

## Factsheet: psychologische gevolgen opname in isolatie i.v.m. (verdenking) COVID-19

Hoewel isolatie medisch gezien een noodzakelijke maatregel is, blijkt uit wetenschappelijk onderzoek dat opname in isolatie op korte en lange termijn psychisch een grote impact kan hebben. De geïsoleerde patiënt krijgt te maken met angst voor “het gevreesde virus” en wordt tegelijkertijd qua coping beperkt in de mogelijkheden om spanningen te ontladen.



Dit kan maken dat patiënten sneller ontregeld raken en last kunnen krijgen van bijvoorbeeld: stemmingsklachten, angsten (zoals doodsangst), boosheid/ frustratie (vaak door machteloosheid), gevoelens van controleverlies en afhankelijkheid, gevoelens in de steek gelaten te worden, stigmatisering, eenzaamheid of verveling. Uit onderzoek komt naar voren dat deze klachten forser zijn naar mate de isolatie langer voortduurt.

Bovenbeschreven effecten kunnen ook van invloed zijn op de medische en verpleegkundige zorg voor de betreffende patiënt. Er kan bijvoorbeeld een problematische interactie ontstaan, zoals meer aanklampend gedrag of juist een afwijzende houding. Dit kan de zorg voor de patiënt bemoeilijken en kan de zorgprofessional extra tijd kosten om zorgtaken te volbrengen.

Het is belangrijk om in een vroeg stadium een eventuele ontregeling te signaleren en passende ondersteuning in te schakelen.

Voor meer informatie: Brooks et al. (2020). *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. The Lancet*, 395, 912-920.

### Tips voor zorgprofessionals in de dagelijkse praktijk:

- Wees je bewust van het risico op emotionele ontregeling (vooral bij pre-morbide psychisch kwetsbare patiënten of patiënten met een klein sociaal netwerk).
- Geef voorlichting aan de geïsoleerde patiënt over veelvoorkomende emotionele reacties en normaliseer deze. Wijs patiënten eventueel op de webpagina [www.geldersevallei.nl/omgaanmetspanning](http://www.geldersevallei.nl/omgaanmetspanning)
- Stimuleer dagelijkse activiteit en dagstructuur en ontmoedig (veel) slapen overdag.
- Geef (een gevoel van) controle en autonomie aan de patiënt. Uit onderzoek blijkt dat gevoel van controle een beschermende factor is. Verstrek zoveel mogelijk relevante medische informatie. Laat patiënt waar mogelijk mee beslissen.
- Reageer zo snel mogelijk op alarmen.
- Maak contact. Laat in de sluis je gezicht zien voordat je het masker opzet. Maak indien mogelijk een praatje met de patiënt, wees steunend, stimuleer patiënten zich te uiten (door zo mogelijk met familie/ naasten te bellen/ appen of ervaringen op te schrijven).
- Zorg voor comfort. Beperk geluid in de isolatiekamer, zorg voor een goede kamertemperatuur en een prettige stoel. Sta patiënt toe om persoonlijke bezittingen de isolatiekamer mee in te nemen (boeken, tablet of laptop).
- Betrek zo mogelijk het systeem. Win (telefonisch en met toestemming van patiënt) informatie in bij naasten/familie van de patiënt over wat belangrijk of helpend is voor de patiënt.
- Benadruk regelmatig dat de patiënt door in isolatie te verblijven, anderen beschermt.

