

Современные зарубежные исследования депрессивных расстройств в период пандемии COVID-19

Храмов Е.В.

*Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6619-7326>, e-mail: ev.khramov@gmail.com*

Иванов В.С.

*Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0520-397X>, e-mail: ivanovvs@mgppu.ru*

В статье представлен обзор современных зарубежных исследований, нацеленных на изучение основных факторов риска развития депрессивных расстройств у различных категорий населения в период пандемии. В первую очередь внимание было уделено анализу влияния социально-психологических, социальных, возрастных и профессиональных факторов на формирование депрессивной симптоматики. Результаты исследований свидетельствуют о резком увеличении проявлений депрессии и тревоги во время пандемии COVID-19. Было выявлено, что наиболее подвержены развитию депрессивных и тревожных состояний пациенты с COVID-19, медицинские работники, непосредственно контактирующие с заболевшими COVID-19, пациенты с наличием каких-либо хронических заболеваний до начала пандемии, а также женщины в перинатальный период. Наряду с описанием общих факторов риска развития и проявления депрессии результаты зарубежных исследований позволяют подойти к пониманию возрастных особенностей протекания депрессивных состояний в период пандемии COVID-19.

Ключевые слова: депрессия, пандемия COVID-19, факторы риска, состояние тревоги, депрессивные расстройства у медицинских работников, депрессия у больных COVID-19, перинатальная депрессия в период пандемии, возрастной аспект проявления депрессии при пандемии COVID-19.

Для цитаты: Храмов Е.В., Иванов В.С. Современные зарубежные исследования депрессивных расстройств в период пандемии COVID-19 // Современная зарубежная психология. 2021. Том 10. № 1. С. 39—47. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100104>

Modern foreign studies of depressive disorders during the COVID-19 pandemic

Evgeny V. Khramov

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6619-7326>, e-mail: ev.khramov@gmail.com*

Valery S. Ivanov

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0520-397X>, e-mail: ivanovvs@mgppu.ru*

The article provides an overview of modern foreign studies aimed at investigating the main risk factors for depressive disorders in different categories of the population during the pandemic. First of all, attention was paid to the analysis of the influence of socio-psychological, social, age and occupational factors on the formation of depressive symptoms. Studies show a sharp increase in depression and anxiety during the COVID-19 pandemic. It has been found that patients with COVID-19, medical professionals directly in contact with COVID-19 cases, patients with any chronic diseases before the pandemic, and women in the perinatal period are most prone to developing depressive and anxiety conditions. In addition to describing common risk factors for development and display of depression, the results of foreign studies provide an understanding of the age-related effects of depressive conditions during the COVID-19 pandemic.

Keywords: depression, COVID-19 pandemic, risk factors, anxiety, depressive disorders in health care professionals, depression in patients with COVID-19, perinatal depression during a pandemic, age-related manifestation of depression in the COVID-19 pandemic.

For citation: Khramov E.V., Ivanov V.S. Modern foreign studies of depressive disorders during the COVID-19 pandemic. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2021. Vol. 10, no. 1, pp. 39—47. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100104> (In Russ.).

Пандемия, вызванная COVID-19, является в настоящее время глобальной угрозой не только для соматического, но и для психического здоровья человечества [1]. На уровне социумов психологические последствия пандемии затрагивают не только инфицированных и госпитализированных пациентов, но и людей, находящихся в карантине, членов их семей, а также тех, кто потерял близких из-за COVID-19.

Насколько эта пандемия и ее последствия повлияют на психическое здоровье населения в целом? Усиливаются ли и в какой степени симптомы тревоги и депрессии среди населения из-за пандемии COVID-19? На текущий период данные вопросы являются центральными, так как сама проблема психического здоровья социумов всегда актуальна и, кроме того, формы и степень влияния данной пандемии на психическое здоровье и эмоциональное состояние населения в целом остается неясной.

Цель исследования, представленного в настоящей статье, — аналитический обзор современных зарубежных работ, направленных на изучение динамики депрессивных состояний и основных факторов риска развития депрессивных расстройств у различных категорий населения в период пандемии.

Есть мнение, что пандемия COVID-19 будет иметь самые негативные последствия для психического состояния населения, поскольку она прямо или косвенно угрожает таким важным ресурсам, как безопасность и здоровье (например, заражение), социальные контакты и поддержка (например, социальное дистанцирование и пребывание дома), жилье, работа и доход (например, потеря работы). Голландские исследователи во главе с Петером Г. ван дер Вельденом (Peter G. van der Velden) [3] попытались оценить, увеличилась ли распространенность симптомов тревожности и депрессии во время пандемии. Данные были получены из опросов, проведенных на голландской популяционной группе (N = 3983). Симптомы тревоги и депрессии были оценены в марте 2019 и 2020 годов. Были также выявлены факторы риска роста тревожности и депрессивных переживаний. Динамика проявления тревожно-депрессивной симптоматики оказалась зависимой от содержания просматриваемой рекламы, пола, образования, семейного положения, занятости, возраста, этнической принадлежности, проблем со здоровьем опрашиваемых. Неработающие, студенты и те, кто занимается домашним хозяйством, были более подвержены негативному воздействию рекламы в марте 2020 года, но не в 2019 году. В то время как работающие респонденты в возрасте 35—49 лет были менее подвержены влиянию рекламы относительно риска увеличения тревожно-депрессивных симптомов. Другие проблемы психического здоровья в данном исследовании не оценивались.

Вопрос о взаимосвязи упомянутых факторов с проявлениями депрессии в период пандемии COVID-19 остается открытым.

