

Spalio 10-11 d. Vilniuje vyko pirmininkavimo Europos Sąjungos tarybai konferencija „*Psichikos sveikata: iššūkiai ir galimybės*“. Konferencijoje dalyvavo apie 200 dalyvių iš Europos Sąjungos, šalių kandidačių, Europos laisvosios prekybos asociacijos bei Rytų partnerystės šalių. Konferencijos tikslas – skatinti Europos pakto dėl psichikos sveikatos ir gerovės įgyvendinimą bei paraginti skirtingų sričių (sveikatos, socialinių reikalų, švietimo) specialistus, mokslininkus, akademinės visuomenės, nevyriausybinų organizacijų ir valstybinių institucijų atstovus pasidalyti sukaupta patirtimi, aktyvinti bendradarbiavimą bei psichikos sveikatos sutrikimų prevenciją.

Ypatingas dėmesys buvo skiriamas psichikos sveikatos politikos įgyvendinimui atsižvelgiant į socialinius ir ekonominius psichikos sveikatos sutrikimų gydymo ir prevencijos kaštus bei naudą, vykdant veiksmingą psichikos sveikatos sutrikimų prevenciją. Be to, buvo aptariama investavimo į psichikos sveikatą svarba, nes tai glaudžiai susiję su tvariomis sveikatos, socialinėmis ir ekonomikos sistemomis. Taip pat konferencijoje buvo aptariamoms vaikų, jaunų, darbingo amžiaus ir pagyvenusių žmonių psichikos sveikatos, alkoholio vartojimo poveikio, savižudybių rizikos ir depresijų valdymo, stigmatizmo psichikos sveikatos srityje bei žmogaus teisių užtikrinimo įgyvendinimo temos.

Psichikos sveikata – tai geros savijautos pojūtis, emocinė ir dvasinė būseną, kuri leidžia žmogui džiaugtis gyvenimo pilnatve, išgyventi skausmą ir liūdesį. Psichikos sveikata – tai ne vien psichikos ligos ar sutrikimo nebuvimas. Gerą psichikos sveikatą rodo žmonių gebėjimas užmegzti ir palaikyti asmeninius santykius, įveikti sunkumų, išreikšti save tokiais būdais, kurie teikia malonumą pačiam individui ir aplinkiniams, pačiam daryti sprendimus ir už juos atsakyti. Psichikos sveikatai įtakos turi įvairūs veiksniai šeimos gyvenimo, švietimo, darbo, migracijos, gyvenimo sąlygų, gyvenamos aplinkos. Gera psichikos sveikata yra ypatingai svarbi ekonominiam Europos augimui ir socialinei raidai.

Europos Sąjungoje psichikos sveikatos klausimas aptariamas vis garsiau ir pripažįstamas esąs vis svarbesnis. Deja, tačiau beveik 50 milijonų Europos Sąjungos piliečių (tai – beveik 11 proc. gyventojų) turi psichikos sveikatos sutrikimų. Depresija ir savižudybės yra vienos skaudžiausių ir aktualesnių problemų visose Europos Sąjungos šalyse. Psichikos sveikatos sutrikimai, o ypač – savižudybės, kelia nenusakomą skausmą ne tik pačiam asmeniui, bet ir jo šeimai, artimajai aplinkai. Psichikos sveikatos sutrikimai yra dažna neįgalumo priežastis. Atkreiptinas dėmesys, kad vis daug vaikų ir jaunų žmonių turi psichikos sveikatos problemų, dėl kurių jaunuoliai būna nepajėgus dirbti. Būtina atkreipti dėmesį į tai, kaip veikia mokyklos, kokia darbo vietoje sukuriama aplinka ir kaip gyvena atskiros bendruomenės bei koks ryšys juos sieja. Kitas nepaprastai svarbus aspektas – tai egzistuojančios išankstinės nuostatos dėl psichikos sveikatos sutrikimų. Psichikos sutrikimų turintiems žmonėms būtinas visuomenės supratimas ir palaikymas, o tam, pirmiausiai, reikia nugalėti įsišaknijusią diskriminaciją bei stigmą.

Konferencijoje pasisakė ne tik šios srities žymiausi specialistai iš visos Europos (pranešėjai daugiau nei iš 10 Europos šalių), bet ir Europos Komisijos Sveikatos reikalų komisaras Tonio Borg, LR Sveikatos apsaugos ministras Vytenis Povilas Andriukaitis, Europos Komisijos Sveikatos ir vartotojų reikalų generalinio direktorato atstovas Michael Hübel, Pasaulio sveikatos organizacijos Europos regiono Psichikos sveikatos patarėjas dr. Matt Muijen.

Spalio 10 d. minima Pasaulinė psichikos sveikatos diena. Šiais metais ji dedikuota pagyvenusiems žmonėms ir jų psichikos sveikatai. Šia tema konferencijoje „Psichikos sveikata: iššūkiai ir galimybės“ pasisakė Suomijos Nacionalinio sveikatos ir gerovės instituto atstovė Fredrica Nyquist, kuri pristatė Suomijos poziciją dėl sveiko senėjimo.