ISSN 1822-735X

Nėra sveikatos be psichikos sveikatos

Valstybinio psichikos sveikatos centro informacinis biuletenis Nr.1 (36) 2015 m. kovo mėn.

VPSC kontaktai:

ADMINISTRACIJA

Tel. 85 267 18 11
el.p.: *info@vpsc.lt*

PSICHIKOS SVEIKATOS SKYRIUS

Tel. 85 249 99 75
el.p.: *rolanda@vpsc.lt*

PRIKLAUSOMYBĖS LIGŲ SKYRIUS

Tel. 85 2675658
el.p.: *aura@vpsc.lt*

SAVIŽUDYBIŲ PREVENCIJOS BIURAS

Tel. 85 249 99 76
el.p.: *vaidotas.markevicius@vpsc.lt*

INFORMACIJOS IR RYŠIŲ SKYRIUS

Tel. 85 249 08 17
el.p.: *janina@vpsc.lt*

Daugiau informacijos galima rasti VPSC interneto puslapyje:

http:/www.vpsc.lt

Nuo 2015 m. savo veiklą pradėjo SAM iniciatyva įkurtas Savižudybių prevencijos biuras

Valstybinio psichikos sveikatos centro sudėtyje esančio biuro veiklos tikslas – nuolat nuosekliai užsiimti savižudybių situacijos analize, rizikos veiksnių nagrinėjimu, informacijos savižudybių prevencijos, intervencijos ir postvencijos klausimais teikimu visoms suinteresuotoms institucijoms.

Pagrindinės biuro funkcijos:

- Rinkti, analizuoti, apibendrinti informaciją apie savižudybes, rizikos veiksnius, teikti ją visuomenei bei suinteresuotoms institucijoms
- Teikti siūlymus savižudybių prevencijos bei postvencijos klausimais, vykdyti epidemiologinius tyrimus, mokymo bei švietiamąją veiklą.

Savižudybių problematika yra daugiaplanė, apimanti pačias įvairiausias gyvenimo sritis, todėl vienas svarbiausių numatytų darbų – susisteminti informaciją apie pagrindinius rizikos veiksnius, jų paplitimą ir paplitimo netolygumus, šiuo metu Lietuvoje vykdomas Sveikatos apsaugos, Socialinės apsaugos ir darbo, Švietimo ir mokslo, Kultūros, Aplinkos, Ūkio ir kitų ministerijų savižudybių tiesioginės ar netiesioginės prevencijos priemones, bendradarbiauti aiškinantis iškylančias problemas.

Viena iš pagrindinių ankstesnių Lietuvos sveikatos programų įgyvendinimo nesėkmių buvo stoka darnaus bendradarbiavimo sprendžiant visuomenės sveikatos klausimus. Lig šiol net tarp specialistų neretai vyrauja požiūris, kad savižudybės yra medicininė (psichiatrijos) problema, bet jeigu labiau įsigilinsime į savižudybės rizikos veiksnius, pamatysime, kad psichikos liga nėra pats didžiausias rizikos veiksnys. Dažnai medikai susiduria jau su pasekmėmis, kai pagalbą reikia teikti bandžiusiam nusižudyti arba jo šeimos, artimos aplinkos nariams.

Todėl įvairių sričių šalies institucijos, sveikatos priežiūros įstaigos, nevyriausybinės organizacijos, mokslo įstaigos turi matyti aiškų vaizdą koks platus yra savižudybių rizikos veiksnių spektras, kokios paslaugos šiuo metu yra teikiamos, ar jos nedubliuoja viena kitos, kur yra spragos ar savižudybių prevencijos nesėkmių priežastys.

Savižudybių prevencija bus veiksminga, jeigu bus vykdoma sistemingai ne vienerius metus, pakankamai finansuojama ir koordinuojama tarp institucijų ir organizacijų.

Valstybinio psichikos sveikatos centro Savižudybių prevencijos biure dirba 5 specialistai: psichologai, psichiatrai, socialiniai darbuotojai, turintys aukštą kvalifikaciją ir didelę patirtį dirbant su aukštos suicidinės rizikos asmenimis.

Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) 2014 m. išleido pirmąją pasaulinę ataskaitą apie savižudybių problemą ir galimus bei veiksmingus prevencijos būdus

Dr. Margaret Chan, generalinė Pasaulio sveikatos organizacijos direktorė, ataskaitos įvade teigia, kad nepaisant visų patiriamų sunkumų, savižudybių galima išvengti. Apžvalgoje šalys yra raginamos ir toliau tęsti jau vykdomas pasiteisinusias programas ir nuolat skirti daug dėmesio visų tipų prevencijai. Laiku parengtos ir tyrimais pagrįstos intervencijos, gydymas ir palaikymas bendruomenėje gali padėti išvengti tiek bandymų nusižudyti, tiek ir pačių savižudybių.

Savižudybių našta nėra „pakeliama“ vien tik sveikatos paslaugų sektoriui – tai kompleksinis ir labai daug gyvenimo sričių apimantis reiškinys. Todėl, norint sėkmingai dirbti šioje srityje, šalys turėtų skatinti tarpžinybinį bendradarbiavimą įvairiais lygmenimis ir siekti kompleksinio įvairių sričių specialistų veiksmų koordinavimo.

Pagrindiniai ataskaitos teiginiai

Savižudybių galima išvengti. Visapusiško įvairių sektorių bendradarbiavimo strategija yra būtina siekiant efektyvios prevencijos.

Mirtį galinčių sukelti priemonių (ginklų, pesticidų, tam tikrų vaistų) prieinamumo ribojimas.

Savižudybių prevencija turi būti sveikatos priežiūros sistemos vienas iš esminių komponentų.

Psichikos sutrikimai ir alkoholio vartojimas prisideda prie savižudybių skaičiaus visame pasaulyje. Todėl ankstyvas diagnozavimas ir ligos valdymas yra lemiantys veiksniai, kad žmonės gautų jiems reikalingą pagalbą.

Bendruomenės vaidina svarbų vaidmenį siekiant išvengti savižudybių. Pažeidžiamiems visuomenės nariams, jos gali suteikti reikalingą paramą krizėje, tolimesnį palaikymą bendruomenėje, kovoti su stigma bei paremti artimųjų savižudybes išgyvenusius šeimos narius.

Ataskaitą (Preventing suicide. A global imperative 2014) skaitykite: *http://www.who.int/mental_health/suicide-prevention/world_report_2014/en/*

Informaciją parengė
Valstybinio psichikos sveikatos centro Savižudybių prevencijos biuras

Aptartos bendradarbiavimo galimybės stiprinant probleminio lošimo prevenciją

Būtina stiprinti azartinių lošimų prevenciją tarp nepilnamečių ir ypač mažesniuose šalies regionuose – tokį prioritetą sprendžiant azartinių lošimų keliamas problemas įvardijo š. m. kovo 19 d. Valstybiniame psichikos sveikatos centre vykusiame pasitarime Lošimų priežiūros tarnybos prie Lietuvos Respublikos finansų ministerijos ir Valstybinio psichikos sveikatos centro specialistai. Pasitarimo metu diskutuota apie azartinių lošimų keliamų problemų mastą ir aktualumą, aptartos bendradarbiavimo galimybės.

Pažymėta, kad, nors besigydančiųjų dėl azartinių lošimų nėra daug, itin neramina didėjantis savanoriško apsisprendimo nelošti prašymų tarp 18-21 m. amžiaus asmenų skaičius. 2014 m. duomenimis tarp visų besikreipusiųjų į Lošimų priežiūros tarnybą nuo 2004 m. (3546) jie sudarė 15 proc. Todėl prevencijos priemones pirmiausia reiktų orientuoti į vaikus ir jų tėvus, jaunimą, kuriems itin trūksta teisingos informacijos apie azartinių lošimų keliamus pavojus. Nutarta nuolat keistis informacija tarp abiejų įstaigų, organizuoti seminarą-diskusiją visuomenės sveikatos, psichikos sveikatos priežiūros specialistams, siekiant aptarti efektyvesnes azartinių lošimų prevencijos galimybes. Pasitarime dalyvavo Lošimų priežiūros tarnybos prie Lietuvos Respublikos finansų ministerijos specialistai: Arnoldas Dilba, Oleg Mackevič, Skirmantė Paukštienė, Tatjana Veromej bei Valstybinio psichikos sveikatos centro Priklausomybės ligų bei Informacijos ir ryšių skyrių specialistai.

Informaciją parengė
Valstybinio psichikos sveikatos centro Priklausomybės ligų skyrius

Leidėjas: Valstybinis psichikos sveikatos centras, Juridinių asmenų registras, kodas 195551645, Parko g. 15, LT-11205, Vilnius, tel. +37052671811, faks. +37052670080, el.paštas: info@vpsc.lt. Tiražas – 100 vnt.