Лорис Кастелли (Lorys Castelli) с коллегами исследовали психологическое воздействие COVID-19 на врачей общей практики в Пьемонте, одном из наиболее пострадавших от пандемии итальянских регионов [21]. В частности, авторы стремились исследовать состояние тревоги, депрессии и симптомы посттравматического стресса на выборке практикующих врачей. Кроме того, они попытались изучить, могут ли какие-либо социально-демографические или связанные с работой переменные быть связаны с этими психологическими симптомами. Исследование было проведено при анонимном онлайн-опросе, выборка составила 2049 респондентов. Изучались симптомы тревоги (Государственная шкала тревоги Y1 (STAI Y1), депрессии (опросник депрессии Бека (BDI-II) и посттравматического стресса (Контрольный список ПТСР для DSM-5 (PCL-5)). Средний возраст участников составил 51,1 года, из них 56% — женщины. Большинство врачей общей практики имели по крайней мере одного ребенка (64%) и не имели предыдущего заболевания (69%).

Результаты психологической оценки показали, что 32% опрошенных проявили значительные симптомы пост-травматического стрессового расстройства, в то время как 75% и 37% респондентов сообщили о соответствующих тревоге и депрессии симптомах. Врачи с тревожными и депрессивными симптомами были моложе, чаще были женщинами и имели меньший стаж работы, чем врачи-мужчины без симптомов тревоги и депрессии. Что касается такой переменной, как наличие или отсутствие детей, то результаты показали более высокое присутствие тревожно-депрессивной симптоматики у испытуемых с детьми, нежели у испытуемых без детей.

Аналогичные результаты были получены турецкими исследователями при обследовании 2076 медицинских работников [10]. В ходе исследования в качестве инструментария сбора данных использовался электронный опрос. На первом этапе была использована шкала депрессии, тревоги и стресса (DASS-21), состоящая из 21 выражения в рамках трех измерений (DASS-Depression, DASS-Anxiety и DASS-Stress). На втором этапе обследования были определены проблемы, с которыми столкнулись работники здравоохранения во время пандемии. На последнем этапе были исследованы социально-демографические особенности работников (возраст, пол, семейное положение, статус, работа в подразделении и т. д.).

Анализ результатов опроса показал, что основной причиной тревоги или стресса среди работников здравоохранения является страх заразиться вирусом COVID-19 членов своих семей (86,9%). Выраженность депрессии, тревоги и стресса проявили статистически

значимые различия в зависимости от пола, семейного положения, возраста и статуса реципиентов. Показатели депрессии, тревоги и стресса у женщин выше, чем у мужчин. Что касается переменной семейного положения, то депрессия, тревога и уровень стресса одиноких работников оказались выше, чем у женатых работников. Фактор возраста оказался обратно пропорционально связанным с показателями выраженности депрессии, тревоги и стресса.

Во многом схожие результаты были представлены российскими исследователями [2] и двумя независимыми группами исследователей во главе с Мохаммедом Аль Магбали (Mohammed Al Maqbali) [14] и Софией Паппа (Sofia Pappa) [17] при использовании метаанализа.

Робертс Н.Д. (Roberts N.J.) и соавторы (Великобритания) в своей работе приводят данные о том, что медсестры, работающие в респираторных отделениях с больными COVID-19, по итогам психодиагностического обследования имели высокие показатели тревоги и депрессии [11]. Выборка их исследования составила 255 человек, в основном женщины в возрасте старше 35 лет. Младшие медсестры с меньшим опытом работы имели, как правило, более высокий уровень тревоги и депрессии. Полученные результаты, по мнению авторов, свидетельствуют о том, что возраст и профессиональный опыт являются значимыми показателями в прогнозировании симптомов тревоги и депрессии у младшего медицинского персонала.

Весьма показательные данные были представлены в работе группы китайских исследователей [16]. Оценивалось состояние психического здоровья педиатрических медсестер (N = 614) в провинции Хубэй во время пандемии COVID-19 через измерение симптомов депрессии, тревоги и стресса.

Исследование показало, что значительная часть педиатрических медсестер страдала депрессией (95,4%), тревогой (32,6%) и стрессом (18,0%) во время этой пандемии.

Исследование Эрсин Коксал (Ersin Koksall) и соавторов [6] было направлено на изучение уровня тревоги и депрессии и связанных с ними факторов среди медицинских работников операционных отделений Турции (анестезиологи и медсестры) во время пандемии коронавирусной болезни 2019 года.

Данные были собраны в период с 9 апреля 2020 года по 12 апреля 2020 года. В исследовании приняли участие в общей сложности 702 медицинских работника. Показатели депрессии были статистически значимо выше среди женщин, одиноких лиц, тех, у кого были дети и тех, кто жил с человеком в возрасте 60 лет и старше ($P < 0,05$). Между тем показатели тревожности были статистически значимо выше среди женщин, одиноких людей (включая овдовевших и разведенных), выпускников университетов, тех, у кого было хотя бы одно хроническое заболевание, и тех, чья рабочая нагрузка увеличилась ($P < 0,05$).

Интересное исследование взаимосвязи депрессии и киберзапугивания во время пандемии COVID-19 было

проведено в Китае [24]. В интернет-опросе участвовали 5608 пользователей Сети. В ходе исследования были собраны данные о копинг-стратегиях выживания участников, общем киберзапугивании и наличии депрессии у жителей провинции Хубэй, где был зарегистрирован первый случай COVID-19.

