

## 10 ОКТЯБРЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Охрана психического здоровья входит в число тех областей общественного здравоохранения, которые получают меньше всего внимания. По данным ВОЗ почти 1 миллиард человек в мире страдают психическими расстройствами, ежегодно 3 миллиона человек умирают в результате злоупотребления алкоголем, и каждые 40 секунд один человек кончает жизнь самоубийством. В настоящее время еще одним негативным фактором для психического здоровья населения стала пандемия COVID-19, нарушившая привычную жизнь миллиардов людей в мире.

Самое распространенное психическое заболевание — это депрессия. Депрессия является третьей по значимости причиной бремени болезней среди подростков. По прогнозам ВОЗ, к 2020 году депрессия будет занимать первое место среди заболеваний по длительности нетрудоспособности в году. В настоящее время ей страдают более 300 миллионов человек.

Не менее важной проблемой являются суициды, которые в ряде случаев связаны с депрессией. По данным ВОЗ, более 800 тысяч человек ежегодно погибают в результате самоубийства, которое является второй по значимости причиной смерти людей в возрасте 15-29 лет. Есть данные о том, что на каждого взрослого человека, погибшего в результате самоубийства, приходится более 20 человек, совершивших суицидальные попытки. Психические расстройства и употребление алкоголя причастны ко многим самоубийствам в мире.

Среди традиционно актуальных тем, напрямую связанных с проблемой охраны психического здоровья выделяются:

- в подростковом возрасте проблема смены школы, расставание с родным домом, поступление в университет и устройство на новую работу;
- стресс на работе;
- профессиональное выгорание;
- взаимосвязь работы, семьи и личной жизни;
- физическое и психологическое насилие и притеснение на работе (моббинг, буллинг);
- надежность и безопасность профессиональной деятельности;

В Республике Беларусь уделяется большое внимание сохранению и укреплению психического здоровья граждан. Оказание психиатрической помощи в Республике Беларусь осуществляется сетью организаций здравоохранения на различных уровнях оказания психиатрической помощи (районном, городском, областном, республиканском) в амбулаторных, стационарных условиях, а также в условиях отделений дневного пребывания. Информация о получении такой помощи доступна в средствах массовой информации, сети Интернет и на информационных стендах учреждений здравоохранения. В каждом регионе функционирует телефон доверия для получения экстренной психологической помощи и консультаций по вопросам психического здоровья.