

## **Covid-19: Ne zaman yüz yüze çalışmaya devam etmek uygundur?**

*Türkiye normalleşme sürecine geçiyor ve evde kal durumları esnemeye başlıyor. Yeniden ofisinizi açmadan gözden geçirmeniz gereken bazı faktörler.*

Şehirlerde “evde daha güvenli” ve “evde kal” kuralları kaldırılmaya başlanırken, bazı psikoterapistler yüz yüze hizmet sunmaya geri dönmenin uygun olup olmadığını merak edebilirler. Mümkünse Amerikan Psikoloji Derneği (APA), rutin ayakta tedavi hizmeti veren terapistlerin korona virüs bulaşma riskini azaltmak için mümkün olduğunca online görüşme hizmetlerini kullanmaya devam etmelerini önermektedir. Ancak, bizzat oturumlara başlama zamanı geldiğinde, ofisinizi hasta bakımına açmadan önce bu adımları uygulayabilirsiniz.

### **Yüz yüze görüşmenin gerekli olup olmadığını belirleyin**

Bazı hastalar sizi yüz yüze görmeyi talep edebilir, hatta ısrar edebilir, ancak bu sizi yüz yüze hizmet sunma konusunda profesyonel veya etik olarak zorlamaz. Online terapinin hasta için iyi bir seçenek olup olmadığını belirlemek için şu faktörleri göz önünde bulundurun:

- Hastanın bir online görüşme platformuna erişimi var mı ve onu kullanabiliyor mu?
- Bu devam eden bir tedavi ise, hasta ilerleme kaydediyor mu? Gerileme var mı?
- Tedavide bir sonraki aşama uzaktan devam etmek için uygun mu veya yüz yüze temas gerektiriyor mu?

Dokümantasyon çok önemlidir, özellikle hasta sizi şahsen görmede ısrar ediyorsa ve henüz güvenli olduğuna inanmıyorsanız. Hastaların klinik ilerlemelerini, online görüşmenin yararları hakkındaki tartışmaları, sonraki adımlar için planları ve online terapi yoluyla hizmet sunmanın neden klinik olarak uygun olduğuna inandığının gerekçesini kaydedin (örneğin intihar veya başka bir kriz geçmişi veya göstergesi yoktur).

Psikologların hastaları yüz yüze görmeyi reddedebileceklerini, özellikle de daha yaşlı veya sağlık durumları varsa veya risk faktörleri artmış aile üyeleriyle yaşayabileceklerini unutmayın. Sağlığınızı veya ailenizin, personelinizin veya hastalarınızın sağlığını gereksiz yere tehlikeye atmayın.

### **Fiziksel ve zihinsel sağlık risklerini gözden geçirin**

Sağlık mesleği mensupları olarak, psikologların fiziksel sağlık riskleri ve yüz yüze oturumlar sırasında virüs bulaşma ihtimalinin farkında olmaları gerekir. Hastanın sağlığını ve mesleğinin, sağlık durumunun veya davranışlarının virüsü kapma ve daha sonra yüz yüze bir ziyaret yoluyla yayma riskini artırıp arttırmadığını değerlendirin.

Zihinsel sağlık açısından, hastalarınızın küçük bir alt kümesinin yüz yüze terapiden fayda görüp görmeyeceğini değerlendirin örneğin video konferans yoluyla karşılanamayan, kötüleşen veya akut krizde olanlar, daha yoğun bir bakıma ihtiyaç duyanlar gibi.

## **Yüz yüze görüşmeler için yeni kurallar belirleyin**

Hastaları bizzat görmeye karar verirsiniz, bilgilendirilmiş onam ile uygulamanızı korumak çok önemlidir. APA, halk sağlığı acil durumu sırasında yüz yüze oturumlar için özelleştirilebilir bilgilendirilmiş onam şablonu geliştirmiştir. (Formun İngilizcesi için:

<https://www.apaservices.org/practice/clinic/covid-19-informed-consent>) (Türkçesi için?)

Korona virüse maruz kalma riskini hastalar ile tartışın ve bu riskleri anladıklarını ve yüz yüze görüşme ile devam etmeyi kabul ettiklerini belgeleyin. Fiziksel güvenliğini korumak için açıkça tanımlanmış bir dizi kural eklediğinizden emin olun. Örneğin, hastanın maske takmasını ve el sıkışma veya fiziksel temasta bulunmamasını isteyin.

Hastanın evden ayrılmadan önce ateşini ölçeceğini ve sadece ateş belirtisi yoksa (genellikle 37.5 derece veya altı) tedaviye katılacağını belirtin.

