

A depresszió és az öngyilkosság megelőzése

„A depresszió és az öngyilkosság megelőzése – Valóra váltjuk” címmel két napos európai uniós konferenciát tartottak Budapesten, a Hotel Kempinkiben. 2009 december 10-11-én, A depresszió és az azzal összefüggésben álló öngyilkosság az Európai Unió egyik vezető egészségügyi kihívása, hiszen a depresszió az egyik olyan betegség, ami a legnagyobb gazdasági terhet jelenti a tartós megbetegedések közül.

A depresszió és az öngyilkosságok megelőzése iránti elkötelezettség fontossága, valamint az összes e célra szolgáló eljárásrend és stratégia bevonás a folyamatba volt a kulcsüzenete a Budapesten megrendezésre került konferenciának. Az eseményt az Európai Bizottság és az Egészségügyi Minisztérium a Svéd Elnökség támogatásával és a WHO Európai Irodájával együttműködésben szervezte. A két napos, magas szintű szakmai eseményt a magyar egészségügyi miniszter, **Dr. Székely Tamás** nyitotta meg.

A konferencián áttekintették a depresszió és az öngyilkosságok rizikótényezőit, valamint azokat a lehetséges lépéseket, amelyek képesek csökkenteni a gazdasági krízis okozta rizikónövekedést. Megmutatták, hogy hogyan lehet a depresszió elleni küzdelemben regionális szintű együttműködést kialakítani, illetve hogyan lehet más – nem az egészségügyi szektorból érkező – szereplőkkel együttműködni e kérdésben.

A konferencia második napját olyan témáknak szentelték, mint például a (mentális) egészségügyi ellátás hozzáférhetősége, az eHealth, az internet és a média szerepe, valamint a depresszió és az öngyilkosságok témájával kapcsolatos alapvető ismertek, kutatás fejlesztése.

A depresszió és az azzal összefüggésben álló öngyilkosság az Európai Unió egyik vezető egészségügyi kihívása. Egyes EU tagállamokban az öngyilkossági ráta a világon mért legmagasabbak között van. A depresszió és az öngyilkosság megelőzése egyike a 2008-ban elfogadott Lelki Egészség és Jólét Európai Paktuma öt prioritásának. A paktumot 2008. júniusában mutatták be azért, hogy magas szintű konferenciák sorozatával segítsen rávilágítani a legfontosabb kulcsterületekre.

Az első, 2009. szeptemberében, Stockholmban megtartott esemény témája a „A fiatalok lelki egészsége és lelki egészség az oktatásban” volt, amit másodikként a decemberi budapesti esemény követte. A még hátralévő témák és események:

- Az idősök lelki egészsége – 2010. április (Madrid/Toledo)
- Küzdelem a megbélyegzés és a társadalmi kirekesztés ellen – 2010 második féléve (Lisszabon)
- Lelki egészség a munkahelyi környezetben – 2011 év eleje (Berlin)

A LEGFONTOSABB LÉPÉSEK A DEPRESSZIÓ ÉS AZ ÖNGYILKOSSÁG MEGELŐZÉSÉRE

Az esemény alkalmából a szervezők egy külön dokumentumban foglalták össze a legfontosabb tennivalókat a depresszió és az öngyilkosság minél hatékonyabb megelőzésére. Az összesen 14 feladat 7 témakörbe csoportosítható:

A depresszió és az öngyilkosság megelőzése konkrét elérendő célokat megfogalmazva élvezzen elsőbbséget a döntéshozóknál és politikusoknál, mind az EU-ban, mind helyi szinten.

- A depresszió és az öngyilkosság kiemelten élvezzen elsőbbséget a népegészségügyben és a véleményvezéreknél. Ez olyan stratégiák és akciók – illetve ahol lehetséges konkrét célok – alkalmazásán keresztül érvényesüljön, mint például lelki gondokból eredő öngyilkossági ráta vagy munkahelyi távollétek csökkentése.
- Kerüljenek a helyükre a felhasználókat és más releváns szereplőket tartalmazó tanácsadói struktúra, és váljanak elérhetővé a tervezésben, végrehajtásban történő részvételre.

