιρείας για την Ψυχική Υγεία Παιδιών και Εφήβων σε συνέντευξη της αναφέρει:

«Υπάρχουν περιπτώσεις παιδιών, που ακόμη και δέκα χρόνια μετά, έχουν όλα τα συμπτώματα της μετατραυματικής διαταραχής. Είναι αδιαμφισβήτητο ότι αυτό θα συμβεί και τώρα. Το παιδί, που βιώνει μια πυρκαγιά αισθάνεται παγιδευμένο, νιώθει ότι κινδυνεύει. Η φωτιά είναι πιο γρήγορη απ' αυτό το ίδιο και τους δικούς του ανθρώπους...» και αναρωτιέται: «Τι μπορεί να κρύβει η ψυχή του ανθρώπου, που είδε το σπίτι του να καίγεται, ανήμπορος να το αποτρέψει; Ακόμη κι αν ξαναγίνουν τα σπίτια, ποιοι θα μπουν μέσα και σε τι κατάσταση..»



«Στα Λιόσια (σεισμόπληκτοι), διαπιστώσαμε πολύ σοβαρά ψυχολογικά προβλήματα, που μπορεί να δημιουργήσει στην ψυχή των παιδιών ένα τέτοιο τραύμα όταν δεν έχει γίνει σοβαρή παρέμβαση..»



Η ψυχοπαθολογία προέρχεται όχι μόνο από τα οξέα αισθήματα πανικού, ανημποριάς και καταστροφής του αισθήματος σύνδεσης και εμπιστοσύνης με το περιβάλλον, αλλά και από τη διαμονή σε πρόχειρους καταυλισμούς, τις αναγκαστικές μετακινήσεις, την αποχή από τις καθημερινές δραστηριότητες, το αίσθημα εξάρτησης, την αποδιοργάνωση του κοινωνικού ιστού, τη διατάραξη της οικογενειακής γαλήνης, την τοπική ανεργία και από το συνεχές βίωμα της απώλειας ενός προσφιούς περιβάλλοντος σε αντίθεση με τα θλιβερά λείψανα-αποκαΐδια.

Συνέπεια των παραπάνω είναι η «ψυχολογική κρίση» και η αύξηση των «συναισθηματικών και αγχωδών διαταραχών».

- «Ανάβεις σπίρτο και παγώνει, δεν μπορεί να δει φωτιά ούτε στο τζάκι».
- « Δεν θα ξεχάσω την σιγή, το πάγωμα, την ακινησία εκείνης της εφημερίας το καλοκαίρι του 2007. Τα Ιατρεία άδεια. Κανείς δεν είχε χρόνο να ασθενήσει. Σιγή τάφου και στη κλινική. Ακόμη και ο πλέον ανήσυχος διεγερμένος ασθενής, ως στήλη άλατος, ακίνητος μπροστά στην οθόνη.»
- Το ψυχικό τραύμα ακολουθεί τα παιδιά και τους ενήλικες, που βίωσαν την πυρκαγιά ακόμη και δέκα χρόνια μετά με σοβαρές συνέπειες στην υγεία και στη λειτουργικότητά τους.
- Μελέτες του 2009 εξετάζουν τις επιπτώσεις της έκθεσης σε καταστροφές (φωτιές στη Αυστραλία το 1983) στη παιδική ηλικία και διαπιστώνουν την ανάπτυξη ψυχοπαθολογίας στους ενήλικες με αυξημένα ποσοστά μετατραυματικού στρες (PTSD) άλλα και σε άλλες διαταραχές όπως μείζονα κατάθλιψη, σωματοποίηση κ.λ.π



Οι [McFARLANE Alexander C.](#) ; [van HOOFF Miranda](#) ; 2009 με μια 20-Χρόνη διαχρονική ερευνά μελέτησαν τις επιπτώσεις στην ψυχική υγεία ενηλίκων μετά απο έκθεση τους σε φυσική καταστροφή στη παιδική τους ηλικία.



