

Consortium PSYCHIATRICUM

ПРИЛОЖЕНИЕ. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ К СТАТЬЕ
АВТОРСКОГО КОЛЛЕКТИВА:

Ольга Карпенко, Тимур Сюняков, Майя Кулыгина, Алексей Павличенко,
Александра Четкина, Алиса Андрющенко.

Влияние пандемии COVID-19 на уровень тревоги, депрессии и дистресса:
результаты онлайн-опроса в условиях пандемии в России.

Consortium Psychiatricum 2020; опубликовано в сентябре 2020.
DOI: 10.17650/2712-7672-2020-1-1-8-20.

Данное приложение является частью первоначальных материалов,
которые были предоставлены авторами.
Приложение размещено в том виде, в котором его предоставили авторы.

ОПРОС: «Личный опыт в связи с пандемией COVID-19»

1. Общая информация:

Пол:

Мужской
Женский

Возраст: ____ лет

Город и регион: _____

Укажите свою профессию и специальность: _____

Место жительства:

Столица
Большой город
Небольшой город
Пригород
Сельская местность

Жилищные условия:

Отдельный дом
Квартира
Комната
Другое

Жилая площадь:

Меня устраивает моя жилая площадь.
Меня не устраивает моя жилая площадь.

Семейное положение:

Состою в браке/есть партнер
Не состою в браке

Укажите, пожалуйста, с кем Вы проживаете:

Я живу вдвоем с супругом/партнером.
Я живу со своей семьей, включая детей.
Я живу со своей семьей, включая старших родственников (родителей, бабушек, дедушек, и т.д.).
Я живу со своей семьей, включая детей и старших родственников.
Я живу один (одна).

Уровень образования:

Высшее
Высшее медицинское
Средне-специальное
Средне-специальное медицинское
Среднее

Занятость:

Учусь
Работаю
Не работаю
На пенсии
Не работаю из-за инвалидности
В декретном отпуске

Опишите, изменилась ли Ваша работа вследствие пандемии COVID-19:

Формат работы изменился, и я работаю из дома.
Формат работы не изменился, и я работаю из дома, как и прежде.
Формат работы не изменился, и я хожу на работу.
Работа временно приостановлена, но я получаю зарплату.
Работа временно приостановлена, зарплату я не получаю.
Меня уволили в связи с нынешней ситуацией.
Я не работаю.
Я владелец бизнеса, мой бизнес сейчас работает.
Я владелец бизнеса, мой бизнес сейчас не работает.

Опишите, пожалуйста, состояние Вашего физического здоровья:

Практически здоров/здорова.
Периодически имеются некоторые проблемы со здоровьем.
Имеется хроническое(ие) соматическое(ие) заболевание(я).
Пожалуйста, укажите его(их) _____
Имеется инвалидность.

Опишите, пожалуйста, состояние Вашего психического здоровья:

Нет проблем.

Были некоторые проблемы раньше.

Пожалуйста, укажите их _____

Есть некоторые проблемы в настоящем.

Пожалуйста, укажите их _____

Личный опыт с COVID-19:

Я или кто-то, кого я знаю, был заражен коронавирусом.
Я или кто-то, кого я знаю, был госпитализирован в связи с коронавирусом.
Кто-то, кого я знаю, умер от коронавируса.
У меня нет личного опыта, связанного с коронавирусом.
Я медработник и работаю с пациентами с коронавирусом.

2. Шкала HADS [1]

Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)

Отметьте поле рядом с ответом, который в наибольшей степени соответствует Вашему самочувствию на прошлой неделе. Не раздумывайте слишком долго над ответами: Ваша первая реакция всегда будет более верной.