Так, результаты исследования свидетельствуют преимущественно о двух копинг-стратегиях выживания (преодоления трудностей) — рациональной и эмоциональной, причем первая из них была наиболее распространена. Рационально-ориентированная копинг-стратегия была отрицательно связана с наличием киберзапугивания и депрессией; эмоционально-ориентированная копинг-стратегия положительно коррелировала с киберзапугиванием и депрессией. Связь между эмоционально-ориентированной копинг-стратегией и депрессией была опосредована наличием киберзапугивания.

Американские исследователи [23] поставили цель выяснить, коррелирует ли страх перед COVID-19 с развитием депрессии. Было высказано предположение, что более высокий уровень депрессии наблюдается среди тех, кто больше подвержен страху заразиться COVID-19. Исследование было проведено на взрослой выборке из 732 однополых пар-близнецов штата Вашингтон. Результаты исследования показали, что связь между наличием депрессии и страхом перед COVID-19 оказалась незначительной. В то же время были выявлены дополнительные факторы, влияющие на выраженность депрессивных переживаний: пожилые люди имели в среднем более низкие уровни депрессии, чем молодые люди; уровни депрессии были несколько выше у женщин, чем у мужчин; участники опроса, состоящие в браке или живущие с партнером, имели более низкие уровни депрессии.

В работах французских исследователей [13] была изучена взаимосвязь факторов риска сердечно-сосудистой патологии с наличием депрессии и тревоги во время самоизоляции при COVID-19. Выборка составила 536 испытуемых, случайно отобранных из французского населения в возрасте от 50 до 89 лет. Средняя продолжительность самоизоляции, сопровождаемая снижением физической активности, до момента проведения интервью составила 44 дня. Результаты однозначно указывают на корреляцию между частотой сердечно-сосудистых заболеваний и выраженностью тревожно-депрессивных состояний в данной возрастной выборке.

Данные французских исследователей созвучны результатам, полученным в Саудовской Аравии [20]. Рост постинсультной депрессии и тревоги во время пандемии COVID-19 связан с тяжестью инсульта и степенью социальной депривации.

Лонгитюдное исследование, нацеленное на выявление особенностей переживания депрессии, психологического благополучия, психического и физического здоровья до и во время пандемии COVID-19, было проведено в Испании [9]. Выборка составила 647 человек (21,3% — мужчины; 78,7% — женщины).

Полученные результаты указывают на отсутствие различий между мужчинами и женщинами в проявлениях депрессии, физического и психического здоровья в течение оцениваемого периода времени. Единственными переменными, показывающими гендерные различия, были некоторые из показателей психологического благополучия: в период самоизоляции уровень психологического благополучия у мужчин был ниже, чем у женщин.

Связь между депрессией и степенью нарушения привычного образа жизни, невозможностью «вписать» факт пандемии в свою смысловую сферу была выявлена группой американских исследователей [15].

Как весьма показательное, можно рассматривать комплексное исследование, проведенное в Канаде [18]. Целью являлось проведение систематизированного обзора и метаанализа для оценки распространенности депрессии, тревоги, бессонницы, посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), связанных с COVID-19 среди пострадавших групп населения. Метаанализ был сфокусирован на изучении последствий пандемии COVID-19 для психического здоровья по итогам результатов исследований в различных странах. Были отобраны статьи в научных журналах, в которых сообщалось о распространенности психических расстройств или симптомов.

Всего было проанализировано 2189 статей. Распространенность депрессии составила 15,97%, распространенность тревожности — 15,15%, распространенность бессонницы — 23,87% и распространенность ПТСР — 21,94%.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что краткосрочные последствия COVID-19 для психического здоровья одинаково высоки для различных стран, где проводились исследования.

Систематизированный обзор и метаанализ результатов также показал, что от 14 до 61% инфицированных сталкиваются с серьезными психическими проблемами во время болезни, и от 14,8 до 76,9% испытывают эти проблемы впоследствии. Эти результаты можно объяснить страхом заразиться и заразить своих близких или коллег.

Целью исследования с использованием метаанализа являлось также изучение гендерных различий в распространенности проблем психического здоровья. Данные позволили сравнить выраженность депрессии и тревоги. Хотя у женщин предполагалась более высокая распространенность тревожности и депрессии, как это ни удивительно, гендерных различий выявлено не было.

Поскольку пандемия непропорционально затронула страны географически и климатически различающихся зон земного шара, конечной целью этого исследования было проанализировать различия в проблемах психического здоровья в зависимости от регионов, в которых проводились исследования. Авторы стремились сравнить исследования из Азии, Европы и Северной Америки. Поскольку большинство исследований были из Китая, авторы смогли проанализиро-

вать различия между Китаем и другими странами в целом, и только для депрессии и тревоги.

Метаанализ также показал необходимость систематических опросов и психологического обследования населения в целом для разработки и осуществления программ профилактики в области психического здоровья на основе первоначальных фактических данных.

Кроме того, результаты данного исследования демонстрируют необходимость периодического и систематического проведения самого метаанализа для оценки состояния психического здоровья населения в условиях пандемии COVID-19. Таким образом, метаанализ позволяет: 1) анализировать общую распространенность депрессии, тревоги, бессонницы, ПТСР и психологического стресса среди населения различных стран; 2) изучить различия в общей распространенности этих проблем среди разных категорий населения; 3) проанализировать гендерные различия в распространенности исследуемых проблем психического здоровья; 4) поскольку пандемия непропорционально затронула различные районы мира, этот систематический обзор также направлен на анализ различий в проблемах психического здоровья в зависимости от географических регионов, в которых проводились исследования.

