

Promise.hr

UDRUGE ZA MEDIJSKO PROMICANJE ISTINE

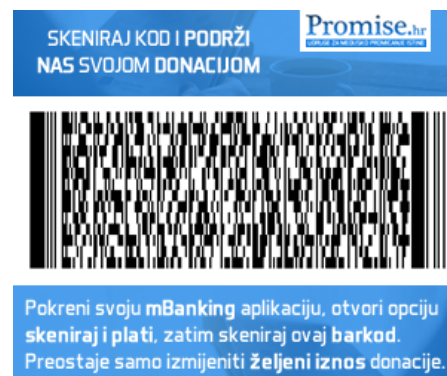
(https://promise.hr/)



INTERVJU: DR. SC. DANIJELA ŠTIMAC GRBIĆ

## '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-znaci-da-sustav-nije-dobar/)

HRVATSKA (https://promise.hr/category/hrvatska/) 14. listopada 2024. | Damir Kramarić (http://www.promise.hr)

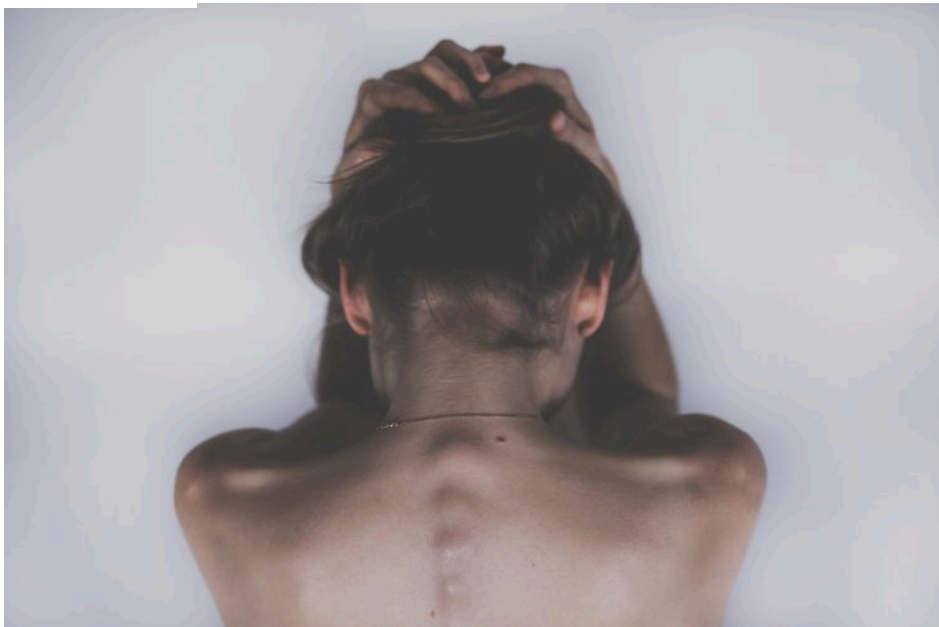


✕

Like Share 36 people like this. Be the first of your friends.

Tweet (https://twitter.com/share?url=https://promise.hr/djeca-ne-bi-smjela-završiti-u-psihijatrijskoj-bolnici-a-kod-nas-su-odjeli-puni-znaci-da-sustav-nije-dobar/&text=%E2%80%98Djeca%20ne%20bi%20smjela%20zavr%C5%A1iti%20u%20bolnici%20a%20kod%20nas%20su%20odjeli%20puni%20znaci%20da%20sustav%20nije%20dobar%20-%E2%80%99%20https://promise.hr/djeca-ne-bi-smjela-završiti-u-psihijatrijskoj-bolnici-a-kod-nas-su-odjeli-puni-znaci-da-sustav-nije-dobar/&source=share) (mailto:?)  
Email  
Print

"Broj postelja u psihijatrijskim odjelima nije pokazatelj dobrog, već lošeg mentalnog zdravlja. Svjedoči o tome da zdravstveni sustav ne zna odgovoriti drugačije nego izolacijom osobe s mentalnim teškoćama iz društva. Kod nas je, nažalost, takva praksa pravilo. Ili je osoba hospitalizirana, ili nema nikakvu skrb! Pogotovo kada je riječ o djeci. Treba izgraditi sustav koji će – u cilju ranog otkivanja i terapije mentalnih poremećaja – djelovati na primarnoj razini i u zajednici ", ističe dr. sc. Štimac Grbić, te dodaje da su 'peer radnici' možda i najvažniji na putu oporavka i destigmatizacije



(<https://promise.hr/wp-content/uploads/2021/06/anoreksija-djevojka-s-ledja.jpg>) Vodiiteljica Odjela za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo te profesorica Socijalne medicina i organizacije zdravstvene zaštite na Medicinskom fakultetu u Zagrebu, dr. sc. Danijela Štimac Grbić, vrlo je zahvalna sugovornica na temu zabrinjavajućeg porasta poremećaja mentalnog zdravlja u Hrvatskoj. Dobro je upućena u problematiku, a ne ustručava se kritizirati loše strane sustava u kojem i sama radi...

