

Zarząd Główny Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego

Pozytywny manifest Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego — zmiana postaw wobec osób cierpiących na choroby psychiczne to nasza wspólna odpowiedzialność

Aż 23% Polaków cierpi na przynajmniej jedno zaburzenie psychiczne. Z tego prawdopodobnie ¼ doświadczyła w swoim życiu więcej niż jednej tego typu dolegliwości (Raport z badania „Epidemiologia zaburzeń psychiatrycznych i dostępu do psychiatrycznej opieki zdrowotnej — EZOP Polska”). Choroby psychiczne stają się coraz bardziej powszechnym problemem. Przed nami stoi wyzwanie — zmiana postaw wobec osób z zaburzeniami psychicznymi i zrozumienie, że to nasza wspólna odpowiedzialność, aby osoby te mogły żyć w społeczeństwie. Polskie Towarzystwo Psychiatryczne podkreśla — to od naszych postaw zależy, jak szybko osoby zmagające się z chorobami psychicznymi powrócą do pełnej aktywności i pełnionych do tej pory ról społecznych. Równie ważne jest zrozumienie, że choroba psychiczna, podobnie jak każde inne schorzenie, powinna i może być skutecznie leczona — może ono przynieść ulgę tym, którzy obawiają się skorzystać z pomocy lekarzy psychiatrów.

Dużo wiemy o chorobach psychicznych, znamy ich przyczyny, wiemy, czym się objawiają. Wiedza zazwyczaj idzie w parze z „oswajaniem tematu”, podejmowaniem dialogu. Także jeśli chodzi o różnego rodzaju choroby. „Jeszcze kilka lat temu rak w powszechnym rozumieniu oznaczał dla pacjenta wyrok, także w pewnym sensie społeczny. Dziś nasze postawy wobec chorób nowotworowych i pacjentów onkologicznych uległy zmianie.

Czas, abyśmy dokonali tego w chorobach psychicznych. A wiemy, że potrafimy. Jako Polskie Towarzystwo Psychiatryczne chcemy zainicjować ten proces i przekonać Polaków, że leży to w naszym wspólnym, społecznym interesie” — mówi prof. Agata Szulc, Prezes Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

Po pierwsze — jesteśmy tacy sami, chcemy być aktywni społecznie i zawodowo

Wystąpienie problemów i zaburzeń psychicznych wpływa na stan zdrowia i codzienne życie osoby nimi dotkniętej w każdej sferze — psychologicznej, biologicznej i zdrowia fizycznego. Dlatego ich skuteczne leczenie jest takie ważne — jako równoznacznie z pomocą rozumianą bardzo szeroko — funkcjonowania w rodzinie i społeczności, własnego samopoczucia i satysfakcji z życia, stanu zdrowia fizycznego teraz oraz w przyszłości. Osoby zmagające się z różnego rodzaju zaburzeniami i chorobami psychicznymi, które podjęły leczenie, bardzo często całkowicie normalnie funkcjonują w społeczeństwie i swoim środowisku, mają rodziny, rozwijają się zawodowo, nierzadko pełnią odpowiedzialne funkcje w miejscu pracy. „Choroba psychiczna jest tylko jednym aspektem życia pacjenta, nawet jeśli istotnym, to nie jedynym. Prawdopodobnie nie zdajemy sobie sprawy, że w naszym otoczeniu przebywają osoby z zaburzeniami psychicznymi. Dlaczego? Dlatego, że właściwie leczone, prowadzą takie samo życie jak my” — mówi dr Sławomir Murawiec z Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. W Unii Europejskiej dobry stan zdrowia psychicznego uważa się za ważny nie tylko dla każdego obywatela, ale również dla rozwoju społecznego i wzrostu gospodarczego. Zdrowie to czynnik wpływający na rozwój kraju i dobro-

Adres do korespondencji:
Zarząd Główny PTCHP
Sobieskiego 9, 02–957 Warszawa
e-mail: ptp@psychiatria.org.pl

był nas wszystkich. Poprawa stanu zdrowia psychicznego Polaków wymaga wspólnego wysiłku systemu ochrony zdrowia, samorządu, polityków, pracodawców, organizacji pracowników, organizacji pozarządowych, ośrodków akademickich i mediów, ale także — całego społeczeństwa (*Depresja — analiza kosztów ekonomicznych i społecznych*, red. M. Gałązka-Sobotka, Warszawa 2014).