Вместе с тем необходимо проведение лонгитюдных исследований, так как после окончания пандемии могут развиваться более серьезные проблемы с психическим здоровьем.

Описание исследования, нацеленного на выяснение особенностей динамики депрессии и тревоги среди взрослых бразильцев во время пандемии COVID-19, приводят Фетер Н. (Feter N.) с коллегами [19]. Это первое исследование, в ходе которого изучалось влияние пандемии COVID-19 на проблемы психического здоровья в Бразилии. Авторы стремились не только сравнить распространенность симптомов депрессии и тревоги до и во время пандемии, но и определить факторы, связанные с риском возникновения симптомов нарушения психического здоровья.

Поскольку на период исследования не было разработано ни вакцин, ни методов лечения, такие нефармакологические стратегии, как хорошая личная гигиена и социальное дистанцирование, являлись наилучшими доступными средствами снижения вероятности заражения вирусом.

Выборка составила 2314 человек в возрасте от 31 до 59 лет. Большинство из опрошенных были женщины (76,6%), белые (90,6%) с университетским образованием (66,6%). Более половины из них имели избыточный вес или страдали ожирением (53,2%) и имели, по крайней мере, одно хроническое заболевание (56,9%).

Большинство респондентов сообщили об усилении симптомов тревоги с начала социального дистанцирования (51,3%), в то время как каждый третий имел отягчающие депрессивные симптомы в тот же период. Примерно половина участников указали на снижение месячного дохода (45,3%) и значительное снижение

физической активности (46,9%) по причине социального дистанцирования и самоизоляции.

Умеренно тяжелые симптомы депрессии и тревоги были зарегистрированы у 3,9% и 4,5% участников еще до COVID-19. Во время пандемии (июнь—июль 2020 года) эти доли увеличились до 29,1% (рост в 6,6 раза) и 37,8% (рост в 7,4 раза) соответственно. Более высокие показатели депрессивных и тревожных симптомов наблюдались среди женщин в возрасте от 18 до 30 лет с диагнозом хроническое заболевание. У участниц со средним образованием и ниже доля симптомов тревоги средней и тяжелой степени увеличилась с 9,7% до 51,4%, при этом, у четверти из них были зафиксированы симптомы выраженной депрессии.

Авторы акцентируют внимание на том, что распространенность от умеренной до тяжелой тревожно-депрессивной симптоматики увеличилась именно после введения социальных ограничений (дистанцирования и самоизоляции).

В то же время было отмечено, что сохранение активной или физической деятельности во время социальных ограничений (самоизоляции, дистанцирования) снижает вероятность обострения психических расстройств.

Авторами исследования были сделаны выводы о необходимости в срочном порядке разработать хорошо продуманные программы лечения и психологической реабилитации. В противном случае последствия, связанные с депрессией и тревогой, могут быть хуже, чем воздействие самого вируса на здоровье, и привести к более длительному, глубокому и неравномерному кризису в области здравоохранения в Бразилии.

Аналогичные результаты в своем исследовании представляют Кристоф Бенке (Christoph Benke) с коллегами [12] из Германии.

Аналитический обзор результатов исследований, проведенных в 63 странах, представили австралийские исследователи [25]. Анализ был направлен на: 1) изучение уровней предполагаемого стресса, тревоги и депрессии во время пандемии между различными странами; 2) изучение факторов, которые являются посредниками во взаимосвязи между стрессом и снижением уровня психического здоровья (т. е. наличием тревоги и депрессии); 3) определение того, являются ли те или иные возрастные группы по-разному затронуты пандемией с точки зрения депрессии, тревоги, стресса, устойчивости и качества сна. В частности, предполагалось, что более молодые возрастные группы будут в большей степени подвержены во время пандемии указанным психическим дисфункциям.

Глобальный онлайн-опрос с использованием психодиагностических методик был проведен в период с 9 апреля по 25 мая 2020 года по каналам социальных сетей, ориентированных на взрослых старше 18 лет. Исследование было одобрено Комитетом по этике человеческих исследований Университета Монаша и проведено в соответствии с Хельсинкской декларацией.

Для изучения возрастных различий при оценке психического здоровья участники были разделены на

три возрастные группы — 18—34 лет, 35—54 лет и 55 лет и выше. В общей сложности в исследовании приняли участие 1653 человека. Подавляющее большинство респондентов на период исследования находились на самоизоляции (89%), при этом 61% работали из дома. В этой выборке 18% людей были отнесены к группе с наличием какого-либо психического заболевания до пандемии COVID-19. Обычно имели место диагнозы: тревожно-депрессивное расстройство, синдром дефицита внимания и гиперактивности, биполярное расстройство и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).

Умеренный или более высокий уровень депрессии был отмечен у 35% респондентов. Высокие уровни тревоги были отмечены у 59% участников. Нарушения сна также было распространенным явлением (73% от выборки). Чувство одиночества, на фоне нарушений сна, оказалось положительно связано с переживанием тревоги и депрессии. Наличие психиатрического диагноза до пандемии COVID-19 коррелировало с выраженностью симптомов депрессии и тревоги.

Авторами был проведен дополнительный анализ, чтобы определить какие факторы опосредуют связь между стрессом и депрессией. В качестве потенциальных посредников рассматривались три переменные, которые проявили самую высокую корреляцию с депрессией. Таким образом, были выделены: нарушения сна, переживание чувства одиночества и возраст.