Д	Т	Д	Т
	Я испытываю напряжение, мне не по себе:		Мне кажется, что я стал все делать очень медленно:
3	Большую часть времени	3	Практически всё время
2	Часто	2	Очень часто
1	Время от времени, иногда	1	Иногда
0	Совсем нет	0	Совсем нет
	То, что приносило мне удовольствие, и сейчас вызывает у меня такое же чувство:		Я испытываю внутреннее напряжение или дрожь:
0	Определенно, это так	0	Совсем не испытываю
1	Наверное, это так	1	Иногда
2	Лишь в очень малой степени это так	2	Довольно часто
3	Это совсем не так	3	Очень часто
	Мне страшно. Кажется, будто что-то ужасное может вот-вот случиться:		Я не слежу за своей внешностью:
3	Определенно, это так, и страх очень сильный	3	Определенно, это так
2	Да, это так, но страх не очень сильный	2	Я не уделяю этому столько времени, сколько нужно
1	Иногда, но это меня не беспокоит	1	Может быть, я стал меньше уделять времени
0	Совсем не испытываю	0	Я слежу за собой так же, как и раньше
	Я способен рассмеяться и увидеть в том или ином событии смешное:		Я испытываю неусидчивость, словно мне постоянно нужно двигаться:
0	Определенно, это так	3	Определенно, это так
1	Наверное, это так	2	Наверное, это так
2	Лишь в очень малой степени это так	1	Лишь в очень малой степени это так
3	Совсем нет	0	Совсем не испытываю
	Беспокойные мысли крутятся у меня в голове:		Я считаю, что мои дела (занятия, увлечения) могут принести мне чувство удовлетворения:
3	Постоянно	0	Точно так, как и обычно
2	Большую часть времени	1	Да, но не в той степени, как раньше
1	Время от времени, но не слишком часто	2	Значительно меньше, чем раньше
0	Только иногда	3	Совсем так не считаю
	Я чувствую себя бодрим:		У меня бывает внезапное чувство паники:
3	Совсем не чувствую	3	Действительно, очень часто
2	Очень редко	2	Довольно часто
1	Иногда	1	Не так уж часто
0	Практически всё время	0	Совсем не бывает
	Я легко могу сесть и расслабиться:		Я могу получить удовольствие от хорошей книги, радио- или телепрограммы:
0	Определенно, это так	0	Часто
1	Неверное, это так	1	Иногда
2	Лишь изредка это так	2	Редко
3	Совсем не могу	3	Очень редко

Пожалуйста, убедитесь, что Вы ответили на все вопросы

Интерпретация результатов:

Количество баллов: Депрессия (Д) / Тревога (Т)

0–7 = Норма

8–10 = Субклиническая тревога/депрессия

11–21 = Клинически выраженная тревога/депрессия

3. Пожалуйста, поделитесь своим мнением о пандемии COVID-19

1. По моему мнению, ситуация с пандемией COVID-19 действительно серьезная и представляет большую опасность для здоровья.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

2. По моему мнению, необходимо следовать всем рекомендациям официальных источников и властей (ВОЗ, Правительство, Министерство здравоохранения, т.п.).

- Да
- Нет
- Избирательно

3. Я внимательно слежу за информацией о коронавирусе.

- Да
- Нет
- Иногда

4. По моему мнению, правительство скрывает истинную картину происходящего.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

5. Я думаю, что реальной пандемии нет, и власти только хотят изучить готовность общества к чрезвычайным ситуациям.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

6. Я считаю, что угроза коронавируса сильно преувеличена в чьих-то интересах.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

7. Я подозреваю, что коронавирус имеет лабораторное происхождение и был намеренно создан для достижения каких-то целей.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

8. Я готов переждать карантин и сделал(а) рекомендованные приготовления.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

9. Я считаю, что мое психологическое состояние не изменилось.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

10. Меня беспокоит нынешняя ситуация.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

11. Меня беспокоит мое здоровье и здоровье моих близких.

- Да
- Нет

12. Я считаю, что медицинские службы делают всё возможное, чтобы справиться с инфекцией.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

13. Я удовлетворен(а) действиями правительства в ситуации пандемии.

- Да
- Нет
- Частично

14. Меня беспокоит возможность социального хаоса и беспорядков.

- Да
- Нет
- Немного

15. Я беспокоюсь по поводу экономической ситуации в стране.

- Да
- Нет
- Немного

16. Я беспокоюсь по поводу финансовой ситуации в моей семье.

- Да
- Нет
- Немного

17. Я чувствую, что мне может понадобиться психологическая помощь.

- Да
- Нет
- Затрудняюсь ответить

Есть ли еще что-то, что Вы хотели бы сказать в связи с пандемией COVID-19?

4. Уровень дистресса

Указания: отметьте, пожалуйста, деление (0-10), соответствующее уровню Вашего дистресса на прошедшей неделе, включая сегодняшний день.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Нет дистресса Максимально возможный дистресс

Укажите, пожалуйста, что из нижеперечисленного являлось для Вас проблемой в последние недели. Отметьте ответ «да» или «нет» по каждому пункту.