A gazdasági és pénzügyi válságra válaszul speciális lépéseket kell tenni a depresszió és az öngyilkosság ellen.

- Nőjön azoknak a pszichoszociális gyengeségeknek az ismertsége, melyek sebezhetővé tesznek a válság viszonyosságai iránt (beleértve pl. a túlzott eladósodást, munkanélküliséget). Emelkedjen továbbá azon lehetséges pozitív hatások az ismertsége, ami pozitív irányban befolyásolni tudja a szociális infrastruktúrát.
- Az öngyilkosság lehetséges eszközei hozzáférhetőségének csökkentése.

A lelki egészség közbeszédbe emelése orvosi témák és egészségügyi szakértők segítségével

- Tréningprogramok biztosítása az alapellátásban dolgozók (házi orvosok, ápolónők, stb.) számára azért, hogy kapacitást tudjunk építeni a depressziós betegek megfelelő ellátására, és az öngyilkosság kockázatának csökkentésére. A képzésnek a későbbiekben ki kell terjednie más szakmai célcsoportok, így szakorvosok és nővérek felé is.
- Együttműködési útvonalak létrehozása és akciók szervezése az általános egészségügy és a lelki egészségügy különböző csoportjai között; például szakorvosi felülvizsgálati rendszer vagy pszichoterápiás lehetőségek meghonosításával az alapellátásban.

Más szektorokkal és programokkal történő együttműködés erősítése

- Irányelv kialakítása és alkalmazása a depresszióval összefüggésben lévő komorbiditás csökkentésére.
- A depresszió és az öngyilkosság kockázatával kapcsolatos felvilágosító programok szervezése olyan, egészségügyi szektoron kívüli szereplőkkel, mint a középiskolák, egyetemek, munkahelyek, a szociális szektor, az igazságügyi és büntetés végrehajtási szektor.
- Regionális hálózatok létrehozása a depresszió és az öngyilkosság kockázatának csökkentésére, az Európai Szövetség a Depresszió Ellen elnevezésű kampány (EAAD) mintájára.

Megfelelő egészségügyi ellátás biztosítása depresszióval és öngyilkossági késztetéssel küzdőknek

- Lelki segélyszolgálatok üzemeltetése a 116123-as EU-s infóvonal égisze alatt

Elérhető, megbízható, hiteles információ szolgáltatása a depresszió és az öngyilkosság témakörében, az új média csatornáin és az Interneten keresztül

- Partnerkapcsolati viszony elérése a legnagyobb médiatulajdonos kiadványokkal; olyan guideline-ok elkészítése, és biztosítása a médiapartnerek számára, ami összhangban van a WHO média guideline öngyilkosságról szóló részével.
- Anyanyelvi weboldalak létrehozása, fórumok működtetése és moderálása az elérhető információátadás segítésére.

Minőségi kutatások kezdeményezése, kutatási adatok elérhetővé tétele mellett a depresszióról és az öngyilkosságról

- A depresszió kialakulásának körülményeiről és annak befolyásoló tényezőiről kutatás kezdeményezése az alátámasztott kezelési irányelvek, mérőszámok, szervezeti rendszerek létrejöttének segítésére; sikeres nemzetközi példák átvétele mellett.
- Megbízható, hiteles mentális egészségre vonatkozó adatbázis létrehozásának kezdeményezése a depresszió kezelési irányelvek támogatására; a nemzetközi és európai szintű felmérések implementálása mellett.

További információk:

http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/mental/index_en.htm

http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/mental/mental_health_depression_en.htm

**V. Regionális Egészségügyi Konferencia**

Időpont: 2010. március 25. (csütörtök)

Helyszín: Best Western Hotel Hungaria (1074 Budapest, Rákóczi út 90.)

Larix Kiadó Kft. 1089 Budapest, Kálvária tér 3.

Telefon / fax: 333-2434, 210-2682

ime@imeonline.hu • larix@larix.hu • www.imeonline.hu • www.larix.hu