

## **10 октября – Всемирный день психического здоровья**

Отмечается этот день ежегодно, начиная с 1992 года по решению Всемирной федерации психического здоровья при поддержке Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Он был установлен по инициативе Всемирной федерации психического здоровья с целью возникновения интереса к обсуждаемой проблеме и росту популярности долгосрочных мероприятий по охране психического здоровья населения.

Охрана психического здоровья людей всегда была и остается одной из самых актуальных задач, стоящих перед современным обществом. Психические расстройства затрагивают интересы как самих пациентов, их семей и ближайшего окружения, так и общества в целом.

Всемирный День психического здоровья представляет собой возможность привлечь внимание социальных структур общества к проблеме психического здоровья, использовать СМИ в рамках психопросвещения и психопрофилактики, способствовать равным правам и возможностям людей, имеющими психические расстройства.

По данным ВОЗ, 450 млн. людей в мире страдают от психических заболеваний. Каждый второй человек раз в жизни испытывает проблемы с психическим здоровьем. Ежегодно периоды депрессии переживают 121 млн. человек. Пять из десяти наиболее тяжелых болезней по своей природе связаны с психическими расстройствами. Около 23 % всех лет, утраченных в результате инвалидности, обусловлены психическими расстройствами и расстройствами, вызванными употреблением психоактивных веществ; примерно у 20 % детей и подростков в мире имеются психические расстройства или проблемы; более 800 000 человек ежегодно погибают в результате самоубийства, которое является второй по значимости причиной смерти людей в возрасте 15-29 лет. Не исключение – Республика Беларусь и Гродненская область.

Психическое здоровье определяется как состояние благополучия, при котором каждый человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества.

Психическое здоровье и благополучие имеют важнейшее значение для нашей коллективной и индивидуальной способности в качестве разумных существ мыслить, проявлять эмоции, общаться друг с другом, зарабатывать себе на пропитание и получать удовольствие от жизни. Учитывая этот факт, укрепление, защита и восстановление психического здоровья могут восприниматься индивидуумами, сообществами и содружествами во всем мире как действия, имеющие жизненно важное значение.

Психиатрическая служба, непосредственно занимающаяся вопросами психического здоровья, не обособлена, она интегрирована в систему здравоохранения, образования, социальной защиты, внутренних дел и ряд иных ведомств. В настоящее время имеется ряд нормативных документов районного, областного и республиканского уровней, регламентирующих совместную работу по сопровождению детей, инвалидов, недееспособных, профилактике правонарушений, самоубийств.

Эффективно работает служба экстренной психологической помощи «Телефон доверия», организована возможность анонимного консультирования в сети интернет. С высокой эффективностью проводится реабилитация зависимых в УЗ «ГОКЦ «Психиатрия-наркология» с использованием специализированной Минесотской программы, в области организованы кабинеты заместительной терапии метадонотерапией, по инициативе психиатрической службы во всех учреждениях здравоохранения внедрена система мероприятий по профилактике. Все выше перечисленное свидетельствует о продолжающемся развитии психиатрической службы. Для специалистов важно не только непосредственно лечение пациентов, но и формирование благоприятной атмосферы вокруг них, поскольку для людей, испытывающих проблемы во взаимоотношениях с окружающими, принципиально значимым является возможность и, главное, желание общества принять их.

На сегодняшний день актуально и довольно остро стоит проблема употребления СПАЙС и других синтетических наркотиков. В сложных социально-экономических условиях многие начинают справляться с трудностями с помощью алкоголя - а это путь в пропасть. Мировой опыт показывает, что огромное значение в эффективности психиатрической помощи принадлежит психообразованию и психореабилитации.

В контексте национальных усилий по разработке и осуществлению политики в области психического здоровья крайне важно не только защищать и укреплять психическое благополучие граждан, но также решать проблемы, связанные с потребностями лиц с определенными психическими расстройствами.

В течение минувшего десятилетия значительно улучшилось понимание того, что необходимо делать в отношении растущего бремени психических расстройств. Растет объем информации, свидетельствующей о результативности и эффективности с экономической точки зрения важнейших мероприятий по приоритетным психическим расстройствам в странах с различными уровнями экономического развития. К примерам таких действий, которые являются эффективными с экономической точки зрения, выполнимыми и доступными по стоимости, относятся:

- лечение эпилепсии при помощи антиэпилептических лекарственных

средств;

- лечение депрессии с помощью психотерапии и в случае депрессии средней или тяжелой степени антидепрессантами (генериками);
- лечение психозов применявшимися ранее антипсихотическими средствами в сочетании с психосоциальной поддержкой;
- налогообложение алкогольных напитков и ограничение их продажи и рекламы.

Кроме того, существует ряд эффективных мер для предотвращения самоубийств, предотвращения и лечения психических расстройств у детей, предотвращения и лечения деменции, а также лечения расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ.

В рамках Программы действий ВОЗ по ликвидации пробелов в области психического здоровья разработаны основанные на фактических данных руководящие принципы для неспециалистов, с помощью которых они смогут выявлять и вести ряд приоритетных расстройств психического здоровья. Поэтому, важнейшая цель плана действий состоит в том, чтобы укреплять психическое благополучие, предотвращать психические расстройства, обеспечивать медицинскую помощь, ускорять выздоровление, укреплять права человека и снижать смертность, заболеваемость и инвалидность лиц с психическими расстройствами.

Подготовила по материалам  
УЗ «ГОКЦ «Психиатрия-наркология»  
07.10.2016 Ольга Ясюкайт