

Promise.hr

UDRUGE ZA MEDIJSKO PROMICANJE ISTINE

(https://promise.hr/)



INTERVJU: DR. SC. SLAĐANA ŠTRKALJ IVEZIĆ, PSIHIJATAR

'Treba raditi na prevenciji osamljenosti i suzbijati siromaštvo jer su to rizici za mentalne poremećaje' (https://promise.hr/treba-raditi-na-prevenciji-osamljenosti-i-suzbijati-siromastvo-fer-su-to-rizici-za-mentalne-poremecaje/)

OBITELJ (https://promise.hr/category/obitelj/) ZDRAVLJE (https://promise.hr/category/obitelj/zdravlje/)

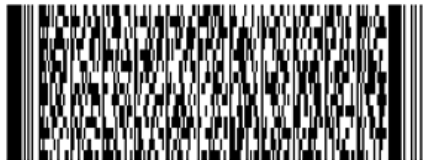
IZDOVJENO (https://promise.hr/category/izdvojeno/) 10. rujna 2024. | Damir Kramarić (http://www.promise.hr)

Like Share 107 people like this. Be the first of your friends.

(https://twitter.com/share?url=https://promise.hr/treba-raditi-na-prevenciji-osamljenosti-i-suzbijati-siromastvo-fer-su-to-rizici-za-mentalne-poremecaje/&text=%E2%80%9BTreba%20raditi%20na%20prevenciji%20osamljenosti-i-suzbijati-siromastvo-fer-su-to-rizici-za-mentalne-poremecaje/)

"Osamljenost je jedan od rizika u svim dobnim skupinama, osobito u starijoj dobi u kojoj imamo najveći postotak suicida. Veliki broj psihijatara još uvijek smatra da psihoterapija nije učinkovita kod pacijenata s psihozom i sličnim poremećajima te da su lijekovi jedino učinkoviti. Moguće je da pri tom zanemaruju standard struke – biopsihosocijalni pristup u razumijevanju bilo kojeg mentalnog poremećaja. Psihijatri su različiti. Neki imaju dodatnu edukaciju iz psihoterapije, a neki su više biološki usmjereni pa manje pozornosti posvećuju komunikaciji, ali to su stvari koje treba mijenjati", ističe ugledna psihijatrica

SKENIRAJ KOD I PODRŽI NAS SVOJOM DONACIJOM



Pokreni svoju mBanking aplikaciju, otvori opciju skeniraj i plati, zatim skeniraj ovaj barkod. Preostaje samo izmijeniti željeni iznos donacije.



(<https://promise.hr/wp-content/uploads/2024/09/strkalj-ivezic-b-slika-scaled.jpg>) Profesorica dr. sc. **Slađana Štrkalj-Ivezić** iz Klinike za psihijatriju Vrapče, jedna je od onih znanstvenica i liječnica koja zagovara promjenu u pristupu mentalnom zdravlju, često ističući "da se ljudi mogu oporaviti od bilo kojeg mentalnog poremećaja i da taj oporavak može biti potpuno oslobođenje od bilo kakvih simptoma, odnosno da ljudi mogu imati simptome kojima dobro vladaju i vode kvalitetan i smislen život"... Dr. Štrkalj Ivezić snažno se, stoga, zalaže za uključivanje osoba s mentalnim poremećajima u svakodnevni život te za destigmatizaciju mentalnih poremećaja. O svemu navedenom razgovarali smo s tom uglednom psihijatricom.

‘Boje se da će biti stigmatizirani’

Koliko je u Republici Hrvatskoj osoba s invaliditetom uslijed psihičkih oboljenja ili poteškoća mentalnog zdravlja?

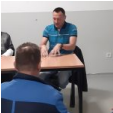
Prema podacima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo od 2023. godine u registru osoba s invaliditetom registrirane su 25.425 zbog invaliditeta povezanih s dijagnozom mentalnog poremećaja što čini 24. 4 posto od ukupnog broja osoba s invaliditetom.

Međutim, može se pretpostaviti da je taj broj značajno veći jer mnogi s dijagnozom mentalnog poremećaja imaju i invaliditet i zbog tjelesnih poteškoća pa se također nalaze u statistici osoba s višestrukim oštećenjima. Broj osoba s invaliditetom zbog mentalnog poremećaja je također puno veći jer mnoge osobe s ovim invaliditetom ne žele biti upisane u registar zbog straha da će zbog toga biti stigmatizirane i diskriminirane.

