



УЗ «Минский городской клинический центр психиатрии и психотерапии»
Заведующий организационно-методическим отделом
Юргенс Игорь Сергеевич

С 1992 года по инициативе Всемирной Организации Здравоохранения 10 октября каждого года отмечается Всемирный день психического здоровья. Этот день призван привлечь внимание общества к проблемам психического здоровья населения планеты.

Главными целями всемирного дня психического здоровья являются:

- минимизация стигмы, связанной с наличием психического расстройства
- повышение уровня доверия населения к психиатрической службе
- соблюдение прав и законных интересов лиц, страдающих психическими расстройствами

Распространенность психических расстройств составляет около **10%** населения

Каждый **8** человек на планете (**970** миллионов) страдает каким-либо психическим расстройством, причем наиболее распространенными являются тревожные и депрессивные расстройства.

Психические расстройства – вторая (после сердечно – сосудистых заболеваний) по значимости причина бремени болезней. На их долю выпадает 19,5 % всех лет жизни, утраченных в результате инвалидности.

DALYs – годы жизни, утраченные в связи с болезнью и преждевременной смертью

Депрессии – 6.2 % всех DALYs

Болезнь Альцгеймера и другие виды деменции – 1,9% DALYs

Во многих странах 35 – 45% случаев невыхода на работу связано с **проблемами психического здоровья**



Понятие психического здоровья

Психическое здоровье – это состояние психического благополучия, которое позволяет людям справляться со стрессовыми ситуациями в жизни, реализовывать свой потенциал, успешно учиться и работать, а также вносить вклад в жизнь общества.

Психическое здоровье не сводится к отсутствию психических расстройств. Оно представляет собой индивидуальный для каждого человека непрерывный континуум, в рамках которого человек сталкивается с комплексом факторов разной степени сложности и испытывает разный уровень стресса, что приводит к очень разным для каждого индивида потенциальным социальным и клиническим последствиям.



Детерминанты психического здоровья

- Индивидуальные (психологические и биологические факторы, эмоциональные навыки, употребление ПАВ, генетические особенности)
- Социальные (насилие, война, эпидемия...)
- Экономические (бедность, неравенство, безработица..)
- Экологические (опасная зона проживания и пр.)

Периоды жизни человека, связанные с опасностью начала психических расстройств

- Раннее детство → умственная отсталость и аутизм.
- Детство → эпилепсия.
- Юношество → расстройство личности и нарушение пищевого поведения.
- Молодость и ранняя взрослость → шизофрения, панические и обсессивно-компульсивные расстройства, алкоголизм и другие формы зависимостей.
- Середина жизни → расстройства настроения.
- Период старения → болезнь Альцгеймера и различные формы деменции.



Самоубийства – одно из наиболее трагических последствий психических расстройств

Ежегодно добровольно уходят из жизни около **150** тысяч человек.

80 % из них мужчины

В возрастной группе **15 – 35 лет** самоубийства занимают **второе** место после ДТП



Пандемия COVID – 19

затронула все сферы нашей повседневной жизни

- ▶ перемена привычного жизненного стереотипа
- ▶ изоляция и другие противоэпидемические меры
- ▶ утрата близких
- ▶ неизвестность и страх перед новой инфекцией



Факторы риска развития психических заболеваний
или усугубление уже имеющихся расстройств

Деятельность ВОЗ

Все государства – члены ВОЗ приняли обязательство по реализации Комплексного плана действий в области психического здоровья на 2013 - 2030 гг.

Согласно опубликованному докладу ВОЗ о положении дел в области охраны психического здоровья в мире, все страны способны добиться значительных успехов в повышении уровня психического здоровья населения за счет трех главных направлений:

1. повышение ценности психического здоровья в представлении отдельных людей, общества в целом и государственной власти.
2. преобразование физических, социальных и экономических характеристик окружающей среды
3. укрепление системы охраны психического здоровья