Herhangi bir ateş şüphesi varsa online seansa ihtiyaç duyacağınızı açıkça belirtin. Kuralların hastanın, psikoloğun ve uygulamadaki diğer herkesin güvenliği için olduğunu vurgulamak önemlidir.

Terapistler ayrıca özel risk yönetimi rehberliği için mesleki sorumluluk sigortacılarına danışmalıdır.

## **COVID-19'un ofisinize yayılmasını azaltmak için adımlar atın**

Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi (CDC) ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO), korona virüsün yayılmasını en aza indirmek için kılavuz ilkeler geliştirmiştir. APA, rehberliklerine dayanarak, uygulamanızda aşağıdakiler de dahil olmak üzere önlem almanızı önerir:

- Fiziksel mesafeyi teşvik etmek için bekleme salonuna ve terapi / test odalarına ofis koltukları yerleştirin. Bekleme odasındaki koltukları çıkarmayı, birbirinden uzak konumlandırmayı veya "buraya oturmayın" işaretlerini yerleştirmeyi düşünün.
- Mümkünse, havalandırmayı artırmak için pencereleri açın veya başka adımlar atın.
- Bir maske takın ve hastalarınızdan da aynıısını yapmasını isteyin. Bilmeyebilecek olanlar için ofiste fazladan maske bulundurmalısınız.
- Bekleme odasında çok fazla kişinin olmasını en aza indirmek için randevuları belirli aralıklarla planlayın.
- Hastalardan randevu saatlerinden beş dakika önce ofise gelmelerini isteyin, daha önce değil.
- Ofiste, bekleme odasında ve karşılamada en az %60 alkol içeren el dezenfektanları bulundurun.
- İnsanları ellerini yıkamaya ve yüzlerine dokunmamaya teşvik eden bildirimler asın.
- Hastalara ve ofis personeline ateşi, nefes darlığı veya öksürüğü varsa veya COVID-19 belirtileri gösteren birine maruz kalmışsa evde kalmasını söyleyin.
- Sarılmaktan veya tokalaşmaktan kaçının.
- Kredi kartı, pos cihazı kullanıyorsanız, her kullanımdan sonra sterilize edin. Ödemeyi alan personel eldiven giymelidir.
- COVID-19 ile ilgili ofis politikalarınızı ve hastaları web sitenizde ve ofiste güvende tutma çabalarını yayınlayın.

## Çalışanları koruyan politikalar uygulayın

İşverenlerin, çalışanların hasta olduklarında sizi nasıl bilgilendirmeleri gerektiği de dahil olmak üzere bir krize yanıt vermek için yürürlükte olan politika ve prosedürleri olmalıdır. Çalışanlarınızı ve hastalarınızı korumak için bu işlemleri ofisinizde uygulamayı düşünün:

- Hasta olan çalışanların evde kalması için destekleyin, kısmen daha esnek hastalık izni politikası uygulayarak.
- Çalışanlarınızın eğer mümkünse uzaktan çalışmalarını sağlayın.
- Özellikle yüksek risk faktörleri olan veya hasta ya da yüksek riskli aile üyeleriyle ilgilenen ya da onlarla birlikte yaşayanlar için esnek çalışma programlarını etkinleştirin.
- Çalışanların sandalyeleri ve çalışma alanlarını birbirinden uzaklaştırın ve birbirleriyle temasını en aza indirmek için adımlar atın (mümkünse odaları ayırmak gibi).
- N95 maskeleri veya bez maskeleri gibi uygun kişisel koruma ekipmanı sağlayın.
- Peçete ve çöp kutularını elinizin altında bulundurun.
- Yüksek verimli hava filtreleri takın.
- Bilgisayar klavyelerini veya telefonları paylaşmayın. Paylaşırsa, her kullanımdan sonra sterilize edin.
- Sık sık el yıkamayı teşvik edin ve sabun ve dezenfektanların mevcut olduğundan emin olun.

Özel gereksinimler için bir iş avukatına danışmalısınız.

Ayrıca işletmeler, bilgi ve uygun eylem için devlet, belediyeler ve yerel sağlık görevlileri ile koordine edilmeye teşvik edilmektedir.

*Not:* Yayının tamamı çevrilmemiştir, Türkiye'deki durumlara yönelik olarak kısaltmalar, eklemeler yapılmıştır. Amerika'da kullanılan 'tele-health' sistemi çevirisinde online görüşme/terapi ifadelerine yer verilmiştir.



**AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION**  
SERVICES, INC.

**Kaynak :** <https://www.apaservices.org/practice/news/in-person-services-covid-19>

**Çeviri : Ayna Psikolojik Danışmanlık Merkezi**