

Ljubljana, 15. maj 2019

V Prekmurju bliže k izboljšanju razumevanja motenj razpoloženj

(sporočilo za javnost z novinarske konference v Murški Soboti 14. 5. 2019)

Murska Sobota – V prostorih Pokrajinske in študijske knjižnice Murska Sobota je v torek, 14. maja, od 11. ure naprej potekala novinarska konferenca programa OMRA, kar je okrajšava za »Z večjo pismenostjo o duševnem zdravju do obvladovanja motenj razpoloženja«. Gre za program, ki ga sofinancira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije, v njem pa sodelujeta Družbenomedicinski inštitut (DMI) ZRC SAZU in Inštitut Karakter. Iz slednjih dveh so na novinarski konferenci nastopile dr. Lilijana Šprah (predstojnica DMI), dr. Mojca Z. Dernovšek (Inštitut Karakter) in dr. Duška Knežević Hočevar (DMI), pridružila pa se jim je tudi prim. mag. Branislava Belović, dr. med. (Območno združenje Murska Sobota in Pomursko društvo za boj proti raku), poznavalka specifik duševnega zdravja v regiji.

Kot je uvodoma povedala dr. Lilijana Šprah, v Sloveniji v zadnjih letih beležimo porast težav v duševnem zdravju: od leta 2014-2017 beležimo 12-odstotno porast; največ v starostni skupini od 45 do 64 let. To se odraža tako v povišanem številu predpisanih zdravil za blaženje teh težav kot tudi v vse več bolniških odsotnostih, katerih vzrok so težave v duševnem zdravju. Namen programa OMRA je, da bi ljudje te težave hitreje prepoznali in se tudi pravočasno odločili poiskati pomoč, kar bistveno zviša možnosti ozdravitve. Kazalniki v regijah po Sloveniji so še posebej slabi za SV del Slovenije, kjer je bilo izvedenih 20 delavnic z 833 udeleženci. Vendar so jih obiskovali tudi ljudje iz drugih delov Slovenije. V Pomurski regiji je bilo skupno izvedenih osem (vključno s torkovo) delavnic, obiskalo jih je čez 370 ljudi. Odziv na delavnice je bil dober, skladno z obveščeno se je začelo višati tudi število udeležencev na vsaki naslednji delavnici. Kot zanimivost: na delavnicah so med udeleženci prevladovale ženske, starostna struktura pa je bila zelo široka, in sicer od 18 do 76 let.

Delavnice programa OMRA trajajo od jutra do poznega popoldneva, prijavljeni pa lahko (brezplačno) prisluhnejo kratkim predavanjem o stresu, depresiji, anksioznosti, bipolarni motnji in zdravljenju motenj razpoloženja. Zastavljajo lahko tudi vprašanja, in sicer tudi psihiatru (psihoterapevtu) iz lokalnega okolja, ki je vsakič prisoten na delavnici (tokrat je bil to dr. Zlatko Horvat). Med rezultate delavnic v Prekmurju bi lahko šteli boljše prepoznavanje značilnosti motenj razpoloženja in možnosti zdravljenja, in sicer pri anksioznosti za 18,7%, pri depresiji za 13,2% in pri bipolarni motnji za 19,8%.

Zaradi dobrih odzivov in očitnega izboljšanja poznavanja problematike duševnega zdravja si želimo, da bi Ministrstvo za zdravje RS program OMRA podaljšalo, je še povedala dr. Šprah. In ni pozabila poudariti, da program OMRA poleg delavnic ponuja še zelo dobro obiskano spletno izobraževalno platformo o motnjah razpoloženja, kjer so med drugim na voljo tudi informacije o težavah v duševnem zdravju, iskalnik strokovne pomoči, e-učilnice, priročniki za prepoznavo in spoprijemanje z motnjami razpoloženja: vse to na www.omra.si.

Dr. Mojca Z. Dernovšek se je programu OMRA odločila pridružiti, ker si poleg kliničnega dela želi tudi pomagati pri sooblikovanju smernic glede obravnave težav v duševnem zdravju na državni ravni. V letih klinične prakse je spoznala, da je znanje ljudi na tem področju zelo pomanjkljivo. Sodelovala je tudi pri oblikovanju Nacionalnega programa o duševnem zdravju, ki ga je Državni zbor potrdil konec lanskega leta in od katerega si obeta izboljšanja na tem področju, saj program predvideva nekaj pomembnih novosti.

Dr. Branislava Belović je v Murški Soboti delovala kot splošna zdravnica, zaradi dolgoletnega prostovoljnega dela pod okriljem Rdečega križa pa se je z duševnimi stiskami prebivalcev dobro seznanila tudi na terenu. Omenila je, kako so težave z duševnim zdravjem še vedno tabu, medtem ko se ljudje vedno rade volje pohvalijo s preglavicami s srcem ali povišanim holesterolom. Kot strokovnjakinja za javno zdravje je sodelovala tudi pri raziskavah z zdravjem povezanega življenjskega sloga prebivalcev Slovenije (CINDI), v okviru katerega so opravili raziskavo Z

zdravjem povezan življenjski slog romske populacije. Rezultati so bili zelo zanimivi: romska populacija je v anketah izpričala višjo raven doživljanja stresa kot slovenska, najbolj prizadete so bile Romke. Podrobnejši rezultati: pogosto ali vsak dan se pod stresom ali velikim pritiskom počuti 38,1% Romov (medtem ko 30,7% prebivalcev Pomurja). Med moškimi je takšnih 32,7%, med ženskami pa 41,7%. S starostjo odstotek Romov, ki so pogosto ali vsak dan pod stresom, narašča, v najstarejši starostni skupini jih je že 50,0%. Med viri stresa je prevladoval predvsem slab socioekonomski položaj.

Dr. Duška Knežević Hočevar je spregovorila o stigmati – strahu in sramu, ki sploh v malih okoljih preprečuje, da bi ljudje s težavami v duševnem zdravju poiskali pomoč. Sploh v Pomurju je to zelo zaznavno; omenila je še, da so pri spopadanju s stigmo uspešnejše ženske, ki zato večkrat poiščejo strokovno pomoč. To ne pomeni, da so bolj dovzetne za duševne bolezni, temveč le, da so bolj pogumne in poiščejo pomoč, je poudarila dr. Knežević Hočevar. Takšno razmerje med spoloma kaže tudi na to, da tudi v okoljih SV Slovenije očitno še vedno prevladuje tradicionalna podoba moškosti, h kateri ne sodita ne jokanje ne kakršnekoli težave v duševnem zdravju, ki da so znak šibkosti. Takšno prepričanje je zmotno, naj odločitev za pomoč postane simbol pokončnosti in samozavesti, je zaključila zadnja govornica na novinarski konferenci.