Mnogi nemaju informacije da registracija u registru može biti korisna primjerice kod zapošljavanja – jer osoba može imati prednost kod zapošljavanja i pravo na prilagodbu radnog mjesta sukladno njenim sposobnostima, a da pri tome ne postoji obaveza poslodavcu iznijeti podatak o vrsti invaliditeta tj. da ima dijagnozu mentalnog poremećaja. Zabrinjavajući je podatak da je unutar ovog broja veliki broj osoba s invaliditetom u radno aktivnoj dobi od 20 do 64 godine života.

Invaliditet na znači nesposobnost za rad

NAJNOVIJE



Šimleša: ‘Potiskivanje ljutnje ili tuge opasnije je za zdravlje od pušenja. I sam nerijetko zaplačem’
(<https://promise.hr/simlesa-potiskivanje-ljutnje-ili-tuge-opasnije-je-za-zdravlje-od-pusenja-i-sam-nerijetko-zaplacem/>) tuge-
opasnije-



‘Djeca ne bi smjela završiti u psihijatrijskoj bolnici, a kod nas su odjeli puni. Znači da sustav nije dobar’
(<https://promise.hr/djeca-ne-bi-smjela-završiti-u-psihijatrijskoj-bolnici-a-kod-nas-su-odjeli-puni-znači-da-sustav-nije-dobar/>) završiti-u-
psihijatrijskoj-



Koliko su emocije važne za naše zdravlje? O tome u Domu kulture Prečko govori Bruno Šimleša
(<https://promise.hr/koliko-su-emocije-važne-za-nase-zdravlje-o-tome-u-domu-kulture-prečko-govori-bruno-simlesa/>) važne-za-
nase-



‘Puno iseljenika nas zove jer su čuli da se nešto dobro pokrenulo; mnogi bi se odmah vratili’
(<https://promise.hr/puno-iseljenika-nas-zove-ker-su-culi-da-se-nejsto-dobro-pokrenulo-mnogi-bi-se-odmah-vratili/>) vratili-
simlesa/



Pobuna urodila plodom: Škole će dobiti dodatne pomoćnike u nastavi – ako ih zatraže
(<https://promise.hr/pobuna-se-urodila-plodom-skole-ce-dobiti-dodatne-pomocnike-u-nastavi-ako-ih-zatraze/>) plodom-

NAJČITANIJE



‘Puno iseljenika nas zove jer su čuli da se nešto dobro pokrenulo; mnogi bi se odmah vratili’



Šimleša: ‘Potiskivanje ljutnje ili tuge opasnije je za zdravlje od pušenja. I sam nerijetko zaplačem’



Pobuna urodila plodom: Škole će dobiti dodatne pomoćnike u nastavi – ako ih zatraže



‘Djeca ne bi smjela završiti u psihijatrijskoj bolnici, a kod nas su odjeli puni. Znači da sustav nije dobar’



Koliko su emocije važne za naše zdravlje? O tome u Domu kulture Prečko govori Bruno Šimleša

Istaknuli ste "da se ljudi mogu oporaviti od bilo kojeg mentalnog poremećaja i da taj oporavak može biti potpuno oslobođenje bilo kakvih simptoma ili da ljudi imaju simptome kojima dobro vladaju i vode kvalitetan i smislen život". Znači li to da su mnoge osobe s poteškoćama mentalnog zdravlja nepotrebno proglašene osobama s invaliditetom, odnosno da su preuranjeno maknute s tržišta rada?

Važno je razumjeti da invaliditet zbog bilo kojeg poremećaja ne znači automatski nesposobnost za posao, kao niti nemogućnost sudjelovanja u društvu u aktivnostima u koje bi osoba željela sudjelovati. Ključno je razumijeti da je prema Konvenciji o pravima osoba s invaliditetom i prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji osoba s invaliditetom je osoba koja ima dugotrajna tjelesna, mentalna, intelektualna ili osjetilna oštećenja, koja u međudjelovanju s različitim preprekama mogu sprječavati njezino puno i učinkovito sudjelovanje u društvu na ravnopravnoj osnovi s drugima.