Фактор возраста проявил себя следующим образом: именно молодые люди набирали значительно более высокие баллы по показателям депрессии и тревоги по сравнению с другими возрастными группами. Пожилые люди демонстрировали более высокую способность справиться с депрессией и тревогой, но имели более выраженное снижение качества сна по сравнению с молодой возрастной группой.

Во всех возрастных группах воспринимаемый стресс (77% выборки) и нарушения сна оказались существенными предикторами роста симптомов депрессии. Усиление симптомов депрессии было предопределено также ухудшением финансового положения (20% выборки) и наличием иждивенцев в семье.

В отличие от этого, снижение симптомов депрессии коррелировало с хорошим качеством сна, физической активностью и с осознанным соблюдением правил социального дистанцирования и самоизоляции.

Результаты, свидетельствующие о росте симптомов депрессии и тревоги у беременных во время пандемии COVID-19, были получены группой исследователей из Канады [5].

Симптомы тревоги и депрессии во время беременности обычно встречаются у 10—25% беременных и связаны с беспокойством по поводу повышенного риска преждевременных родов, проблем с новорожденными, послеродовой депрессией. При беременности пандемия COVID-19 явилась уникальным стрессором с потенциально широкими последствиями для физического и психического состояния женщин.

Канадские исследователи попытались оценить симптомы тревоги и депрессии среди беременных во время нынешней пандемии COVID-19 и определить факторы, которые были связаны с психологическим дистрессом.

Было обнаружено значительное повышение симптомов тревоги и депрессии по сравнению с периодом до пандемии: 37% сообщили о клинически значимых симптомах депрессии и 57% — о клинически значимых симптомах тревоги. Рост выраженности симптомов депрессии и тревоги был связан с большей озабоченностью по поводу угроз COVID-19 для жизни матери и ребенка, а также опасениями по поводу отсутствия необходимого дородового ухода и социальной изоляцией из-за пандемии COVID-19. Авторы указывают, что повышение тревожно-депрессивной симптоматики среди беременных женщин во время пандемии COVID-19 могут иметь долгосрочные негативные последствия как для самих женщин, так и для их детей.

Целью другого аналогичного исследования являлось изучение факторов риска развития депрессии, тревоги и симптомов ПТСР у перинатальных женщин во время пандемии COVID-19. Исследование было проведено на базе Отделения медицины новорожденных (Бригам) и женских больниц (Бостон, Массачусетс) США [4]. В качестве испытуемых выступали беременные женщины (54,2% выборки) и женщины, недавно родившие в период пандемии COVID-19. Численность выборки составила 1123 человек.

36,4% респондентов сообщили о клинически значимом уровне депрессии, 22,7% — о генерализованной тревоге и 10,3% — о ПТСР. Женщины с ранее существовавшими психиатрическими диагнозами в анамнезе были в 1,6 — 3,7 раза более склонны к клинически значимым уровням депрессии, генерализованной тревоги и ПТСР. Примерно 18% сообщили о высоком уровне беспокойства о здоровье, связанного с COVID-19. Хотя причинно-следственная связь не могла быть установлена, связанные с COVID-19 депрессивные переживания могут увеличить вероятность появления проблем с психическим здоровьем у тех, у кого до этого такие проблемы отсутствовали.

Каково влияние пандемии COVID-19 на психическое здоровье пожилых людей с уже существующим серьезным депрессивным расстройством? Ответ на этот вопрос попытались дать американские исследователи [7]. Выборка состояла из 73 пожилых человека с уже существующим диагнозом «депрессивное расстройство», проживающих в Лос-Анджелесе, Нью-Йорке, Питтсбурге и Сент-Луисе. Средний возраст обследованных составлял 69 лет.

В течение первых 2 месяцев пандемии авторы опрашивали участников с помощью полуструктурированного качественного интервью, оценивающего доступ к медицинской помощи, состояние психического здоровья, качество жизни и особенности реагирования на пандемию. Авторы также оценивали депрессию, тревогу и суицидальность с помощью валидизированных шкал и сравнивали баллы до и во время пандемии.

Пять диагностических шкал из интервью освещали варианты реагирования пожилых людей с диагнозом «депрессивное расстройство»: 1) они больше озабочены риском заражения вирусом, чем риском изоляции; 2) они проявляют устойчивость к стрессу при самоизоляции и социальном дистанцировании; 3) большинство из них не изолированы в социальном плане, поддерживают виртуальные контакты с друзьями и семьей; 4) их качество жизни снизилось, и они беспокоятся, что их психическое здоровье пострадает при самоизоляции; 5) они возмущены неадекватной реакцией правительства на пандемию.

Согласно результатам исследования, показатели выраженности симптомов депрессии, тревоги и суицидальных мыслей при пандемии у данной категории испытуемых не отличались от показателей до пандемии.

Ян Грей (Ian Grey) и коллеги (Ливано-американский университет, Ливан) [22] провели исследование, целью которого было изучение влияния получаемой социальной поддержки на вероятность возникновения отклонений в сфере психического здоровья при социальном дистанцировании и самоизоляции в период пандемии COVID-19. В общей сложности в опросе принял участие 2020 человек. Измерительными инструментами являлись: опросник на выявление степени получаемой социальной поддержки, шкала генерализованного тревожного расстройства, опросник здоровья пациента, тест на раздражительность и шкала переживания одиночества.

