

Mentalno zdravlje

Šta uzrokuje mentalno oboljenje?

Mentalna oboljenja mogu biti posledica teških, nepredvidivih događaja i poteškoća da se prevaziđu problemi. Faktori koji su udruženi sa prevalencom, početkom i tokom mentalnih poremećaja i poremećaja ponašanja su siromaštvo, pol, starost, konflikti i katastrofe, teške telesne bolesti, porodično i socijalno okruženje, odnosno oni mogu biti biološke, psihološke i socijalne prirode. Način na koji društvo reaguje veoma je bitan za oporavak obolelih osoba.

Ko može da pomogne?

Kada smo uznemireni ili potišteni, požalimo se svojoj porodici ili prijateljima, nekom bliskom nama. Kada problemi postanu izraženiji, savetovanje, nadgledanje i procenjivanje od strane stručnog osoblja neophodno je i poželjno da se odvija u samoj društvenoj zajednici.

Šta jedna aktivna zajednica može da uradi?

Svima nama, članovima jedne zajednice, potrebe su službe koje su dostupne i prijateljski raspoložene prema korisnicima. Svetska zdravstvena organizacija preporučuje otvaranje službi koje će pružiti potrebnu negu u skladu sa potrebama zajednice. Studije širom sveta pokazuju da se ljudi koji imaju probleme sa mentalnim zdravljem bolje oporavljaju ako žive u svojim zajednicama, učestvuju u društvenim dešavanjima i funkcionišu u društvenim odnosima sa porodicom i prijateljima od onih koji su hospitalizovani u psihijatrijskim institucijama.

Šta zdravstveni sistem može?

Postoji mnogo uspešnih i dostupnih načina lečenja mentalnih bolesti: savetovanje, psihoterapija, lekovi, i razni oblici samopomoći. Ukoliko se, uz podršku zajednice, ovi načini lečenja integrišu oni pružaju celokupnu brigu i dostupni su svim članovima zajednice.

Ko radi u službama mentalnog zdravlja?

Službe mentalnog zdravlja treba obezbediti u okviru zajednice, korišćenjem svih raspoloživih kapaciteta. Pošto je poreklo mentalnih oboljenja bio-psiho-socijalno, postoji potreba za timom koji sačinjavaju psihijatri, psiholozi, medicinske sestre i socijalni radnici. Zaštita mentalnog zdravlja u okviru zajednice dovodi do boljeg ishoda lečenja i boljeg kvaliteta života za osobe sa hronicnim mentalnim poremećajima. Lecenje pacijenata u zajednici umesto u psihijatrijskim bolnicama je jeftinije i omogućava poštovanje ljudskih prava. Usluge pružene u okviru zajednice mogu voditi ka ranoj intervenciji i smanjiti stigmu psihijatrijskog lečenja.

Opšte preporuke Svetske zdravstvene organizacije za napredak u oblasti mentalnog zdravlja

Obezbediti lečenje u okviru primarne zdravstvene zaštite. Obezbediti dovoljno psihijatara. Pružiti lečenje u zajednici. Obrazovati stanovništvo. Uključiti zajednicu, porodicu i korisnike. Uspostaviti nacionalnu politiku, programe i zakone. Razvijati stručan kadar. Povezati se sa drugim sektorima. Pratiti mentalno zdravlje u zajednici. Podržati istraživanja.

Izvor: Svetska zdravstvena organizacija „Izveštaj o svetskom zdravlju 2001. Mentalno zdravlje: novo razumevanje, nova nada“; Institut za mentalno zdravlje, Beograd, 2003.