Odgovornost društva je da prevenira invaliditet putem omogućavanja optimalnog liječenja koje uključuje rehabilitaciju i putem otklanjanja prepreka uključivanju u društvo osoba s invaliditetom kako bi mogli sudjelovati u društvu na ravnopravnoj osnovi s drugima, kao što je to primjerice stigma i/ili nedostatak programa podrške u zajednici. U slučaju mentalnih bolesti, nedostatak programa rehabilitacije koji omogućuju povećanje vještina za samostalni život i oporavak, može biti povezan s povećanjem broja osoba s invaliditetom. S druge strane, kada se osobama s invaliditetom ne omogućavaju različiti tipovi podrške prema njihovim individualnim potrebama, to dovodi do pogoršanja njihovog stanja i isključivanja iz tržišta rada onih osoba koje mogu uz organiziranu podršku ili prilagodbu radnog mjesta raditi i koji žele raditi.

Mnoge osobe s mentalnim poteškoćama bi uz odgovarajući pristup mogle normalno raditi, ali ne rade jer ih društvo na neki način marginalizira?

Invaliditet sam po sebi neće proizvesti hendikep kada društvo otklanja prepreke za socijalno uključivanje osoba s invaliditetom u ovom slučaju onih s dijagnozom mentalnog poremećaja, stoga je odgovor na vaše pitanje potvrđan jer su programi rehabilitacije za osobe s dijagnozom mentalnog poremećaja nerazvijeni uključujući i programe zapošljavanja tih osoba u RH.

Dobra je vijest da Strateški okvir razvoja mentalnog zdravlja do 2030. predviđa razvoj takvih programa, pa tako u skladu sa Strateškim okvirom uz podršku Ministarstva zdravstva u Klinici za psihijatriju Vrapče provodimo program mobilnih rehabilitacijskih timova koji ima za cilj pomoći ljudima u oporavku u njihovoj prirodnoj sredini u zajednici.

Premalo dostupnih psihoterapeuta

Tijekom razgovora u peer grupi 'stručnjaka po iskustvu' udruge 'Ludruga (<https://promise.hr/bio-sam-u-peer-grupi-osoba-s-teskocama-mentalnog-zdravlja-ludruga-odusevila-me-njihova-snaga/>)' čuo sam više svjedočanstava o tome kako psihijatri unutar javnozdravstvenog sustava oboljelima daju uglavnom lijekove, dok dublje razgovore i psihoterapiju zanemaruju. Kao da im je bitno, uslijed žurbe, ili zbog nekog drugog razloga, samo riješiti se oboljeloga. Zbog čega je tako?

Mentalni poremećaji imaju veliku prevalenciju, pa se tako navodi da svaki četvrti stanovnik Zemlje tokom svog života ima najmanje jedan puta neki od poremećaja mentalnog zdravlja. Svi mentalni poremećaji mogu se liječiti različitim metodama koji uključuju lijekove, psihoterapiju i rehabilitaciju i njihovu kombinaciju i to individualno prema potrebama pacijenata.

Koliko je meni poznato, Udruga Ludruga pruža podršku najčešće osobama s dijagnozom psihoze i sličnih poremećaja, pa ako govorimo o ovoj dijagnozi točno je da je u velikom broju slučajeva psihoterapija i druge psihosocijalne metode kao što je to primjerice trening socijalnih vještina i rad s obitelji kod osoba s psihozom zanemarena, najviše zbog toga što, moguće je, veliki broj psihijatar još uvijek smatra da psihoterapija nije učinkovita kod pacijenata s tom dijagnozom, te da su lijekovi jedino učinkoviti. Moguće je da pri tom zanemaruju standard struke – biopsihosocijalni pristup u razumijevanju bilo kojeg mentalnog poremećaja pa tako i psihoze. Međutim, postoje i drugi razlozi kao što je to mali broj dostupnih psihoterapeuta u javnom sektoru, neadekvatna cijena psihoterapije i drugo.

Zanemaruju li neki psihijatri u Hrvatskoj socijalni aspekt i komunikaciju s pacijentom, odnosno jesu li, prema vašem mišljenju, iz nekog razloga previše usmjereni samo na medikamente i na tijelo (mozak) pacijenta?