Kako komentirate rezultate istraživanja Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta iz Zagreba prema kojima je 23 posto učenika u Hrvatskoj kazalo da su se samoozljeđivali, 14 i pol posto njih da su napravili plan za izvršenje suicida, sedam posto da su pokušali suicid (<https://n1info.hr/vijesti/tnt-rjesenje-o-mentalnom-zdravlju-mladih-porasle-stope-anksioznosti-depresivnosti/>), gotovo 30 posto izvijestilo je o povišenoj anksioznoj, a više od 20 posto o depresivnoj simptomatologiji, o čemu je u javnosti govorila dr. sc. Miranda Novak, koja je vodila istraživanje?

Nisam upoznata s tim istraživanjem, pa ne mogu detaljno o tome, no zvuči mi doista alarmantno. U sustavu zdravstva u okviru sistematskih pregleda radi se probir na rizik mentalnog zdravlja, te se došlo do rezultata prema kojem 10 do 13 posto mladih pokazuje određene rizike za mentalno zdravlje. Više je tu djevojčica nego dječaka. Već smo svjesni činjenice da je mentalno zdravlje, kako mladih tako i odraslih, narušeno te da što prije treba poduzeti intervencije kako bi se unaprijedilo mentalno zdravlje cjelokupne populacije. Treba, dakle, organizirati sustav koji će biti dovoljno učinkovit u ranom prepoznavanju i ranoj terapiji svih mentalnih poremećaja i kriznih situacija.

## Važan je osjećaj prihvaćenosti

Što to konkretno znači?

## Olakšanje za bolove

Riješite se bolova u leđima i vratu naš pojas za struk.

[harmonyflowhealth.org](https://harmonyflowhealth.org)

## NAJNOVIJE



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

(<https://promise.hr/simleša-potiskivanje-ljutnje-ili-tuge-opasnije-je-za-zdravlje-od-pušenja-i-sam-nerijetko-zaplacem/>) tuge-opasnije-



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

(<https://promise.hr/koliko-su-emocije-vazne-za-nase-zdravlje-o-tome-u-domu-kulture-precko-govori-bruno-simleša/>) 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-fer-sulfo-mnogi-bi-se-odmah-vratili/>) iseljenika-



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-skole-ce-



Hrvatski Caritas poziva na pomoć stradalima u poplavama u Bosni i Hercegovini

(<https://promise.hr/hrvatski-caritas-poziva-na-pomoc-stradalima-u-poplavama-u-bosni-i-hercegovini/>) doziva-na-

## 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'

# Olakšanje za bolove



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

Riješite se bolova u leđima i vratite u naš pojas za struk.

harmonyflowhealth.org

Pr

Kroz unapređenje mentalnog zdravlja važno je pojačati otpornost populacije mladih i djece na rizike, odnosno povećati otpornost populacije školske djece na stres. Kako se to radi? Nužna je bolja suradnja školskog sustava, zdravstvenog sustava, sustava socijalne skrbi i obitelji. U svijetu postoje intervencije koje povećavaju otpornost na stres te jačaju i povećavaju vještine suočavanja sa stresom. To su vještine komunikacije, socijalnih interakcija, rješavanja problema, a nazivaju se emocionalno-socijalnim vještinama. One se ne uče na predavanjima, već se trebaju unapređivati kroz školski sustav i kroz izvanškolske aktivnosti. Za zdravlje je važan osjećaj socijalne integracije i prihvaćenosti. Istraživanja su pokazala da je osjećaj usamljenosti jedan od najvećih rizika za mentalno zdravlje, pogotovo kod mladih. Zato je potrebno razvijati one programe koji unapređuju socijalnu integraciju, na primjer sudjelovanje u sportskim aktivnostima u školama, potom sustav volontiranja koji uz socijalno uključivanje razvija i empatiju, a što je jedna od najvažnijih socijalnih vještina. Dijete kroz volontiranje uči obratiti pozornost na osobu u potrebi. Pomažući drugome tako pomaže i sebi, jer je važno da se osjeća korisnim. Osim toga, poželjno je organizirati grupni rad u pomaganju rješavanja zadataka onima koji imaju manje uspjeha u školi...