Респонденты, переживающие чувство одиночества, имели значительно более высокие показатели депрессии и раздражительности по сравнению с теми, кто этого не испытывал. Риск повышенного уровня симптомов депрессии был на 63% ниже у лиц, сообщивших о более высоком уровне социальной поддержки, по сравнению с теми, кто имел низкую воспринимаемую социальную поддержку. Точно так же у людей с высокой социальной поддержкой риск нарушений сна был на 52% ниже, чем у людей с низкой социальной поддержкой. Было обнаружено, что отсутствие социальной поддержки значительно связано с повышенным риском депрессии и нарушениями сна.

В США было проведено изучение факторов, связанных с депрессией, тревогой и симптоматикой ПТСР во время пандемии COVID-19. Авторы предприняли попытку описать клинические последствия пандемии для психического здоровья молодежи в возрасте 18—23 лет [8]. В исследовании приняли участие 898 человек, примерно через месяц после объявления в США чрезвычайного положения из-за COVID-19.

Респонденты продемонстрировали высокий уровень депрессии (43,3% выборки), высокий уровень тревожности (45,4% выборки) и высокий уровень присутствия симптомов ПТСР (31,8% выборки). Перечисленная симптоматика сопровождалась, в большинстве случаев, выраженным чувством одиночества. Респонденты, имевшие высокий уровень социальной поддержки со стороны семьи, проявляли более низкий уровень депрессии и ПТСР.

Итак, по итогам проведенного обзора современных зарубежных исследований депрессивных расстройств в период пандемии COVID-19 можно отметить: результаты первичных исследований свидетельствуют о том, что пандемия COVID-19 и сопутствующие ей социальное дистанцирование, самоизоляция, самоограниче-

ния и нарушение привычного образа жизни сопровождаются ростом проявления депрессии и состояния тревоги.

В то же время, полученные и описанные данные далеко не однозначны, а иногда противоречивы, что влечет за собой необходимость дальнейших исследований.

Литература

1. Пизова Н.В., Пизов А.В. Депрессия и посттравматическое стрессовое расстройство при новой коронавирусной инфекции [Электронный ресурс] // Лечебное дело. 2020. № 1. С. 82—88. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/depressiya-i-posttravmaticheskoe-stressovoe-rasstroystvo-pri-novoy-koronavirusnoy-infektsii> (дата обращения: 20.03.2021).
2. Профессиональное выгорание, симптомы эмоционального неблагополучия и дистресса у медицинских работников во время эпидемии COVID-19 [Электронный ресурс] / С.С. Петриков [и др.] // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Том 28. № 2. С. 8—45. URL: https://psyjournals.ru/mpj/2020/n2/Petrikov_Kholmogorova_et_al.shtml (дата обращения: 20.03.2021).
3. Anxiety and depression symptoms, and lack of emotional support among the general population before and during the COVID-19 pandemic. A prospective national study on prevalence and risk factors / Peter G. van der Velden [et al.] // Journal of Affective Disorders. Elsevier. 2020. Vol. 277. P. 540—548. DOI:10.1016/j.jad.2020.08.026
4. Cindy H.L., Erdei C., Mittal L. Risk factors for depression, anxiety, and PTSD symptoms in perinatal women during the COVID-19 Pandemic // Psychiatry Research. Elsevier. 2021. Vol. 295. Article ID 113552. 7 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113552
5. Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic / C. Lebel [et al.] // Journal of Affective Disorders. Elsevier. 2020. Vol. 277. P. 5—13. DOI:10.1016/j.jad.2020.07.126
6. Evaluation of Depression and Anxiety Levels and Related Factors Among Operating Theater Workers During the Novel Coronavirus (COVID-19) Pandemic / E. Koksal [et al.] // Journal of Peri Anesthesia Nursing. Elsevier. 2020. Vol. 35. № 5. P. 472—477. DOI:10.1016/j.jopan.2020.06.017
7. Experiences of American Older Adults with Pre-existing Depression During the Beginnings of the COVID-19 Pandemic: A Multicity, Mixed-Methods Study / M.E. Hamm [et al.] // The American Journal of Geriatric Psychiatry. Elsevier. 2020. Vol. 28. № 9. P. 924—932. DOI:10.1016/j.jagp.2020.06.013
8. Factors associated with depression, anxiety, and PTSD symptomatology during the COVID-19 pandemic: Clinical implications for U.S. young adult mental health / C.H. Liu [et al.] // Psychiatry Research. 2020. Vol. 290. Article ID 113172. 7 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113172
9. Fernández-Abascal E.G., Martín-Díaz M.D. Longitudinal study on affect, psychological well-being, depression, mental and physical health, prior to and during the COVID-19 pandemic in Spain // Personality and Individual Differences. Elsevier. 2021. Vol. 172. 10 p. DOI:10.1016/j.paid.2020.110591
10. Impacts of COVID-19 pandemic period on depression, anxiety and stress levels of the healthcare employees in Turkey / D. Tengilimoğlu [et al.] // Legal Medicine. 2021. Vol. 48. Article ID 101811. 9 p. DOI:10.1016/j.legalmed.2020.101811
11. Levels of resilience, anxiety and depression in nurses working in respiratory clinical areas during the COVID pandemic / N.J. Roberts [et al.] // Respiratory Medicine. 2021. Vol. 176. Article ID 106219. 7 p. DOI:10.1016/j.rmed.2020.106219
12. Lockdown, quarantine measures, and social distancing: Associations with depression, anxiety and distress at the beginning of the COVID-19 pandemic among adults from Germany / C. Benke [et al.] // Psychiatry Research. 2020. Vol. 293. Article ID 113462. 9 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113462
13. Lockdown-related factors associated with the worsening of cardiovascular risk and anxiety or depression during the COVID-19 pandemic / E. Bérard [et al.] // Preventive Medicine Reports. 2021. Vol. 21. Article ID 101300. 3 p. DOI:10.1016/j.pmedr.2020.101300
14. Maqbal M.A., Sinani M.A., Al-Lenjawi B. Prevalence of stress, depression, anxiety and sleep disturbance among nurses during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis // Journal of Psychosomatic Research. 2021. Vol. 141. Article ID 110343. 18 p. DOI:10.1016/j.jpsychores.2020.110343
15. Modeling pandemic depression and anxiety: The mediational role of core beliefs and meaning making / E. Milman [et al.] // Journal of Affective Disorders Reports. 2020. Vol. 2. Article ID 100023. 9 p. DOI:10.1016/j.jadr.2020.100023
16. Prevalence and associated factors of depression, anxiety, and stress among Hubei pediatric nurses during COVID-19 pandemic / R. Zheng [et al.] // Comprehensive Psychiatry. 2021. Vol. 104. Article ID 152217. 8 p. DOI:10.1016/j.comppsy.2020.152217
17. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis / S. Pappa [et al.] // Brain, Behavior, and Immunity. 2020. Vol. 88. P. 901—907. DOI:10.1016/j.bbi.2020.05.026