Да	Нет	Проблема
		Риск заражения COVID-19
		Угроза жизни в связи с текущей пандемической ситуацией
		Здоровье пожилых или хронически больных родственников из-за COVID-19
		Другие проблемы со здоровьем
		Взаимодействие с детьми
		Взаимодействие с партнером
		Взаимодействие со старшим поколением
		Ведение домашнего хозяйства (приготовление пищи, уборка и т.д.)
		Самоизоляция
		Нарушение планов из-за пандемии
		Нарушение привычной жизни
		Стигматизация из-за COVID-19
		Потеря работы
		Перегруженность работой
		Существующие финансовые проблемы
		Риск возникновения финансовых проблем в будущем

5. Качество жизни

Укажите, пожалуйста, что из перечисленного послужило причиной дистресса

Качество моей жизни не изменилось.

Качество моей жизни улучшилось.

Качество моей жизни ухудшилось.

6. Опросник COPE [2]

1 = Никогда.

2 = Иногда.

3 = Часто.

4 = Почти всегда.

1. Я переключаясь на работу или другие дела, чтобы отвлечься.
2. Я стараюсь сделать что-то с ситуацией.
3. Я говорю себе: «Это не может быть реальностью».
4. Я принимаю алкоголь или другие психотропные средства, чтобы лучше себя чувствовать.
5. Я получаю эмоциональную поддержку от других людей.
6. Я перестал(а) пытаться что-то сделать.
7. Я предпринимаю действия, чтобы улучшить ситуацию.
8. Я отказываюсь верить в то, что это действительно происходит.
9. Я стараюсь выговариваться, чтобы избавиться от неприятных переживаний.
10. Я получаю помощь и советы от других людей.
11. Я принимаю алкоголь или другие психотропные средства, это помогает мне пережить ситуацию.
12. Я стараюсь взглянуть на происходящее с другой стороны, найти в ситуации что-то позитивное.
13. Я ругаю и критикую себя.
14. Я стараюсь выработать стратегию, что делать.
15. Меня успокаивают и понимают другие люди.
16. Я оставил(а) попытки справиться с ситуацией.
17. Я ищу в происходящем что-то хорошее.
18. Я шучу над тем, что происходит.
19. Я стараюсь отвлекать себя, чтобы меньше думать о ситуации: смотрю кино, ТВ, читаю, сплю, делаю покупки.
20. Я принял(а) тот факт, что это происходит в реальности.
21. Я выплескиваю свои негативные эмоции.
22. Я стараюсь найти успокоение в вере и религии.
23. Я стараюсь получить советы или помощь от других людей по поводу того, что мне делать.
24. Я учусь с этим жить.
25. Я много думаю о том, какие действия мне предпринять.
26. Я виню себя в том, что произошло.
27. Я молюсь или медитирую.
28. Я стараюсь найти в ситуации что-то смешное.

7. Мнения

С какими последствиями коронавируса для психического здоровья окружающих Вы сталкиваетесь? (отметьте приблизительный процент людей с каждой из проблем)

Какие действия Вы ожидаете от специалистов по психическому здоровью в условиях пандемии?

Работу со СМИ, чтобы уменьшить поток негатива

Консультации правительства по выработке стратегий борьбы со стрессом у населения

Создания специализированных служб помощи при пандемии

Возможность обратиться на горячую линию психологической поддержки

Большую доступность консультаций психиатра

Большую доступность семейной психотерапии

Большую доступность консультаций по поводу злоупотребления алкоголем и прочими веществами

Никаких

Другое

Список литературы

1. Zigmond AS, Snaith RP. The hospital anxiety and depression scale. Acta psychiatrica Scandinavica. 1983;67(6):361-70. Epub 1983/06/01. doi: 10.1111/j.1600-0447.1983.tb09716.x. PubMed PMID: 6880820.
2. Carver CS. You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief COPE. Int J Behav Med. 1997;4(1):92-100. doi: 10.1207/s15327558ijbm0401_6. PMID: 16250744.

