



***Световен ден на психичното здраве  
10 октомври  
„Психично здраве за всички“***

Световният ден на психичното здраве се отбелязва за първи път на 10 октомври 1992 година и първоначално стартира като годишна проява на Световната федерация за психично здраве, в която членуват организации и лица от 112 страни от цял свят. Акредитирана е за консултант на ООН и работи в тясно сътрудничество със СЗО, ЮНЕСКО и др.

Целта на Световния ден за психично здраве е да насочи вниманието на обществото към психичните проблеми, да предизвика обществени дискусии, да стимулира изучаването, превенцията и лечението на душевните болести.

Тази година в глобален план Световният ден на психичното здраве ще премине под мотото „Психично здраве за всички“. По статистика на СЗО близо един милиард души по света имат психично разстройство и всеки може да бъде засегнат. Депресията е една от водещите причини за заболявания и увреждания сред подрастващите и възрастните. Един от пет човека развива на различен етап от своя живот психично заболяване. Хората с тежки психични разстройства, като шизофрения, умират 10- 20 години по- рано от общото население.

***Психично здраве във време на пандемия***

Световният ден за психично здраве идва във време, когато ежедневието ни се е променило значително в резултат на пандемията COVID-19. Последните месеци донесоха много предизвикателства за здравните работници и работещите в социалната сфера, трудещи се под постоянната заплаха да занесат COVID-19 у дома; за учениците, които се адаптират към провеждането на уроци от вкъщи; за хората с психични заболявания, мнозина от които изпитват дори по- голяма социална изолация от преди.

COVID-19 засяга тихо и бавно психиката на всеки от нас. Страх, депресия, изолация- все фактори, които могат да доведат до по- тежки психични разстройства.

Очаква се, че необходимостта от психосоциална подкрепа ще се увеличи значително през следващите месеци и години. Инвестициите в програми за психично здраве на национално и международно ниво, които от години страдат от хронично недофинансиране, сега са по- важни от всякога. Ето защо целта на тазгодишната кампания за Световния ден на психичното здраве е увеличените инвестиции в психичното здраве.

Най-уязвими отново са децата и възрастните, затова точно към тях е насочен фокусът в Световния ден на психичното здраве, който ще бъде отбелязан с редица събития, които ще поставят акцент и върху необходимостта от законодателни промени в тази трудна ситуация.

***Голямото събитие за психичното здраве***

На Световния ден на психичното здраве, 10 октомври, Световната здравна организация ще бъде домакин на глобално онлайн събитие в подкрепа на психичното здраве. На това събитие световни лидери и експерти по психично здраве ще се присъединят към генералния директор на СЗО, за да говорят за техния ангажимент към психичното здраве и бъдещите мерки в тази насока. Ще се включат световноизвестни музиканти, спортисти и личности, чийто живот е бил засегнат от психично заболяване, ще споделят своя опит и как са се справили със състояния като депресия и тревожност.

