**İKLİM DEĞİŞİKLİĞİNİN RUHSAL ETKİLERİ**

Cansu Güler\*

Arş. Gör., Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Psikiyatri Hemşireliği AD.

**Özet**

İklim değişikliği son 60 yılda ölçülebilir hale gelmiş ve insan yaşamına üzerine etkisi de konuşulabilir olmuştur. İklim değişikliğinin hava kirliği, sıcaklık artışı, doğal afet gibi doğrudan sonuçlarının beraberinde tarımsal besin ürünlerde kıtlık, temiz su kaynaklarının azalması, hayvan ve bitki türlerinin zarar görmesi ve neslinin tükenmesi, deniz seviyesindeki ülkelerin sular altında kalması gibi sonuçları her geçen gün, küresel düzeyde insan sağlığını olumsuz etkilemektedir (1). İklim değişikliğinin biyolojik sağlık üzerine etkileri gözle görülebilir olmakla birlikte ruh sağlığı üzerine “sinsi bir şekilde” etkisini gösteren olumsuz sonuçları göz ardı edilemeyecek boyuttadır. Bu derleme araştırmada, ulusal ve uluslararası literatür incelenerek iklim değişikliğinin ruhsal sağlık üzerine etkilerinin orta koyulması hedeflenmiştir. İklim değişikliğinin neden olduğu yetersiz ve sağlıksız beslenme ile birlikte salgın hastalıklara karşı korunmasız hale gelmek, iklim kaynaklı afetlere bağlı kayıplar ve travmalar gibi faktörlerin insan yaşamında oluşturduğu stresin özellikle sosyoekonomik açıdan dezavantajlı gruplarda ruhsal sorunları tetikleyeceği bildirilmektedir (1,2). İklim değişikliğinin doğal afetler ve aşırı hava olaylarından kaynaklı etkileri iklim değişikliğinin akut sonuçlarıyken, iklimdeki uzun süreli değişikliklere bağlı ortaya çıkan etkileri kronik sonuçlarıdır. Akut etkileri arasında temel gereksinimlere ulaşamama, şok ve kayıp, patolojik yas, TSSB, uyum bozuklukları ve buna bağlı uyku sorunları, madde bağımlılığı, depresyon ve kaygı bozuklukları gibi önemli ruh sağlığı sorunları ortaya çıkarken kronik etkileri arasında kuraklığa ve afetlere bağlı zorunlu göçler, aidiyet duygusunun kaybı, uyum sorunları, şiddete eğilim gibi sonuçlar yer almaktadır (1,4) Yapılan araştırmalarda iklim değişikliğinin anksiyete, ekonomik endişeler, karmaşık keder, strese karşı kırılganlık, umutusuzluk, çaresizlik, belirsizlik, suçluluk, sinirlilik, somatik şikayetler, konsantrasyon güçlüğü, uyku sorunları, cinsel işlev bozuklukları, alkol ve madde kullanımı gibi olumsuz duygu ve davranışlara birlikte ve travma sonrası stres bozukluğu, major depresyon, anksiyete bozuklukları ve intihar gibi ruhsal sağlık sorunlarına neden olduğu bildirilmektedir (2,6-8). Engeli, çocuk, kadın, yaşlı veya kronik ruhsal ve/veya fiziksel sağlık sorunları bulunan incinebilir gruplar iklim değişikliğinin olumsuz sonuçlarından daha fazla zarar görmektedir. İklim değişikliğinin getirdiği felaketler sonrasında gerekli sosyal ve tıbbi yardıma ulaşılabilirliğin güçleşmesi ruhsal sağlık sorunlarını tetikleyebileceği belirtilmektedir (3,9). Ruhsal sağlık sorunları nedeniyle bedenin ısı düzenleme yeteneğini etkileyen psikotrop ilaç kullanımının, iklim değişikliğine bağlı sıcaklık artışındaki ölümlerin başlıca nedeni olarak görülmüştür (5). Sonuç olarak iklim değişikliği olarak ruhsal sağlığın sosyoekonomik ve çevresel belirleyicilerini olumsuz etkilemekte ve en ciddi sonuçları dezavantajlı gruplar tarafından hissedilmektedir. Literatürdeki boşluklara yönelik olarak ulusal çapta, iklim değişikliğinin ruhsal sağlık üzerine etkilerini ortaya koyan araştırmalar yapılması önerilmektedir.

