

# Depresí či úzkostí kvůli koronaviru trpí pětina Čechů. Nejvíc mladí lidé

Marie Červenková, Michaela Endrštová  
autori@economia.cz

220  
tisíc

hovorů vyřídila  
koronavirová  
linka 1212  
od počátku  
pandemie.

Simona z Brna, které je jednadvacet, trpí hraniční poruchou osobnosti. Jedním z jejích příznaků je i sociální fobie, úzkostný strach ze sociálního kontaktu. Když byl na jaře vyhlášen nouzový stav, z ulic zmizely davy a Simona měla volno z práce, psychicky jí to pomohlo. „To, že se všechno zavřelo, pro mě bylo určitým osvobozením. Nemusela jsem čelit nástrahám běžného života,“ líčí Simona. Když ale nouzový stav skončil, musela se vrátit do práce a z návratu do běžného režimu dostala těžkou depresi. „Došlo to do fáze, kdy jsem nebyla schopná se ani umýt, zhubla jsem patnáct kilo,“ popsala Simona, která nakonec musela vyhledat odbornou pomoc. Není zdaleka sama. Koronavirus zhoršil duševní zdraví pětina Čechů.

Vůbec nejvíc se do úzkostí nebo depresí v souvislosti s pandemií dostali právě mladí lidé ve věku od 18 do 24 let. Vyplyvá to z nového průzkumu společného pracoviště Centra pro ekonomický výzkum a doktorského studia Univerzity Karlovy a Národohospodářského ústavu Akademie věd ČR (CERGE-EI). Zapojilo se do něj 2500 respondentů, realizovali se od března do června a dotazování probíhalo každé dva týdny.

„Příznaky úzkosti nebo deprese popsalo 36 procent mladých lidí, oproti tomu třináct procent lidí starších 65 let,“ uvedla Jana Cahliková z CERGE-EI. Tato čísla podle ní odpovídají také tomu, co zjistili odborníci ve Spojených státech nebo Velké Británii. „Tam se duševní zdraví mladých v důsledku koronaviru také zhoršilo nejvíce,“ uvedla



Cahliková. Autoři české studie se domnívají, že to je způsobené tím, že mladší generace snáší mnohem hůř vynucenou sociální izolaci, na rozdíl od lidí důchodového věku. „Mladí lidé byli nuceni změnit životní styl, jelikož na nějakou dobu ztratili sociální život. Zároveň je to pro ně poglobálním oteplování další krize, která se jich do budoucna dotýká,“ dodala Cahliková.

Podle předsedy České psychiatrické společnosti Pavla Mohra se během pandemie ale zhoršilo duševní zdraví lidí napříč generacemi. „Za rizikové skupiny považujeme i seniory nebo lidi, kteří jsou v první linii,“ uvedl Mohr.

Lidé s psychickými problémy se během krize mohli obracet i na speciální telefonní linku 1212. Volajícím radili odborníci z řad psychologů či zdravotnických intervencí, které zapojilo ministerstvo

zdravotnictví. Vznik linky iniciovala platforma Covid19CZ, která spojuje technologické firmy a IT nadšence v boji proti epidemii, ve spolupráci s ministerstvem průmyslu a obchodu.

Operátoři 1212 dodnes vyřídili přes dvě stě tisíc hovorů. Linka stále informuje ohledně koronaviru, už ale neposkytuje psychologické poradenství. Čím déle nouzový stav trval, tím se počty hovorů na psychologické lince zvyšovaly. „Operátoři často slyšeli případy lidí, kteří měli úzkosti z toho, že jsou zavřeni doma. Ptali se, jestli je bezpečné vyjít z domu, nevěděli, co mají dělat, jak se zachovat,“ říká jeden ze zakladatelů linky a člen platformy Covid19CZ Jan Kysela. Spousta lidí si podle Kysely jen potřebovala s někým promluvit. „Byli doma sami, z televize na ně šly samé negativní

zprávy, potřebovali proto uklidnit,“ uvedl Kysela.

V červnu se podle zmíněné studie duševní zdraví dotazovaných Čechů sice zlepšilo, výskyt příznaků deprese či úzkosti byl ale v porovnání se stavem před pandemií stále téměř dvojnásobný. Psychický stav mladých lidí se navíc zlepšil jen pomalu: ještě v červnu jich čtvrtina stále trpěla depresí či úzkostí.

Po mladých lidech se duševní zdraví zhoršilo nejvíce ženám, které mají v domácnosti děti, nebo lidem, jimž vypadl příjem. Na zmíněnou linku se proto obraceli lidé i s dotazy týkajícími se jejich ekonomické situace. „Po vyhlášení nouzového stavu lidé řešili, jestli mají jít do práce, jestli poslat dítě do školy, jak si mají ověřit, že se nenakazili. Později se začali ptát spíš na ekonomické záležitosti,

třeba za jakých okolností dosáhnou na ošetřovné nebo na náhradu za nájem pro podnikatele,“ sdělil Kysela.

Linka prý vznikla kvůli tomu, že krizovým linkám 112 a 155 po vypuknutí epidemie hrozilo kvůli přetížení zhroucení. „Zabýváme se vývojem softwaru pro kontaktní centra a řekli jsme si, že bychom mohli pomoci. Během jednoho dne jsme vymysleli, jak by linka měla fungovat,“ popsal Kysela.

Poté co projekt odsouhlasilo ministerstvo průmyslu a obchodu, bylo potřeba najít lidi, kteří by hovory z domova vyřizovali. Nejdříve se zapojili pracovníci ministerstev postupně se začali ozývat dobrovolníci a některé firmy, třeba cestovní kanceláře, nabídly pomoc svých zaměstnanců. Celkově se do provozu postupně zapojilo 800 lidí. Pomáhali třeba i proškolení vězni z vinařické věznice, kteří pracují pro call centrum i mimo krizi.

Za zřízení linky 1212 prý vyjádřili vděk třeba hasiči nebo koordinátoři tísňové linky 112. „V prvním týdnu jsme z krizových linek odklonili kolem dvaceti tisíc hovorů. A jestli někdo nezemřel díky tomu, že se mohl dovolat na krizovou linku 112 nebo 155, mělo to celé smysl,“ dodal Kysela.

V posledních týdnech opět roste počet nakažených a zpřísňují se hygienická opatření, opět tedy začíná narůstat počet volajících. Už dnes se proto zapojené subjekty připravují na podzim, kdy se krizová situace může opět zhoršit.

Také zmíněný psychiatr Mohr očekává, že se do budoucna psychika lidí ještě zhorší – pandemie nekončí, vrací se ve vlnách a je spojená s určitou mírou nejistoty. „Lidé budou muset opět změnit životní styl, nebudou moci cestovat a mohou se potýkat s dalšími finančními problémy,“ dodal Mohr.

**Mladí Češi trpěli nejvíc**  
Během koronaviru ztratili sociální život, vedlo to k depresím a úzkostem.

Foto: HN – Lukáš Bíba