Negatyvių nuostatų apie psichikos sveikatos sutrikimus mažinimas

Lietuvos psichikos sveikatos rodikliai yra prasti.

12% tiek Lietuvos gyventojų per paskutines dvi savaites jautė **depresijos simptomus.**

Paplitimas didėja su amžiumi: 55-64 m. amžiaus grupėje simptomus jaučia 16%, 65-74 m. - 19%, o virš 75 m. amžiaus grupėje – **trečdalis** apklaustųjų.[1]

[1] Lietuvos statistikos departamentas. 2014 m. Lietuvos gyventojų sveikatos statistinio tyrimo rezultatai.

11 tūkst. **nusikaltimų** **dėl smurto artimoje aplinkoje**

užregistruota 2017 m.[2]

748 **savižudybės** 2017 m.

(didžiausias rodiklis ES šalyse)[3]

1,5 karto tiek daugiau **absoliutaus** **alkoholio** **suvartojama**

Lietuvoje, lyginant su EBPO šalimis (Lietuvoje – daugiausia)[4]

1 iš 3 11-15 metų amžiaus mokinių patiria **patyčias**[5]

70% žmonių **negauna gydymo**[6]

---

[2] Smurtas artimoje aplinkoje. Oficialiosis statistikos portalas;
[3] Higienos instituto Sveikatos informacijos centras. Mirties priežastys 2017.
Iš viso 2017 m. Lietuvoje nusižudė 748 žmonės, arba 26,4/100 tūkst. gyventojų.
[4] OECD. Health risks – Alcohol consumption. https://data.oecd.org/healthrisk/alcohol-consumption.htm. Pavyzdžiui, 2016 m. vienam 15 m. ir vyresniam gyventojui teko 13,2 litro absoliutaus alkoholio, o duomenis pateikusių šalių vidurkis – 8,7 l.
[5] Zaborskis A., Vareikienė I. Patyčių papitimo Lietuvos mokyklose pokytis 1994-2014 metais. Visuomenės sveikata. 2015.2(69), p. 40-46. Psichikos sveikatai rizikingas elgesys paplitęs ne tik tarp suaugusiųjų, bet ir tarp paauglių. Pavyzdžiui, 2014 m. iš 11-15 metų amžiaus mokinių 31,2% berniukų ir 27,7% mergaičių patyrė patyčias. Taip pat, 29,8% berniukų bei 15,3% mergaičių tyčiojosi iš kitų mokinių.
[6] 2 Henderson C., Evans-Lacko S., Thornicroft G. Mental illness stigma, help seeking, and public health programs. Am J Public Health. 2013 May; 103(5): 777–780. Tikrasis psichikos sveikatos sutrikimų paplitimas yra žymiai didesnis nei oficialioji statistika. Nustatyta, jog 70% žmonių, turinčių psichikos sveikatos sutrikimų, yra neidentifikuojami (nesikreipia arba kreipiasi, bet neatpažįstamas sutrikimas) ir dėl to negauna gydymo.

Psichikos sveikatos stigma užkerta kelią gydymuisi ir pasveikimui?

Užsienyje atliktų tyrimų metu paskaičiuota, kad vidutiniškai **1 iš 5** suaugusiųjų **patyrė bent vieną psichikos sveikatos sutrikimą per pastaruosius 12 mėn**., o **1 iš 3 – bent kartą gyvenime**.[7]

Nepaisant to, asmenys, susiduriantys su tokiais sutrikimais, pagalbos dažnai nesikreipia, o besikreipiantieji dažnai nepabaigia rekomenduojamo gydymo. Pavyzdžiui, JAV atlikto tyrimo metu paskaičiuota, kad mažiau nei 40% asmenų su sunkiais psichikos sveikatos sutrikimais gavo pastovią pagalbą.[8]

Nustatyta, kad **vienas pagrindinių faktorių**, lemiančių, kad su sutrikimais susiduriantys asmenys nesikreipia profesionalios pagalbos arba nesigydo sistemingai, **yra visuomenės negatyvios nuostatos apie psichikos sveikatos sutrikimus ir sergančiuosius.**[9]

---

[7] Steel Z, Marnane C, Iranpour C, et al. The global prevalence of common mental disorders: a systematic review and meta-analysis 1980-2013. Int J Epidemiol. 2014;43(2):476–493. doi:10.1093/ije/dyu038. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3997379/