**Anahtar kelimeler:** İklim değişikliği, ruh sağlığı, ruhsal bozukluk

**THE MENTAL EFFECTS OF CLIMATE CHANGE**

**Abstract**

Climate change has become measurable in the last 60 years and its impact on human life has also been discussed. Along with the direct consequences of climate change such as air pollution, temperature increase, natural disaster, the consequences such as scarcity of agricultural food products, decrease in clean water resources, damage and extinction of animal and plant species, and flooding of countries at sea level negatively affect human health day by day on a global scale. Although the effects of climate change on biological health are visible, the negative consequences of "insidious" effects on mental health cannot be ignored. In this review, it is aimed to reveal the effects of climate change on mental health by examining the national and international literature. It has been reported that the stress caused by factors such as inadequate and unhealthy nutrition caused by climate change, becoming vulnerable to epidemics, loss and trauma due to climate-related disasters will trigger mental problems, especially in socioeconomically disadvantaged groups (1,2). While the effects of climate change arising from natural disasters and extreme weather events are the acute consequences of climate change, the effects that arise due to long-term changes in the climate are its chronic consequences. While its acute effects include important mental health problems such as inability to reach basic needs, shock and loss, pathological grief, PTSD, adjustment disorders and related sleep problems, substance abuse, depression and anxiety disorders, chronic effects include forced migration due to drought and disasters, problems, tendency to violence, etc. (1,4). Studies have shown that climate change causes negative emotions and behaviours such as anxiety, economic worries, complex grief, vulnerability to stress, hopelessness, helplessness, uncertainty, guilt, irritability, somatic complaints, difficulty concentrating, sleep problems, sexual dysfunctions, alcohol, and substance use. It has been reported to cause mental health problems such as post-traumatic stress disorder, major depression, anxiety disorders and suicide (2,6-8). Vulnerable groups with disabilities, children, women, the elderly, or those with chronic mental and/or physical health problems suffer more from the negative consequences of climate change. It is stated that the difficulty in accessing necessary social and medical assistance after the disasters brought about by climate change may trigger mental health problems (3,9). The use of psychotropic drugs, which affect the body's ability to regulate temperature due to mental health problems, has been seen as the main cause of death in temperature increase due to climate change (5). As a result, as climate change, it negatively affects the socioeconomic and environmental determinants of mental health, and the most serious consequences are felt by disadvantaged groups. To address the gaps in the literature, it is recommended to conduct national studies that reveal the effects of climate change on mental health.

**Keywords:** Climate change, mental health, mental disorders

**References**

1. Aras, B. B., & Demirci, K. (2020). İklim değişikliğinin insan sağliği üzerindeki psikolojik etkileri. *Nazilli İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, *1*(2), 77-94.
2. Berry, H. L., Bowen, K., & Kjellstrom, T. (2010). Climate change and mental health: A causal pathways framework. Int J Public Health, 55(2), 123-132.
3. Charlson, F. (2019). The rise of "Eco-Anxiety": Climate change affects our mental health, too, <https://theconversation.com/the-rise-of-eco-anxiety-climate-change-affects-our-mental-health-too123002>, (21.06.2022).
4. Clayton, S. W. W, Manning, C., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). Mental Health and Our Changing Climate: Impacts, Implications, and Guidance. American Psychological Association, and ecoAmerica, Washington, D.C.
5. Dodgen, D., Donato, D., Kelly, N., La Greca, A., Morganstein, J., Reser, J., Ruzek J., Schweitzer S., Shimamoto M. M., Tart K. T., & Ursano, R. (2016). Mental health and well being. In: The impacts of climate change on human health I. The United States: A Scientific Assessment, 217–246, Washington, D.C.: U.S. Global Change Research Program.
6. Doherty, T. J., & Clayton, S. (2011). The psychological impacts of global climate change. American Psychologist, 66(4), 265–276.
7. Neria, Y., & Shultz J. M. (2012). Mental health effects of hurricane sandy: Characteristics, potential aftermath, and response. JAMA, 308(24), 2571–2572.
8. Qi, X. (2014). Heatwaves linked to an increase in Australian suicide rates, <https://theconversation.com/heatwaves-linked-to-an-increase-in-australian-suicide-rates-23254>, (21.06.2022).
9. Tunstall, S., Tapsell, S., Green, C., Floyd, P., & George, C. (2006). The health effects of flooding: Social research results from England and Wales. J Water Health, 4(3), 365–380.