

Budapest, 2013. március 9. - **Átfogó program kidolgozásába kezdett a ma már minden ötödik embert érintő különféle mentális zavarok megelőzésére a Magyar Pszichiátriai Társaság.**

Az egészségügyi tárca megbízásából indult nagyszabású munkába betegszervezetek, különféle civil szerveződések szakértőit is bevonják. Azért irányul most a témára fokozott figyelem, mert a népegészségügyet egyre inkább fenyegetik a pszichés jellegű betegségek. A felgyorsult élet, az eladósodás és egy sor más tényező összehatásaként ugyanis egyre nagyobb a lelki megterhelés. A kialakuló mentális zavarok a betegen túl közvetlen környezetének és az egész társadalomnak is állandó gondot okoznak, az ezekkel járó költségek pedig évente súlyos milliárdokat emésztene fel - mondta Lehóczky Pál pszichiáter, a társaság elnöke az MTI-nek.

Az, hogy a hivatalos szervek felismerték, szükség van egy megelőzési programra, már önmagában örvendetes szemléletváltást jelent, hiszen a mentális eredetű betegségek megítélését évszázadokon át - és gyakran még ma is - előítéletek befolyásolták. Az egészségügyön belül a pénzek elosztásánál a pszichiátria mindezidáig mostohagyerek volt - mutatott rá az orvos-pszichiáter.

A mindennapokban lépten-nyomon szembesülni olyan különféle mentális zavarokkal, amelyek már kezelést igényelnének. Különösen sok a szorongó, depresszióra hajlamos ember - emelte ki Lehóczky Pál, aki szerint a jelenség gyökere a modern életben keresendő. Az emberekre zúduló rengeteg információ eleve feszültséget okoz. Túlélési reflexként igyekszünk szelektálni: lényegében ilyenkor agyunkat a számítógép keresőprogramjához hasonlóan működtetjük, ami csak bizonyos kulcsszavakra reagál. A magyar emberbe - történelmi okokból, a társadalom állapotából adódóan - eleve "betáplált", úgynevezett "tanult reménytelenség" következtében gyakran csak negatív információkat "kérünk le", ami azt a torz képet közvetíti, hogy rossz világban élünk. "E hibás szemléletből táplálkozik az általános rossz közérzet, a panaszok áradata, ami könnyen például depressziót idézhet elő" - magyarázta Lehóczky Pál.

A mentális egészség megőrzését elősegítő, készülő program nem csupán az egészségügy számára javasol megoldásokat, hanem olyan más területeket is érint, mint az oktatás, a szociális ellátás, a foglalkoztatás. A koncepcióban például szerepel majd az a javaslat, hogy a fitnesscentrumokban a test mellett a lélek megerősítésére is lehetőség legyen különféle személyiségfejlesztő foglalkozások keretében.

Az átfogó koncepciót elkészülte után a politikai döntéshozók kapják majd meg, hogy a törvényalkotásnál minél körültekintőbben mérlegelhessenek. Egy európai uniós felmérés szerint ugyanis például a munkanélküli segély akár egy százalékos csökkentése az öngyilkosságok számának megugrását vonja magával - magyarázta Lehóczky Pál.

A mai világban uralkodó bizonytalanság, a kiszámíthatatlan jövőtől való félelem leküzdésére a társas kapcsolatoknak, főként a családnak kiemelt jelentősége van. A tapasztalat szerint például az egyedülálló idős emberek a nyugdíjnál is fontosabbnak tartják a közösséget. Ezért a program kitér az idősgondozás kérdéseire is, ami az életminőség javításához adhat további szempontokat - hangsúlyozta Lehóczky Pál.