Po drugie — wspólnie tworzymy środowisko, w którym żyjemy

Liczba osób z zaburzeniami psychicznymi jest bardzo duża. Tylko w 2013 roku lekarze w ramach Podstawowej Opieki Zdrowotnej udzielili porad prawie 500 tysiącom pacjentów z rozpoznaniem depresji zasadniczej (*Depresja...*), a jest to tylko „kropla w morzu potrzeb”. Polskie Towarzystwo Psychiatryczne chce poprzez „Pozytywny manifest” zaszczerpić poczucie wspólnoty, solidarności i jednego celu — budowania społeczeństwa życzliwie nastawionych do siebie osób. „Jesteśmy społeczeństwem, które dzięki temu, że działa razem, może osiągnąć sukces. Musimy zdać sobie sprawę, że to nie tylko od lekarza, ale w dużej mierze także od nas zależy to, jak przebiega terapia osób chorych psychicznie i jak szybko powrócą do pełni aktywności życiowej — do działania ramię w ramię z nami dla wspólnego dobra, między innymi gospodarczego. Oprócz farmakoterapii czy psychoterapii równie ważne jest to, aby pacjent mógł zachować aktywność życiową i pełnić dotychczasowe role społeczne lub jak najszybciej do nich powrócić. Praca dla osób zmagających się z zaburzeniami psychicznymi jest nie tylko źródłem utrzymania, ale także czynnikiem społecznego wsparcia” — mówi dr Sławomir Murawiec.

Po trzecie — nasze słowa mają znaczenie

Zmiana postaw przyświecająca idei „Pozytywnego manifestu” wiąże się nieodłącznie z braniem odpowiedzialności za język, którym mówimy o chorobach psychicznych. Nagłówki artykułów, korzystanie z porównań odnoszących się do chorób psychicznych, łatwość, z jaką opisujemy rzeczywistość, posługując się określeniami medycznymi, jedynie utrwała funkcjonujące w społeczeństwie stereotypy. „Słowa często traktujemy ulotnie. Tymczasem słowo ma ogromne znaczenie. Pozytywne, dobre, wspierające i w końcu prawdziwe — odgrywa kluczową rolę w zmianie naszej postawy wobec chorób psychicznych, a co za tym idzie, w zmianie realiów, w których pacjenci żyją ze swoją chorobą. Zadbajmy o to,

aby mogli bardziej swobodnie uczestniczyć w życiu społecznym, realizować się zawodowo i prywatnie. Zwróćmy uwagę na to, że dzięki postępowi medycyny i farmakoterapii pacjenci zmagający się z chorobami psychicznymi są w stanie normalnie funkcjonować w społeczeństwie. Tworzenie jakichkolwiek barier nie ma racji bytu. Potrzeba wspólnego dialogu i zrozumienia. Największa praca czeka tych, którzy są zdrowi. Należałoby uświadomić sobie, jak często na co dzień spotykamy się z osobami dotkniętymi tego typu schorzeniami, przebywamy z nimi i razem funkcjonujemy w społeczeństwie” — podkreśla dr Sławomir Murawiec.

Jak najbliżej swojego środowiska

Z badań EZOP wynika, że w Polsce może żyć około 6–7,5 mln osób z zaburzeniami psychicznymi. To ogromna liczba osób, które każdego dnia mierzą się nie tylko z własną chorobą, ale także z negatywnymi opiniami na swój temat. W Europie „poszliśmy o krok dalej” w terapii osób z chorobami psychicznymi — większość pacjentów jest w tej chwili leczona ambulatoryjnie. Odchodzimy od hospitalizacji tak, by chory miał realną szansę na funkcjonowanie w środowisku, a przede wszystkim mógł zachować więzi społeczne, które odgrywają ogromną rolę w procesie rekonwalescencji. W rankingu Europejskiego Wskaźnika Integracji Społecznej i Zawodowej Osób z Zaburzeniami Psychicznymi (*Mental Health Integration Index*) Polska znajduje się na 15. z 30. możliwych miejsc. Odzwierciedla to postępową politykę państwa, która została sformułowana w nowym Narodowym Programie Zdrowia Psychicznego, zakładającym między innymi większą integrację osób z zaburzeniami psychicznymi ze społeczeństwem choćby poprzez właśnie zwiększenie opieki środowiskowej i zmniejszenie izolacji pacjentów w zakresie szpitali psychiatrycznych, które powinny pełnić funkcję ostateczną, a nie doraźną (S. Murawiec, *Integracja społeczna i zawodowa osób z zaburzeniami psychicznymi — Polska na tle Europy*, „Psychiatria” 2015; 12(1): s. 9). Europa zmierza w kierunku leczenia środowiskowego. Wyzwaniem jest więc stworzenie takiego środowiska, w którym wszyscy — zarówno my, jak i pacjenci chorzy psychicznie, będziemy mieć komfortowe warunki do wspólnego działania. „Korzyści jest wiele. Wierzmy, że »Pozytywny manifest Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego« to pierwszy krok ku zmianie naszych postaw. Mamy nadzieję, że drugi uczyni każdy z nas” — podsumowuje prof. Agata Szulc.