



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ  
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

**Δελτίο Τύπου**  
**Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας**  
**10 Οκτωβρίου 2023**

Η Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 10 Οκτωβρίου, προκειμένου να ευαισθητοποιήσει την κοινή γνώμη για τα ψυχικά νοσήματα και ασθένειες. Το 1994, η Παγκόσμια Ομοσπονδία Ψυχικής Υγείας και ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (Π.Ο.Υ) θεσμοθέτησαν την 10 Οκτωβρίου ως ημέρα της Ψυχικής Υγείας.

Η ψυχική υγεία δεν είναι μόνο η απουσία της ψυχικής διαταραχής. Ορίζεται ως η κατάσταση της υγείας κατά την οποία ένα άτομο συνειδητοποιεί τις δυνατότητές του, δύναται να αντιμετωπίζει τις δυσκολίες που προκύπτουν από την καθημερινότητα, είναι παραγωγικό και μπορεί να συνεισφέρει στο κοινωνικό σύνολο. Η προστασία και προαγωγή της καλής ψυχικής υγείας αποτελούν σημαντικές προτεραιότητες της παγκόσμιας επιστημονικής κοινότητας, η οποία μελετά στρατηγικές για την ψυχική υγεία.

Τα τελευταία στοιχεία για την ψυχική υγεία προκαλούν ανησυχία καθώς **παρατηρείται αύξηση των αυτοκτονιών, αύξηση των νοσηλειών για ψυχοπαθολογικές νόσους, αλλά και πολλαπλασιασμός των αστέγων.**

Παράλληλα, ο Π.Ο.Υ προειδοποιεί ότι **η απώλεια εργασίας, η οικονομική καταστροφή και η προσφυγιά** είναι μεταξύ των ψυχοπιεστικών γεγονότων που οδηγούν στην αύξηση των εισαγωγών στα ψυχιατρεία σε περιόδους οικονομικής ύφεσης.

Τόσο η διεθνής βιβλιογραφία, όσο και οι επαγγελματίες υγείας, αναγνωρίζουν την σύνδεση μεταξύ της χρήσης ουσιών εξάρτησης και των ψυχικών διαταραχών. Η συννοσηρότητα, ή «διπλή διάγνωση», ορίστηκε το 1995 από τον Π.Ο.Υ ως «η

συνύπαρξη στο ίδιο άτομο μιας διαταραχής οφειλόμενης στη χρήση ψυχοδραστικής ουσίας και μιας άλλης ψυχιατρικής διαταραχής».

Περίπου το 30-50 % των ψυχιατρικών ασθενών στην Ευρώπη έχει παράλληλα διαταραχή χρήσης ουσιών, δηλαδή ουσιοεξάρτηση. Στην Κύπρο, εκτιμάται ότι το 65% των εισαγωγών για διαταραχές που σχετίζονται με την ψύχωση στο νοσοκομείο Αθαλάσσας, είναι παράλληλα χρήστες εξαρτησιογόνων ουσιών. Με βάση αυτά τα στοιχεία, είναι φανερό ότι υπάρχει σημαντική σύνδεση ανάμεσα στην ψυχική υγεία και την ουσιοεξάρτηση. Αυτό δεν σημαίνει ότι είναι πάντοτε εμφανές ποια διάγνωση προηγείται της άλλης.

Τα συμπτώματα της ψυχικής διαταραχής και των προβλημάτων που οφείλονται στην ουσιοεξάρτηση αλληλοεπιδρούν και αλληλοεπηρεάζονται με ποικίλους τρόπους: α) κύρια διάγνωση μιας ψυχικής νόσου, με επακόλουθη διάγνωση κατάχρησης ουσίας που επηρεάζει αρνητικά την ψυχική υγεία, β) κύρια διάγνωση μιας εξάρτησης από ψυχοδραστική ουσία με ψυχιατρικές επιπλοκές που οδηγούν σε ψυχική νόσο γ) ταυτόχρονη διάγνωση κατάχρησης ουσίας και ψυχιατρικών διαταραχών, δ) διπλή διάγνωση κατάχρησης ουσίας και μανιοκατάθλιψης, οι οποίες οφείλονται αμφότερες σε βαθύτερη τραυματική εμπειρία, π.χ. διαταραχή μετατραυματικού στρες. Οι πρόσφατες έρευνες αναφέρουν ότι η πρόγνωση των ψυχιατρικών προβλημάτων επιδεινώνεται στις περιπτώσεις πρώιμης έναρξης της χρήσης και μακροχρόνιας συνεχούς χρήσης ψυχοδραστικών ουσιών.

Η παροχή αποτελεσματικών υπηρεσιών για τα άτομα αυτά, είναι ζωτικής σημασίας λαμβάνοντας υπόψη τη δυσκολία τους να εμπλακούν και να δείξουν συμμόρφωση με τη θεραπεία.

Η ΑΑΕΚ καλεί όλους να ενισχύσουν την προσπάθεια για την περίθαλψη της ψυχικής υγείας, έτσι ώστε το πλήρες φάσμα των αναγκών ψυχικής υγείας να καλύπτεται μέσω ενός υποστηρικτικού δικτύου προσβάσιμων, προσιτών και ποιοτικών υπηρεσιών στα πλαίσια της κοινότητας. Το στίγμα, ειδικότερα των ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ουσιοεξάρτησης, καθώς και οι διακρίσεις εξακολουθούν να αποτελούν εμπόδιο για την κοινωνική ένταξη και την πρόσβαση στη σωστή φροντίδα. Παραμένει σημαντική η συνειδητοποίηση ότι όλοι μας έχουμε σημαντικό ρόλο στην αύξηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με το ποιες προληπτικές παρεμβάσεις ψυχικής υγείας

λειτουργούν, και η Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας είναι μια ευκαιρία να το αδράξουμε τον ρόλο αυτό συλλογικά.

Οραματιζόμαστε έναν κόσμο στον οποίο η ψυχική υγεία εκτιμάται, προωθείται και προστατεύεται. όπου όλοι έχουν ίσες ευκαιρίες να απολαμβάνουν ψυχική υγεία και να ασκούν τα ανθρώπινα δικαιώματά τους, και όπου όλοι μπορούν να έχουν πρόσβαση στην φροντίδα ψυχικής υγείας που χρειάζονται.