Mi nikada ne liječimo mentalni poremećaj nego konkretnu osobu s mentalnim poremećajem, a nastanak mentalnog poremećaja, kao i njegovo ponavljanje i poteškoće u oporavku treba promatrati u kontekstu života pacijenata tj. potrebno je sagledati biološke, psihološke i socijalne čimbenike koji pridonose nastanku, ponavljanju ili održavanju poremećaja.

Mozak je organ koji reagira na biološke, psihološke i socijalne čimbenike, neuroplastičan je što znači da se njegovo funkcioniranje može poboljšati lijekovima i psihosocijalnim metodama. Mi nove generacije psihijataru podučavamo o neophodnosti individualne procjene čimbenika koji doprinose nastanku bilo kojeg mentalnog poremećaja kod konkretnog pacijenta kao osobe, psihološkom razumijevanju bez obzira da li će se provoditi psihoterapija i o načinima uspostavljanja terapijskog odnosa koji je jedan od ključnih čimbenika u oporavku pacijenta.

Psihijatri su različiti. Neki imaju dodatnu edukaciju iz psihoterapije, neki su više biološki usmjereni pa manje pozornosti posvećuju komunikaciji, ali to su stvari koje treba mijenjati i primjenjivati standarde struke koji uključuju uspostavljanje dobre komunikacije i terapijskog odnosa i liječenje na temelju informiranog pristanka u kojem je pacijent aktivni sudionik, a plan liječenja se temelji na izboru lijekova, psihoterapije i psihosocijalnih metoda ovisno o individualnim potrebama pacijenta.

Što se tiče socijalnog aspekta on je najviše zanemaren u psihijatrijskog praksi osobito kod onih psihijataru koji i dalje vjeruju da je biološki aspekt bolesti, osobito kod psihoze najznačajniji, ali i zbog nerazvijenosti ili nedostupnosti metoda rehabilitacije i stručnjaka u tom području, te pružanja podrške putem mobilnih timova za one osobe koje trebaju veći broj postupaka, stručnjaka, uključujući i stručnjake prema iskustvu da bi se oporavili.

Važni programi udruga nisu dobro financirani

Sudjelujući u više razgovora u peer grupi 'stručnjaka po iskustvu 'Ludruge' primijetio sam da su ti razgovori nevjerojatno učinkoviti i ljejkoviti, da je ljudima jako važno da mogu s nekim otvoreno govoriti o svojim patnjama i psihičkim traumama, o svojim emocijama... Može li zagovarati novi model, u kojem bi peer radnici postali dio javnozdravstvenog sustava..., doprinijeti boljem mentalnom zdravlju društva, odnosno oporavku mnogih osoba s teškoćama mentalnog zdravlja?

Osobe s iskustvom mentalnog poremećaja mogu putem samopomoći pomagati jednim drugima razgovarajući o svojim iskustvu i načinima kako sebi pomoći, pa se tako ljude treba ohrabrivati da se pridruže grupama samopomoći kada je to za njih prikladno. Nažalost

programi udruga koje provode samopomoć nisu adekvatno financirani pa bi trebalo omogućiti adekvatnije financiranje jer se radi o važnim komplementarnim programima sustavu javnog zdravstva, s druge strane također postoje stručnjaci po iskustvu, s dodatnom edukacijom koji surađuju sa stručnjacima u timu – bilo u bolnici ili u mobilnom timu koji pruža psihijatrijske usluge u zajednici izvan bolnice osobama koji imaju dugotrajnije poteškoće mentalnog zdravlja ili učestalo bolničko liječenje koje za svoj oporavak trebaju dugotrajnu podršku.

Peer stručnjaci su osobito važni za obnavljanje nade u oporavak jer putem svog primjera to mogu pokazati. Model s peer workerima primjenjujemo u Klinici za psihijatriju Vrapče. U sklopu projekta mobilnog rehabilitacijskog tima imamo zaposlenog peer stručnjaka koji je ravnopravni član tima. Imamo dobre rezultate iz kojih je vidljiva važnost peer stručnjaka u oporavku. Očekujemo da će se najdalje slijedeće godine omogućiti ugovaranje ovih timova diljem Hrvatske.