18. Prevalence of symptoms of depression, anxiety, insomnia, posttraumatic stress disorder, and psychological distress among populations affected by the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis / J.M. Cénat [et al.] // *Psychiatry Research*. 2021. Vol. 295. Article ID 113599. 16 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113599
19. Sharp increase in depression and anxiety among Brazilian adults during the COVID-19 pandemic: findings from the PAMPA cohort / N. Feter [et al.] // *Public Health*. 2021. Vol. 190. P. 101—107. DOI:10.1016/j.puhe.2020.11.013
20. The Prevalence and Predictors of Post-Stroke Depression and Anxiety During COVID-19 Pandemic / M.A. Zakaria [et al.] // *Journal of Stroke and Cerebrovascular Diseases*. 2020. Vol. 29. № 12. Article ID 105315. 7 p. DOI:10.1016/j.jstrokecerebrovasdis.2020.105315
21. The psychological impact of COVID-19 on general practitioners in Piedmont, Italy / L. Castelli [et al.] // *Journal of Affective Disorders*. 2021. Vol. 281. P. 244—246. DOI:10.1016/j.jad.2020.12.008
22. The role of perceived social support on depression and sleep during the COVID-19 pandemic / I. Grey [et al.] // *Psychiatry Research*. 2020. Vol. 293. Article ID 113452. 6 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113452
23. Tsang S., Avery A.R., Duncan G.E. Fear and depression linked to COVID-19 exposure A study of adult twins during the COVID-19 pandemic // *Psychiatry Research*. 2021. Vol. 296. Article ID 113699. 9 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113699
24. Yang F. Coping strategies, cyberbullying behaviors, and depression among Chinese netizens during the COVID-19 pandemic: a web-based nationwide survey // *Journal of Affective Disorders*. 2021. Vol. 281. P. 138—144. DOI:10.1016/j.jad.2020.12.023
25. Younger people are more vulnerable to stress, anxiety and depression during COVID-19 pandemic: A global cross-sectional survey / P. Varma [et al.] // *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*. 2021. Vol. 109. Article ID 110236. 8 p. DOI:10.1016/j.pnpbp.2020.110236

References

1. Pizova N.V., Pizov A.V. Depressiya i posttravmaticheskoe stressovoe rasstroistvo pri novoi koronavirusnoi infektsii [Elektronnyi resurs]. *Lechebnoe delo*, 2020. Vol. 1, pp. 82—88. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/depressiya-i-posttravmaticheskoe-stressovoe-rasstroistvo-pri-novoy-koronavirusnoy-infektsii> (Accessed 20.03.2021).
2. Petrikov S.S. et al. Professional'noe vygoranie, simptomy emotsional'nogo neblagopoluchiya i distressa u meditsinskikh rabotnikov vo vremya epidemii COVID-19 [Elektronnyi resurs]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherap*, 2020. Vol. 28, no. 2, pp. 8—45. URL: https://psyjournals.ru/mpj/2020/n2/Petrikov_Kholmogorova_et_al.shtml (Accessed 20.03.2021).
3. van der Velden P.G. et al. Anxiety and depression symptoms, and lack of emotional support among the general population before and during the COVID-19 pandemic. A prospective national study on prevalence and risk factors. *Journal of Affective Disorders*, 2020. Vol. 277, pp. 540—548. DOI:10.1016/j.jad.2020.08.026
4. Cindy H.L., Erdei C., Mittal L. Risk factors for depression, anxiety, and PTSD symptoms in perinatal women during the COVID-19 Pandemic. *Psychiatry Research*, 2021. Vol. 295, article ID 113552, 7 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113552
5. Lebel C. et al. Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 2020. Vol. 277, pp. 5—13. DOI:10.1016/j.jad.2020.07.126
6. Koksal E. et al. Evaluation of Depression and Anxiety Levels and Related Factors Among Operating Theater Workers During the Novel Coronavirus (COVID-19) Pandemic. *Journal of Peri Anesthesia Nursing*, 2020. Vol. 35, no. 5, pp. 472—477. DOI:10.1016/j.jopan.2020.06.017
7. Hamm M.E. et al. Experiences of American Older Adults with Pre-existing Depression During the Beginnings of the COVID-19 Pandemic: A Multicity, Mixed-Methods Study. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 2020. Vol. 28, no. 9, pp. 924—932. DOI:10.1016/j.jagp.2020.06.013
8. Liu C.H. et al. Factors associated with depression, anxiety, and PTSD symptomatology during the COVID-19 pandemic: Clinical implications for U.S. young adult mental health. *Psychiatry Research*, 2020. Vol. 290, article ID 113172, 7 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113172
9. Fernández-Abascal E.G., Martín-Díaz M.D. Longitudinal study on affect, psychological well-being, depression, mental and physical health, prior to and during the COVID-19 pandemic in Spain. *Personality and Individual Differences*, 2021. Vol. 172, 10 p. DOI:10.1016/j.paid.2020.110591
10. Tengilimoğlu D. et al. Impacts of COVID-19 pandemic period on depression, anxiety and stress levels of the healthcare employees in Turkey. *Legal Medicine*, 2021. Vol. 48, article ID 101811, 9 p. DOI:10.1016/j.legalmed.2020.101811
11. Roberts N.J. et al. Levels of resilience, anxiety and depression in nurses working in respiratory clinical areas during the COVID pandemic. *Respiratory Medicine*, 2021. Vol. 176, article ID 106219, 7 p. DOI:10.1016/j.rmed.2020.106219
12. Benke C. et al. Lockdown, quarantine measures, and social distancing: Associations with depression, anxiety and distress at the beginning of the COVID-19 pandemic among adults from Germany. *Psychiatry Research*, 2020. Vol. 293, article ID 113462, 9 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113462
13. Bérard E. et al. Lockdown-related factors associated with the worsening of cardiovascular risk and anxiety or depression during the COVID-19 pandemic. *Preventive Medicine Reports*, 2021. Vol. 21, article ID 101300, 3 p. DOI:10.1016/j.pmedr.2020.101300