Η μελέτη αυτή είχε ως στόχο να εξετάζει τους συντελεστές του PTSD και άλλων διαταραχών σε ενήλικες που εκτεθήκαν όταν ήταν παιδιά στις πυρκαγιές στην Αυστραλία το 1983.

Συνολικά **1.011 ενήλικες** από ένα αρχικό δείγμα του 1531 αξιολογήθηκαν 20 έτη μετά τις πυρκαγιές με τη Διεθνή Διαγνωστική Συνέντευξη (CIDI - 2.)

Τα αποτελέσματα έδειξαν:

1) Ένα **υψηλό ποσοστό των επιζώντων** πληρούσε τα κριτήρια για «κάθε **DSM-IV διαταραχή**» και σε «κάθε άγχος».

2) Παράλληλα τα ευρήματα υποδεικνύουν ότι η μακροπρόθεσμη επίδραση σε τραυματικές καταστάσεις λόγω φυσικών καταστροφών στην παιδική ηλικία **θα πρέπει να συναξιολογηθεί στο πλαίσιο των άλλων τραυμάτων της ζωής**, προκειμένου να καταστεί εφικτή μια πιο ακριβή περιγραφή ποσοστών επικράτησης του PTSD.



Σε μία ενδελεχή μετανάλυση του Γερμανικού Κέντρου Τραύματος το 2009 διαπιστώνετε ότι οι εργαζόμενοι στη πυρόσβεση στην Ευρώπη και στην Αυστραλία εμφανίζουν, σε σχέση με τον γενικό πληθυσμό, σε μεγαλύτερη συχνότητα **χρόνια μετατραυματική διαταραχή (PTBS), οξεία μετατραυματική διαταραχή (ABS),** όπως και **βραχείες ψυχικές αντιδράσεις ή υποκλινικά μετατραυματικά σύνδρομα** και συνιστούν λήψη **προληπτικών μέτρων** καθώς και **ψυχοθεραπευτικές παρεμβάσεις.**



ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ:

Το έργο των πυροσβεστών συνεπάγεται τον κίνδυνο της έκθεσης σε βλαβερές τοξικές ουσίες, καθώς και σε ισχυρό συναισθηματικό σοκ, το οποίο μπορεί να οδηγήσει σε ψυχικές διαταραχές και χαμηλή ποιότητα ζωής. Οι πυροσβέστες έχουν υψηλότερα ποσοστά PTSD και μείζονος κατάθλιψης, καθώς και αυξημένους τους παράγοντες κινδύνου, που επηρεάζουν την ποιότητα της ζωής.

Κινέζοι ερευνητές εξέτασαν την ποιότητα της ζωής, την επικράτηση της μετατραυματικής διαταραχής (PTSD) και της μείζονος κατάθλιψης, όπως και τους συναφείς παράγοντες κινδύνου σε 410 πυροσβέστες στο Kaohsiung,

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ:

Η εκτιμώμενη τρέχουσα επικράτησης για τη **μείζονα κατάθλιψη** ήταν **5,4%** και για την **PTSD 10,5%**.

Οι πυροσβέστες με εκτιμώμενη PTSD ή μείζονα κατάθλιψη σημείωσαν σημαντικά **χαμηλότερες μετρήσεις** όσον αφορά την **ποιότητας ζωής** σε σύγκριση με τους πυροσβέστες με εκτιμώμενη υποκλινική PTSD / μείζονα κατάθλιψη και με τους ψυχικά υγιείς ως εκ' τούτου θα πρέπει οι αρμόδιες υπηρεσίες να ενθαρρύνουν την παρέμβαση από επαγγελματίες ψυχικής υγείας στους πυροσβέστες.

Συμπέρασμα :

Πρόληψη

διότι

η αποκατάσταση ή ψυχοθεραπεία

δεν επαρκούν



ΕΥΡΟΚΙΝΗΣΙ / Μ.ΚΑΡΑΓΑΝΗΣ

Οι επιπτώσεις των πυρκαγιών στη ψυχική υγεία.

Dr.med.M. Διαλλινά, Ψυχίατρος-Ψυχοθεραπεύτρια, Διευθύντρια
Ψυχιατρικού τμήματος Π.Γ.Ν.Α