Siromaštvo i mentalno zdravlje

Pokojni Robert Torre tvrdio je (u knjizi 'Ludilo uzvraća udarac') da je siromaštvo najveći čimbenik rizika za nastanak i razvoj psihijatrijskih poremećaja te da je razina psihopatologije veća u društvima s većim socijalnim razlikama između bogatih i siromašnih. U Hrvatskoj iz godine u godinu bilježimo sve veći broj ljudi koji žive u riziku od siromaštva: je li i to razlog sve većeg broja osoba s mentalnim teškoćama? Treba li iskorjenjivati siromaštvo i smanjivati ekstremne razlike između manjine bogatih i mnogo siromašnih (u Hrvatskoj je taj trend sve izraženiji), da bi imali mentalno zdraviju naciju?

Na temelju brojnih istraživanja u svijetu poznato je da je siromaštvo povezano s rizikom za zdravlje uključujući mentalno zdravlje, stoga se predlažu programi borbe protiv siromaštva. Poteškoće s prihodima važnim za svakodnevne potrebe su jedan od rizika za nastanak i održavanje mentalnih poremećaja. Stoga je potrebno pomoći ljudima da mogu ove potrebe financirati bilo putem benefita na koje imaju pravo zbog invalidnosti ili pomoći u zapošljavanju za ljude koji se žele zaposliti.

Uspješni programi za otklanjanje siromaštva bi sigurno bili korisni za smanjivanje rizika za mentalne poremećaje i poboljšanje mentalnog zdravlja. Također, primjena zakona koje Hrvatska ima primjerice Zakon o inkluzivnom dodatku i Zapošljavanju osoba s invaliditetom može značajno pomoći osobama s mentalnim poremećajima da budu socijalno uključeni i time povećaju svoje mentalno zdravlje.

Što još bi valjalo promijeniti u pristupu mentalnom zdravlju u Hrvatskoj?

Ono što bi trebalo promijeniti da bi mentalno zdravlje ljudi koji žive u Hrvatskoj bilo bolje, napisano je u Strateškom okviru razvoja mentalnog zdravlja RH do 2030. kojeg je potrebno implementirati. Mentalno zdravlje nije samo odsustvo mentalnog poremećaja nego je definirano sposobnostima ljudi da se nose sa svakodnevnim stresorima i da vode produktivne živote pridonoseći tako vlastitom zdravlju i zdravlju zajednice, stoga je potrebno primjenjivati programe povećanja mentalnog zdravlja, osobito povećanja otpornosti na stres i konstruktivnih načina rješavanja problema putem niza programa na nivo populacije primjerice u školama, radnim mjestima, poticanja pozitivnog mentalnog zdravlja i prevencije mentalnih poremećaja kao i prevencije ponovnog povrata mentalne bolesti kada se ona pojavi.

Također je potrebno pokrenuti programe za prevenciju osamljenosti jer je ona jedan od rizika za mentalne poremećaje u svim dobnim skupinama, osobito u starijoj dobi u kojoj imamo najveći postotak suicida. Na području liječenja potrebno je primjenjivati individualni pristup procjenom biopsihosocijalnih čimbenika koji pridonose nastanku i održavanju poremećaja i planirati različite postupke koji uključuju lijekove, psihoterapiju i rehabilitaciju.

Nužna borba protiv stigme!

Što to konkretno znači?

Kako bi se to provelo potrebno je učiniti neke promjene u edukaciji i povećati dostupnost psihoterapije te psihosocijalnih metoda u javnozdravstvenom sektoru, poboljšati suradnju s drugim sektorima – kao što su primjerice socijalna skrb, zapošljavanje i udruge u području mentalnog zdravlja, također poboljšati suradnju s obitelji. Treba razvijati svijest da je odgovornost za mentalno zdravlje na cijelom društvu, a ne samo na sektoru zdravstva. Svakako treba provesti program borbe protiv stigme, jer su stavovi najveća prepreka obraćanju za pomoć i socijalnom uključivanju ljudi koje je važno za oporavak.

U tijeku je izrada akcijskih planova za provođenje Strategije. Izrađen je akcijski plan za zaštitu mentalnog zdravlja u zajednici u kojem je predviđen razvoj mobilnih timova i različitih programa rehabilitacije kako bi pomogli osobama s dijagnozom mentalnog poremećaja da se oporave. Izrada drugih akcijskih planova je u tijeku.