14. Maqbal M.A., Sinani M.A., Al-Lenjawi B. Prevalence of stress, depression, anxiety and sleep disturbance among nurses during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research*, 2021. Vol. 141, article ID 110343, 18 p. DOI:10.1016/j.jpsychores.2020.110343
15. Milman E. et al. Modeling pandemic depression and anxiety: The mediational role of core beliefs and meaning making. *Journal of Affective Disorders Reports*, 2020. Vol. 2, article ID 100023, 9 p. DOI:10.1016/j.jadr.2020.100023
16. Zheng R. et al. Prevalence and associated factors of depression, anxiety, and stress among Hubei pediatric nurses during COVID-19 pandemic. *Comprehensive Psychiatry*, 2021. Vol. 104, article ID 152217, 8 p. DOI:10.1016/j.comppsy.2020.152217
17. Pappa S. et al. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain, Behavior, and Immunity*, 2020. Vol. 88, pp. 901—907. DOI:10.1016/j.bbi.2020.05.026
18. Cénat J.M. et al. Prevalence of symptoms of depression, anxiety, insomnia, posttraumatic stress disorder, and psychological distress among populations affected by the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 2021. Vol. 295, article ID 113599, 16 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113599
19. Feter N. et al. Sharp increase in depression and anxiety among Brazilian adults during the COVID-19 pandemic: findings from the PAMPA cohort. *Public Health*, 2021. Vol. 190, pp. 101—107. DOI:10.1016/j.puhe.2020.11.013
20. Zakaria M.A. et al. The Prevalence and Predictors of Post-Stroke Depression and Anxiety During COVID-19 Pandemic. *Journal of Stroke and Cerebrovascular Diseases*, 2020. Vol. 29, no. 12, article ID 105315, 7 p. DOI:10.1016/j.jstrokecerebrovasdis.2020.105315
21. Castelli L. et al. The psychological impact of COVID-19 on general practitioners in Piedmont, Italy. *Journal of Affective Disorders*, 2021. Vol. 281, pp. 244—246. DOI:10.1016/j.jad.2020.12.008
22. Grey I. et al. The role of perceived social support on depression and sleep during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 2020. Vol. 293, article ID 113452, 6 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113452
23. Tsang S., Avery A.R., Duncan G.E. Fear and depression linked to COVID-19 exposure A study of adult twins during the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research*, 2021. Vol. 296, article ID 113699, 9 p. DOI:10.1016/j.psychres.2020.113699
24. Yang F. Coping strategies, cyberbullying behaviors, and depression among Chinese netizens during the COVID-19 pandemic: a web-based nationwide survey. *Journal of Affective Disorders*, 2021. Vol. 281, pp. 138—144. DOI:10.1016/j.jad.2020.12.023
25. Varma P. et al. Younger people are more vulnerable to stress, anxiety and depression during COVID-19 pandemic: A global cross-sectional survey. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 2021. Vol. 109, article ID 110236, 8 p. DOI:10.1016/j.pnpbp.2020.110236

Информация об авторах

Храмов Евгений Владимирович, кандидат психологических наук, доцент кафедры научных основ экстремальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6619-7326>, e-mail: ev.khramov@gmail.com

Иванов Валерий Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры научных основ экстремальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0520-397X>, e-mail: ivanovvs@mgppu.ru

Information about the authors

Evgeny V. Khramov, PhD in Psychology, Associate Professor of the Chair of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6619-7326>, e-mail: ev.khramov@gmail.com

Valery S. Ivanov, PhD in Pedagogy, Associate Professor of the Chair of Scientific Foundations of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0520-397X>, e-mail: ivanovvs@mgppu.ru

Получена 28.01.2021

Принята в печать 15.03.2021

Received 28.01.2021

Accepted 15.03.2021