## Uzroci: usamljenost i virtualni svijet

**Otkud toliko poteškoća mentalnog zdravlja kod mladih i djece: jesu li uzrok društvene mreže i sve veće otuđenje mladih, pandemija ili nešto treće?**

U velikoj mjeri te su poteškoće nastale uslijed usamljenosti. Djeca su odrastala u uvjetima pandemije, kada je bila zapovjedana socijalna izolacija, što je suprotno zdravom razvoju mlade osobe. Osim toga, okrenutost virtualnom svijetu, odnosno društvenim mrežama kojima su mladi toliko izloženi, dovodi do osjećaja izoliranosti. Mnogi mladi 'žive' sve više u virtualnom, a ne u realnom svijetu. Potrebno je educirati sve koji rade s djecom, uključivo i djelatnike u školama i sve koji rade u zdravstvenom sustavu, za rano prepoznavanje rizika i učenje odgovarajuće intervencije u takvoj situaciji.

## Vrlo loš pokazatelj

**U zadnje vrijeme mediji su izvještavali i o prenapučenosti dječjih psihijatrijskih bolnica i odjela u Hrvatskoj te o činjenici da nema dovoljno kreveta za svu djecu s mentalnim teškoćama? Kako to komentirate?**



(<https://promise.hr/wp-content/uploads/2021/03/depresija-kod-djece-.jpg>) Problem je da uopće dolazi do toga da dijete završi u psihijatrijskoj bolnici. Prepunost dječjih odjela u bolnici znači da nismo ranije ništa poduzeli da se ovo spriječi. Učinkovite intervencije moguće je poduzeti kako u socijalnom okruženju tako i u primarnoj razini zdravstvene zaštite, kako bi se hospitalizacije spriječile. Ovo što ste spomenuli je vrlo loš pokazatelj. Bolje zemlje u Europi i svijetu uopće nemaju psihijatrijske bolnice. Ni Italija, ni Švedska nemaju, primjerice, psihijatrijske bolnice, već imaju centre za mentalno zdravlje u zajednica te psihijatrijske odjele u općim bolnicama – za hitne hospitalizacije, ako je potrebno.

## **Izolacija ne bi smjela biti pravilo**

### **Što to govori o hrvatskom zdravstvenom sustavu i razini brige za mentalno zdravlje?**

Broj postelja u psihijatrijskim odjelima nije pokazatelj dobrog, već lošeg mentalnog zdravlja. Svjedoči o tome da zdravstveni sustav ne zna odgovoriti drugačije nego izolacijom osobe s mentalnim teškoćama iz društva. Nekada je i to potrebno, ali ta izolacija ne bi smjela biti pravilo. Kod nas je, nažalost, takva praksa pravilo. Ili je osoba hospitalizirana, ili nema nikakvu skrb! Pogotovo kada je riječ o djeci. Treba izgraditi sustav koji će – u cilju ranog otkivanja i terapije mentalnih poremećaja – djelovati na primarnoj razini i u zajednici. Kao primjer možemo navesti dispanzere za mentalno zdravlje, psihološke timove, anonimna savjetovališta za mlade, mobilne timove za intervenciju u kući i zajednici. Jedan od resursa koji bi se također mogao bolje iskoristiti su službe za mentalno zdravlje u županijama, te u zavodima za javno zdravstvo. Te službe imaju organizirane psihijatrijske timove plaćene od strane HZZO-a. Oni pružaju skrb bez uputnice, a trebali bi pružati neposredne usluge onima u potrebi, a poglavito mladima.

## **Djevojkama nameću mršavost**

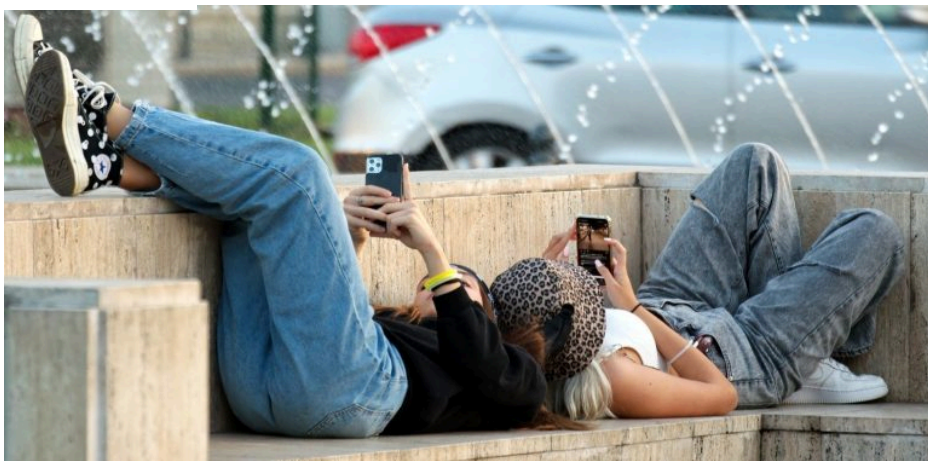
### **Je li još što, osim lockdowna i pandemije te utjecaja društvenih mreža, prouzročilo toliki porast mentalnih poteškoća kod djece i mladih?**

