

 وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد	 وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد	 دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران گروه سلامت روان، اجتماعی و اعتیاد	 معاونت بهداشت	 جمهوری اسلامی ایران وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
---	---	--	--	--

انگ اجتماعی مرتبط با بیماری کرونا

- انگ زدن یک فرد را از دیگران «متفاوت» می کند. انگ نگرش های منفی و رفتارهای تبعیض آمیز و طرد کننده نسبت به فرد یا گروهی از افراد با "یک ویژگی خاص" است.
- ابتلاء به ویروس جدید کرونا و یا در معرض ابتلاء بودن با انگ اجتماعی قابل توجهی همراه شده است. برای مثال بعضی افراد به اختصاص مراکزی برای درمان این بیماری در محله شان اعتراض کرده اند، بعضی در هنگام صحبت واژه های نامناسبی به کار می بریم، بعضی از ما برخورد نامناسبی با افراد ساکن یک منطقه خاص یا افراد با نشانه های بیماری داریم.
- اما چرا این ویروس می تواند این میزان انگ را ایجاد کند؟ چون ناشناخته است و ما از ناشناخته ها می ترسیم. چون گاهی راحت تر است که ترس از مسری بودن بیماری را به "دیگران" نسبت دهیم. هرچند این میزان از اضطراب، ترس و ابهام در جامعه قابل درک است اما متأسفانه دقیقاً همین عوامل باعث بازتولید کلیشه های زیانبار خواهد شد.

*وجود انگ و انگ زدن چه مشکلی به وجود می آورد؟

- انگ زدن باعث از بین رفتن یکپارچگی جامعه و منزوی شدن گروهی از افراد می شود که همین می تواند، برخلاف تصور عموم، به ضرر کنترل هرچه بهتر شیوع بیماری باشد.
- انگ باعث می شود:
 - افراد بیماری خود را پنهان کنند، دیرتر برای درمان مراجعه کنند و اشتیاق برای انجام رفتارهای بهداشتی و پیشگیرانه را کم می کند.
 - افراد مبتلا به بیماری علاوه بر رنج و نگرانی بیماری، از نظر روانی نیز تحت فشار قرار گیرند.
- انتخاب کلمات نامناسب در رابطه با ویروس کرونا و مبتلایان، در ایجاد احساسات منفی و تولید انگ بسیار اهمیت دارد.

- **به این باید ها و نبایدها در زمان صحبت در مورد کرونا دقت کنیم :**

- ۱- هنگام صحبت از این ویروس و بیماری آن را با منطقه ی خاصی مانند چین ، یا شهر خاصی در کشور نامگذاری نکنیم. از نام علمی آن کووید ۱۹ یا به طور ساده کرونا ویروس استفاده کنیم.
- ۲- به افراد مبتلا نگوییم "کرونایی" یا "قربانیان کرونا". به جای آن بگوییم "افراد مبتلا به کرونا" یا "افرادی که به دلیل کرونا فوت کردند و یا تحت درمان هستند" به جای "موارد مشکوک" بگوییم "آنها که امکان دارد ویروس کرونا داشته باشند"
- ۳- استفاده از عباراتی مانند "پخش کردن ویروس" ، "آلوده کردن" یا "مبتلا کردن دیگران" ، بسیار انگ زاست و در آن نوعی سرزنش نهفته است. بهتر است بگوییم "پخش شدن و انتشار ویروس"
- ۴- افراد سالمند و مبتلایان به بیماری زمینه ای به ویژه در معرض انگ هستند. مراقب افراد سالمند و این بیماران در خانواده و اجتماع باشیم و از آنها حمایت کنیم. برای مثال نگوییم "خوشبختانه فقط افراد سالمند یا دارای بیماری زمینه ای در خطر مرگ و میر هستند" این عبارات برای افراد در معرض خطر ناراحت کننده است.
- ۵- ضمن رعایت توصیه های بهداشتی و آموزش روش های پیشگیری به اطرافیان ، با افراد دارای نشانه های بیماری با خشم و طردکننده برخورد نکنیم. آنها را به استراحت در منزل و پیگیری درمان تشویق کنیم و حالشان را بپرسیم.
- ۶- به افراد بیماری که در خانه مراقبت می شوند ، یادآوری کنیم جدا بودن فرد از دیگران و مجزا بودن وسایل به معنی خشم یا طرد نیست ، بلکه برای مدت کوتاه و برای مراقبت و پیشگیری است.
- ۷- به شایعات یا اخبار در مورد ابتلای دوست و آشنا و همسایه دامن نزنیم. در زمان همه گیری بیماری همه باید مراقب باشیم.

- نقش هر یک از ما در شکستن چرخه ی تولید و بازتولید انگ بسیار مهم و حیاتی است.
- با شنیدن داستان هر یک از افراد مبتلا ، بهبودیافته یا فوت شده ، هویت انسانی افراد را به رسمیت شناخته و آنها را از پشت اعداد و آمارها بیرون بیاوریم.
- فرد مبتلا به ویروس کرونا می تواند اهل هر مکانی باشد ؛ می تواند هر سنی داشته باشد ؛ می تواند علیرغم رعایت تمامی اصول بهداشتی و قرنطینه مبتلا شده باشد ؛ می تواند هر یک از ما یا عزیزان ما باشد.
- افراد مبتلا به ویروس جدید کرونا "دیگرانی جدا از ما" نیستند.
- کلیشه ها را کنار بگذاریم و همدلانه در کنار هم باشیم.