

Baigiamasis žodis -psichikos sveikata

Šiandien tiek pirmojoje sesijoje, tiek šioje nemažai kalbėjome apie tai, kad vidutinė gyvenimo trukmė nuolat ilgėja. Ir, be abejo, tuo galime pagrįstai pasidžiaugti. Tačiau ilgėjanti gyvenimo trukmė yra lydima ir naujų iššūkių.

Senėjimas yra natūralus procesas, bet mūsų visų pareiga padaryti viską, kad mūsų senoliai ir garbaus amžiaus sulauktų kuo sveikesni, orūs ir pilni gyvenimo džiaugsmo.

Tarp senatvės ir ligų (tame tarpe ir psichikos sutrikimų) neturi būti lygybės ženklų.

Visi vieningai pasisakėme, kad psichikos sveikata yra labai svarbus klausimas ir didelis iššūkis, nes:

- Iki trečdaliao žmonių per anksti palieka darbo rinką dėl psichikos ligų.
- Labai svarbi ligų prevencija visose amžiaus grupėse.
- Būtina tobulinti ir plačiau taikyti įvairias gydymo galimybes, ypač dimensijų atveju. Negali būti toleruojama situacija kai net pusė pagyvenusių žmonių dėl psichikos ligų negauna savalaikės ir tinkamos pagalbos. Čia labai svarbus šeimos gydytojų vaidmuo.
- Privalome dirbti destigmatizacijos klausimais.
- Labai svarbi sritis - psichikos sveikata darbo vietose. Turi būti siekiama gerinti darbo aplinką, kuri leistų mažinti stresą ir įtampą darbe
- Pagyvenusių žmonių psichikos sveikatos problemos turi būti sprendžiamos visuose lygiuose : - individualiame, šeimos, bendruomenės.
- Tam būtinos strategijos užtikrinančios sveiką senėjimą.
- Čia labai svarbus tarpsektorinis bendradarbiavimas.
- Būtinos specialios programos nukreiptos bedarbystės mažinimui. Ir čia vėl labai svarbus tarpsektorinis bendradarbiavimas.

- Ekonominės krizės metu psichikos sveikatos rizikos veiksnių tik daugėja, ir tai turėtų mus skatinti ne nustumti psichikos sveikatos problemas į šalį, o atbulai - išnaudoti šią situaciją teigiamiems postūmiams psichikos sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo srityje bei psichikos ligų prevencijos srityje.

Pabaiga

Psichikos sveikata, kaip matome, yra labai plati, daugiaplanė problema.

Šiandien pradėtą diskusiją siūlau nepamiršti ir pasibaigus šiai neformaliai ministrų tarybai, o tęsti ir toliau, kituose susitikimuose, forumuose darbo vizituose. Noriu informuoti, kad š.m. spalio 10-11 dienomis čia, Vilniuje, vyks psichikos sveikatos ekspertų, mokslininkų bei politikos formuotojų pirmininkavimo konferencija „Psichikos sveikata: iššūkiai ir galimybės (MentalHealth: ChallengesandPossibilities). Tikiuosi, kad ši konferencija taip pat bus produktyvi ir jos metu bus pasiūlyta labai konkrečių rekomendacijų tiek sveikatos apsaugos organizatoriams, tiek NVO, tiek ir visai visuomenei.