Postoji i efekt kopiranja različitih ponašanja – primjerice samoozljeđivanja, koji se može se pronaći na internetu. Sve je to povezano. Ta izoliranost i okrenutost virtualnom, umjesto stvarnom svijetu, dovodi do povećanih rizika za mentalno zdravlje.

**Kako komentirate podatak iz navedenog istraživanja da su i poremećaji hranjenja u velikom porastu? Tako je najmlađa pacijentica s anoreksijom u Hrvatskoj u vrijeme istraživanja imala tek devet godina! Imamo i sve više fobija i socijalnih fobija, autizma, kod mladih... Što je uzrok?**

(<https://promise.hr/wp-content/uploads/2024/09/djevojke-s-mentalnim-teskocama-ilustracija.jpg>) Uzroci anoreksije i socijalne fobije mogu se također svesti pod ovo o čemu sam govorila: izmještanje djece i mladih iz realnog u virtualni svijet, smanjene socijalnih kontakata, osjećaj usamljenosti i izgubljenosti. Bitno je naglasiti da je posljedica seljenja u virtualnu stvarnost i nametnuti imperativ izgleda. Tako mnoge djevojke žele izgledati kao





manekenke. Nameće se mršavost, briga o prehrani, stalna fokusiranost na unos kalorija. Uzori koji se serviraju mladima su u najvećoj mjeri oni koji pažnju postižu izgledom, a kojega je teško dostići. U puno manjoj mjeri to su oni koji nude sadržaje koji daju smisla životu mlade osobe.

## **Alkohol reklamiraju u službi zdravlja?!**

**Postoji li i problem povećanja ovisnosti kod mladih? Koje su to ovisnosti?**

Imamo rast ovisnosti o društvenim mrežama, takozvane ponašajne ovisnosti. To su ovisnost o internetu, ovisnost o igricama... Snižava se i dobna granica konzumacije marihuane. Sve više mladih koji koriste marihuanu je registrirano u službama za mentalno zdravlje. Mladi koriste i razne psiho-stimulanse te različite vrste droga. Dob? Već u osnovnoj školi se znaju javiti na liječenje! U srednjoj školi to postoje mainstream. U dobi od 16 godina već uvelike raste broj onih koji eksperimentiraju s drogama. Tu bih izdvojili i nove droge koje se mogu kupiti u obliku osvježivača prostora. Takve droge mogu se kupiti u običnim dućanima, a prodaju se djeci bez ikakve kontrole.

Osim toga, nedopustivo je reklamiranje kockarnica ne samo na televizijama koje nisu javne, već i na HRT- u prime time-u, odnosno u emisijama koje gledaju djeca, kao što su Euro song i 'Voice', gdje se svaki prekid koristi za reklamu kockarnica. Žalosno je da svi mi plaćamo pretplatu za financiranje takve televizije. Nedopustivo je, dakle, da javna televizija ima toliko reklama za kockarnice i alkohol. Svjetska zdravstvena organizacija ističe da se ne smije povezivati alkohol sa sportskim prijenosima, a mi nemamo prijenosa neke utakmice bez sponzora koji je proizvođač alkoholnih pića. Znamo li da je alkohol uzročnik šest vrsta karcinoma i brojnih drugih različitih bolesti, strašno je i apsurdno da se alkohol reklamira i u službi zdravlja, primjerice u promoviranju pregleda prostate, gdje je sponzor također proizvođač alkohola. ([https://promise.hr/wp-content/uploads/2024/10/reklama-za-](https://promise.hr/wp-content/uploads/2024/10/reklama-za-uroloski-pregled-ozujsko-pivo.jpg)



[uroloski-pregled-ozujsko-pivo.jpg](https://promise.hr/wp-content/uploads/2024/10/reklama-za-uroloski-pregled-ozujsko-pivo.jpg))