Koliko je i danas prisutna stigmatizacije mentalnih poremećaja, odnosno osoba s teškoćama mentalnog zdravlja? Koliko ta stigmatizacija čini štete oboljelima i njihovim obiteljima pa i cijelom društvu? Kako suzbiti stigmatizaciju?

Premda se stigma mentalnog poremećaja značajno smanjila u odnosu na ranije, ipak je i dalje prisutna i predstavlja jednu od glavnih prepreka traženju pomoći, ostanku u liječenju, zapošljavanju i oporavku. Zato je potrebno uvesti programe za prevenciju stigme i njenih negativnih posljedica na nivou populacije i u zdravstvenom sektoru – uključujući psihijatriju gdje je stigma također prisutna. Važno je raditi i sa osobama s dijagnozom mentalnog poremećaja koji se samostigmatiziraju na način da vjeruju da je socijalna stigma točna, odnosno, vjeruju da su zato što imaju dijagnozu – slabe ličnosti. Takve osobe očekuju diskriminaciju i odustaju od svojih ciljeva, što izaziva ozbiljne poteškoće u oporavku.

Programi borbe protiv stigme su poznati, imaju ih sve europske države, rezultati su dobri, stoga ih je također potrebno provesti u Hrvatskoj.

FOTO: Screenshot videosnimke

Tekst je objavljen uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa poticanja novinarske izvrsnosti.

Bio sam u peer grupi osoba s teškoćama mentalnog zdravlja 'Ludruge'; oduševila me njihova snaga (<https://promise.hr/bio-sam-u-peer-grupi-osoba-s-teskocama-mentalnog-zdravlja-ludruge-odusevila-me-njihova-snaga/>)

'Iskustvo patnje koje smo prošli koristimo u procesu oporavka od psihičkih teškoća' (<https://promise.hr/iskustvo-patnje-koje-smo-prosli-koristimo-u-procesu-oporavka-od-psihičkih-teskoca/>)

0 comments | [Moderation Tool](#)

Sort by Oldest

Add a comment...

[Facebook Comments Plugin](#)

Smanjuje tinitus do 0 dB

Ovo je vaša prilika da poboljšate svoj sluh. Bez redovno
besplatno

recoveries-energy.com

Priklad

0 comments | [Moderation Tool](#)

Sort by Oldest



Add a comment...

Facebook Comments Plugin



Ludruga 2 (<https://promise.hr/tag/ludruga/>) osamljenost 1 (<https://promise.hr/tag/osamljenost/>)

biopsihosocijalni pristup 1 (<https://promise.hr/tag/biopsihosocijalni-pristup/>)

mozak 1 (<https://promise.hr/tag/mozak/>) Robert Torre 1 (<https://promise.hr/tag/robert-torre/>)

Slađana Štrkalj Ivezić 1 (<https://promise.hr/tag/sladana-strkalj-ivezic/>)

psihijatrica 1 (<https://promise.hr/tag/psihijatrica/>)

Klinika za psihijatriju Vrapče 1 (<https://promise.hr/tag/klinika-za-psihijatriju-vrapce/>)

peer grupe 5 (<https://promise.hr/tag/peer-grupe/>) stigma 6 (<https://promise.hr/tag/stigma/>)

mentalno zdravlje 4 (<https://promise.hr/tag/mentalno-zdravlje/>)

destigmatizacija 4 (<https://promise.hr/tag/destigmatizacija/>)

oporavak 2 (<https://promise.hr/tag/oporavak/>) starije osobe 8 (<https://promise.hr/tag/starije-osobe/>)

siromaštvo 18 (<https://promise.hr/tag/siromastvo/>)

osobe s invaliditetom 37 (<https://promise.hr/tag/osobe-s-invaliditetom/>)

suicid 7 (<https://promise.hr/tag/suicid/>)

© Promise.hr

Naslovnica (<https://promise.hr/>) • O nama (<https://promise.hr/o-nama/>) • Impressum (<https://promise.hr/impressum/>) • Uvjeti korištenja (<https://promise.hr/uvjeti-koristenja/>) •



 (<https://www.facebook.com/portal.promise>)