ΠΑΓΚΥΠΡΙΟΣ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ ΚΑΙ ΜΑΙΩΝ
CYPRUS NURSES AND MIDWIVES ASSOCIATION

Ταγματάρχου Πουλίου , 1
Διαμ. 101, 1101
Λευκωσία, Τ. Θ. 24015
Κύπρος
Τηλ : + 357 22 771994
Φαξ : +357 22 771989
Email: cy.n.a@cytanet.com.cy
http://www.cyna.org

1, Tagmatarchou Pouliou street
Appart. 101, 1101
Nicosia, P.O. Box 24015
Cyprus
Tel : + 357 22 771994
Fax : + 357 22 771989
Email: cy.n.a@cytanet.com.cy
http://www.cyna.org

ΤΟΜΕΑΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ - ΠΑΣΥΝΜ

Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας 10 Οκτωβρίου 2012

"Κατάθλιψη ένα παγκόσμιο φαινόμενο"

Η Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας θεσπίστηκε, το 1992, με πρωτοβουλία της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας και της Παγκόσμιας Ομοσπονδίας Ψυχικής Υγείας με σκοπό την διαφώτιση και ευαισθητοποίηση του κοινού σε θέματα ψυχικής υγείας. Το φετινό θέμα της Παγκόσμιας Ημέρας Ψυχικής Υγείας, αναφέρεται στην «**Κατάθλιψη: ως Παγκόσμια Κρίση και φαινόμενο**», ένα θέμα που είναι ευρέως συνυφασμένο με την σύγχρονη εποχή της οικονομικής αλλά και κοινωνικής κρίσης που διακατέχει το παγκόσμιο. Σκοπός της φετινής εικοστής Παγκόσμιας Ημέρας Ψυχικής Υγείας είναι να ευαισθητοποιήσει τόσο τις κυβερνήσεις όσο και την κοινωνία γενικότερα, στο θέμα της κατάθλιψης. Μια κατάσταση η οποία επηρεάζει όχι μόνο το άτομα αλλά και ολόκληρη την οικογένεια και το άμεσο περιβάλλον του ατόμου. Είναι σημαντικό να επισημανθεί ότι η κατάθλιψη είναι μια κατάσταση η οποία είναι θεραπεύσιμη αν αναγνωριστεί έγκαιρα. Εκτιμάται δε ότι επηρεάζει γύρω στα 350 εκατομμύρια ανθρώπους όλων των ηλικιών ανεξαρτήτως φύλου.
Η έλλειψη πληροφόρησης και εκπαίδευσης, η προκατάληψη και ο στιγματισμός που είναι απότοκο της άγνοιας και του φόβου, καθώς και η έλλειψη πολιτικής βούλησης και κατανόησης για αποτελεσματική αντιμετώπιση της ψυχικής νόσου, αποτελούν δυσχερείς παράγοντες επηρεασμού της ψυχικής οντότητας με δυσμενή αποτελέσματα στην κοινωνία. Το φετινό μήνυμα αισιοδοξεί να παράσχει πληροφορίες γύρω από την κατάθλιψη ως μια θεραπεύσιμη κατάσταση παρά το γεγονός ότι αποτελεί την τρίτη αιτία αναπηρίας διεθνώς με τη δυσμενή πρόβλεψη ως το 2030 να αποτελεί την πρώτη αιτία αναπηρίας. Είναι γνωστό ότι η καλή ψυχική υγεία συμβάλλει στην κοινωνική και οικονομική ανάπτυξη της κοινωνίας γενικότερα, αφού ένα άτομο με υψηλή αυτοεκτίμηση και επίγνωση των ικανοτήτων του είναι σε θέση να αποτελέσει θετικό αρωγό σε δραστηριότητες κοινής ωφέλειας δεδομένου ότι τομείς της ζωής όπως ο εργασιακός, ο κοινωνικός, ο οικονομικός και άλλοι αλληλεπιδρούν. Άλλωστε η κακή ψυχική κατάσταση υποβαθμίζει την ποιότητα ζωής όλων, αφού συγκαταλέγεται ανάμεσα στους 3 κυριότερους παράγοντες απουσίας από την εργασία, οδηγεί δε σε πρόωρη συνταξιοδότηση, αυξάνοντας έτσι το κόστος φροντίδας. Καταστάσεις όπως η οικονομική κρίση, η ανεργία και η οικονομική ανασφάλεια συμβάλλουν στην αύξηση κρουσμάτων κατάθλιψης και γενικά στην επιδείνωση της ψυχικής υγείας των ατόμων.

Παγκόσμια έρευνα έδειξε ότι 1 στα 20 άτομα βίωσαν καταθλιπτικό επεισόδιο μέσα στη χρονιά που μας πέρασε, με συνοδό αύξηση της απόπειρας αυτοκτονίας. Παρόλο που η κατάθλιψη δεν διαχωρίζει φύλο και ηλικία φαίνεται ότι η συναισθηματική εξουθένωση, απότοκο της κατάθλιψης, είναι 50% αυξημένη ανάμεσα στο γυναικείο πληθυσμό.

Η πρόληψη της κατάθλιψης θεωρείται επιβεβλημένη, με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας να εκδίδει οδηγία προς τις κυβερνήσεις των κρατών για λήψη μέτρων προς την κατεύθυνση αυτή. Η πρόληψη σε όλους τους τομείς κοινότητα, οικογένεια, σχολείο, καθίσταται αναγκαία.

Με βάση τα παραπάνω καθίσταται αυτονόητη η αναγκαιότητα ιεράρχησης των όσων σχετίζονται με την κατάθλιψη και την ψυχική υγεία. Αναπόφευκτα και χωρίς ιδιαίτερη περισυλλογή αφού πολλές επιστημονικές μελέτες αλλά και η ίδια η εμπειρική προσέγγιση της πραγματικότητας μας οδηγούν να δώσουμε έμφαση στην επένδυση στην ψυχική υγεία.

Γεωργία Γεωργίου
Πρόεδρος ΤοΝΨΥ