Общая характеристика популяции

Характеристики		Объем	Нижняя граница 95% ДИ	Верхняя граница 95% ДИ
Возраст, среднее (1)		36,81	35,62	38,00
Пол (2)	Женский	278 (78,98 %)	74,72%	83,23%
	Мужской	74 (21,02 %)	16,77%	25,28%
Место жительства (2)	Большой город	50 (14,20 %)	10,56%	17,85%
	Небольшой город	49 (13,92 %)	10,30%	17,54%
	Пригород	23 (6,53 %)	3,95%	9,12%
	Сельская местность	10 (2,84 %)	1,11%	4,58%
	Столица	220 (62,50 %)	57,44%	67,56%
Жилищные условия (2)	Другое	4 (1,14 %)	0,03%	2,24%
	Квартира	300 (85,23 %)	81,52%	88,93%
	Комната	8 (2,27 %)	0,72%	3,83%
	Отдельный дом	40 (11,36 %)	8,05%	14,68%
Жилая площадь (количество пространства на одного человека) (2)	Меня не устраивает моя жилая площадь.	101 (28,69 %)	23,97%	33,42%
	Меня устраивает моя жилая площадь.	251 (71,31 %)	66,58%	76,03%
Семейное положение (2)	Не состою в браке	156 (44,32 %)	39,13%	49,51%
	Состою в браке/есть партнер	196 (55,68 %)	50,49%	60,87%
Укажите, пожалуйста, с кем Вы проживаете (2)	Я живу вдвоем с супругом/партнером.	52 (14,77 %)	11,07%	18,48%
	Я живу один (одна).	49 (13,92 %)	10,30%	17,54%
	Я живу со своей семьей, включая детей.	161 (45,74 %)	40,53%	50,94%
	Я живу со своей семьей, включая детей и старших родственников.	31 (8,81 %)	5,85%	11,77%
	Я живу со своей семьей, включая старших родственников.	59 (16,76 %)	12,86%	20,66%
Уровень образования (2)	Высшее	209 (59,38 %)	54,24%	64,51%
	Высшее медицинское	73 (20,74 %)	16,50%	24,97%
	Средне-специальное	31 (8,81 %)	5,85%	11,77%
	Средне-специальное медицинское	10 (2,84 %)	1,11%	4,58%
	Среднее	29 (8,24 %)	5,37%	11,11%
Занятость (2)	На пенсии	4 (1,14 %)	0,03%	2,24%
	Не работаю.	34 (9,66 %)	6,57%	12,75%
	Не работаю из-за инвалидности.	3 (0,85 %)	0,00%	1,81%
	В декретном отпуске	16 (4,55 %)	2,37%	6,72%
	Работаю	246 (69,89 %)	65,09%	74,68%
	Учусь	49 (13,92 %)	10,30%	17,54%

Ваша работа в течение пандемии COVID-19 (2)	Меня уволили в связи с нынешней ситуацией.	2 (0,57 %)	0,00%	1,35%
	Работа временно приостановлена, зарплату я не получаю.	26 (7,39 %)	4,65%	10,12%
	Работа временно приостановлена, но я получаю зарплату.	17 (4,83 %)	2,59%	7,07%
	Формат работы изменился, и я работаю из дома.	133 (37,78 %)	32,72%	42,85%
	Формат работы не изменился, и я хожу на работу.	65 (18,47 %)	14,41%	22,52%
	Формат работы не изменился, и я работаю из дома, как и прежде.	24 (6,82 %)	4,19%	9,45%
	Я владелец бизнеса, мой бизнес сейчас не работает.	11 (3,13 %)	1,31%	4,94%
	Я владелец бизнеса, мой бизнес сейчас работает.	4 (1,14 %)	0,03%	2,24%
	Я не работаю.	70 (19,89 %)	15,72%	24,06%
Опишите, пожалуйста, состояние Вашего физического здоровья (2)	Имеется инвалидность.	6 (1,70 %)	0,35%	3,06%
	Имеется хроническое(ие) соматическое(ие) заболевание(я).	51 (14,49 %)	10,81%	18,17%
	Имеется одно или несколько хронических соматических заболеваний.	7 (1,99 %)	0,53%	3,45%
	Периодически имеются проблемы со здоровьем.	103 (29,26 %)	24,51%	34,01%
	Практически здоров/здорова.	185 (52,56 %)	47,34%	57,77%
Опишите, пожалуйста, Ваше психическое состояние (2)	Были некоторые проблемы раньше.	32 (9,09 %)	6,09%	12,09%
	У меня были некоторые психические проблемы раньше, они есть и в настоящем.	17 (4,83 %)	2,59%	7,07%
	Есть некоторые проблемы в настоящем.	43 (12,22 %)	8,79%	15,64%
	Никогда не было проблем с психическим здоровьем.	259 (73,58 %)	68,37%	79,00%
	В настоящее время нет никаких проблем с психическим здоровьем, но у меня были некоторые проблемы раньше.	1 (0,28 %)	0,00%	0,84%

1 Среднее (95% ДИ среднего)

2 Частота (% и 95% ДИ для относительной частоты)