[8] Steel Z, Marnane C, Iranpour C, et al. The global prevalence of common mental disorders: a systematic review and meta-analysis 1980-2013. Int J Epidemiol. 2014;43(2):476–493. doi:10.1093/ije/dyu038

[9] Brian K. Ahmedani, 2011. Mental Health Stigma: Society, Individuals, and the Profession, J Soc Work Values Ethics. 2011 Fall; 8(2): 4-1–4-16. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3248273/

Stigma paplitusi net tarp psichikos sveikatos specialistų

Tokios negatyvios nuostatos yra itin paplitusios – pavyzdžiui, tyrimai rodo, kad didžioji dalis JAV piliečių ir daug Vakarų Europos tautų turi negatyvių nuostatų apie psichikos sveikatos ligas ir sergančiuosius, tokios nuostatos paplitusios net tarp psichikos sveikatos specialistų[10]. **Negatyvios nuostatos prisideda prie sutrikimų turinčių asmenų vengimo, diskriminacijos darbo rinkoje, sergantieji ima negatyviai vertinti ir patys save – krenta pasitikėjimas savo jėgomis, didėja menkos savivertės jausmas.**

[10] Corrigan PW, Watson AC. Understanding the impact of stigma on people with mental illness. World Psychiatry. 2002;1(1):16–20.

Stigmos mastas Lietuvoje

Prasti psichikos sveikatos rodikliai netiesiogiai parodo, kad negatyvios nuostatos paplitusios ir mūsų valstybėje. Deja, šiuo metu stigmos paplitimas ir pobūdis nėra aiškūs, o tai trukdo spręsti psichikos sveikatos problemas ir didinti visuomenės gerovę.

Lietuvos psichikos sveikatos specialistai teigia, kad stigmą stiprina ne tik visuomenėje paplitę stereotipai, bet ir perteklinis medikamentinis gydymas ir hospitalizavimas bei dominuojantis biomedicininio modelio naudojimas gydant psichikos sveikatos sutrikimus. Pacientams neužtikrinamas prieinamumas prie visų pasveikimui ir reabilitacijai reikalingų paslaugų, todėl sergantieji nėra įgalinami.

Lietuvoje galime identifikuoti ir institucinės stigmos apraiškų.

Institucinė stigma

Teisės aktuose įtvirtinti psichikos sveikatos ligų, kurioms egzistuojant neleidžiama užsiimti tam tikra profesine veikla, sąrašai. **Net lengvi psichikos sveikatos sutrikimai gali užkirsti kelią profesinei veiklai.** Pavyzdžiui, depresija susirgęs advokatas[11] ar gydytojas[12] gali būti pripažintas netinkamu tęsti darbą. Panašaus sunkumo sutrikimai taip pat įrašyti į ligų, dėl kurių ribojama teisė vairuoti transporto priemones, sąrašą.[13] Asmuo, per pastaruosius 10 metų turėjęs lengvų ar sunkesnių nuotaikos sutrikimų, yra laikomas netinkamu vidaus tarnybai, susijusiai su tokių funkcijų, kaip asmenų saugojimas, gaisrų gesinimas ar nardymas, vykdymu.[14] Ne visuomet užtikrinamas pacientų konfidencialumas, taip atveriamas kelias profesinei diskriminacijai, didinama gyventojų baimė kalbėti apie sutrikimus ir kreiptis pagalbos.

[11] Dėl Pareiškėjų, advokatų ir advokatų padėjėjų sveikatos būklės reikalavimų ir sveikatos būklės tikrinimo taisyklių patvirtinimo https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.238520?jfwid=tu0odnlit

[12] Dėl ligų, trukdančių verstis bendrosios slaugos praktika, akušerijos praktika ar medicinos praktika, sąrašo patvirtinimo

[13] Dėl profilaktinių sveikatos tikrinimų sveikatos priežiūros įstaigose. https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.102647/MckVkkuYsN

[14] Dėl specializuotosios medicininės ekspertizės organizavimo ir atlikimo tvarkos aprašo patvirtinimo https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/TAR.DB173DAC99C8/asr?fbclid=IwAR2ASxg64iH6nIK45rAblip9y3UlFZ6URtuvUBq1WDRFcVkvCw2ZIVS_DPU