**Što se čini da se ovaj trend zaustavi i da imamo bolje mentalno zdravlje mladih i cijele populacije?**

Svakako bih pozdravila reformu koja je u tijeku, a kojom se nastoji reformirati sustav zaštite mentalnog zdravlja, odnosno reorijentirati na način pružanja zaštite u zajednici. U prijedlogu nove mreže javnozdravstvenog sustava predviđeno je da svaka županija ima dispanzere za mentalno zdravlje, predviđeno je i osnivanje psiholoških timova. U Zakonu o zdravstvenoj zaštiti je navedeno da psihijatrijska djelatnost može osnivati mobilne timove, pa bih kao jedan od dobrih primjera navela rehabilitacijski mobilni tim psihijatrijske bolnice Vrapče, koji je osnovan uz pomoć sredstava Ministarstva zdravstva, a u okviru europskog projekta 'Implemental'. U okviru tog mobilnog tima prvi puta je zaposlen 'peer worker' – osoba s iskustvom mentalnog poremećaja, koji sada pomaže drugima u okviru bolnice Vrapče.

## **Zbog stigme se ne javljaju liječniku**

**Koliko je i danas prisutna stigma kod poteškoća mentalnog zdravlja i koliko štetu to stigmatiziranje čini?**

Danas je manje prisutna nego prije dvije – tri godine, jer mnoge javne osobe govore o svojim problemima mentalnog zdravlja, što je donedavno bilo gotovo pa nemoguće. Međutim, stigma je u Republici Hrvatskoj još uvijek prevelika i to je jedan od najvažnijih razloga zašto se ljudi ne javljaju na vrijeme liječniku i zašto imamo visok broj hospitalizacija uslijed poteškoća mentalnog zdravlja. Srame se zbog stigme. Da je stigma još velika pokazuje i činjenica da se prilikom upisa na neke fakulteta i prilikom zapošljavanja traže potvrde da osoba nije bolovala od mentalnog poremećaja, što je suprotno smjernicama Svjetske zdravstvene organizacije i Povelje UN-a. U Hrvatskoj još uvijek nije rijetkost da osoba koja je zaposlena mora kriti da je oboljela od mentalnog poremećaja, kako ne bi ostala bez posla. Otvoreno govorenje o osobnom iskustvu, kao što to čini televizijski novinar Aleksandar Stanković, u najvećoj je mjeri destigmatizirajuće.

## **'Peer workeri' su nezamjenjivi!**

**Koliko su, prema vašim saznanjima, peer grupe 'stručnjaka po iskustvu' (<https://promise.hr/bio-sam-u-peer-grupi-osoba-s-teskocama-mentalnog-zdravlja-ludruge-odusevila-me-njihova-snaga/>) važne za bolje mentalno zdravlje i destigmatizaciju psihičkih oboljenja te za oporavak osoba s mentalnim teškoćama te za njihovo vraćanje u svijet rada i u normalan život?**

Usudila bih se reći da su oni možda i najvažniji na putu oporavka i destigmatizacije. Apsolutno sam upoznata s peer grupama i jako dobro surađujem s udrugama koje imaju 'peer workere'. Važno je naglasiti da su to osobe čija je uloga u mobilnom ili psihijatrijskom timu nezamjenjiva. Nezamjenjivi su zato što svojim primjerom pružaju nadu u oporavak te skidaju stigmatu s mentalnog poremećaja kao neizlječive bolesti. To su osobe koje su unatoč dijagnozama uspješno oporavljene. Pomažući drugima one pomažu i sebi. Samo kada vidite i doživite osobu koja je imala iskustvo – od liječenja, pa kroz brojne uspone i padove, pogreške pa i stigme..., a koje je uspješno oporavljena, znate da je oporavak moguć. Podrška takve osobe jako je važna osobi koja se bori sa sličnim problemima.

## **Nema prepreka za uvrštavanje peer radnika u sustav**

**Zašto se onda peer grupe i peer radnici, koji su pokazali odlične rezultate u oporavku osoba s poteškoćama mentalnog zdravlja, već dosad nisu uvrstili u javnozdravstveni sustav Hrvatske, na način da budu dio mobilnih timova i da su plaćeni kao i ostali zdravstveni djelatnici za svoj rad?**

Pilot projekt u Vrapču je započeo i tamo je peer radnik zaposlen. Ono što je još važnije jest činjenica da se u okviru nove mreže javnozdravstvenog sustava predviđa da će unutar mobilnih timova biti zaposleni i peer workeri. Takva je praksa u velikom broju europskih i svjetskih zemalja.

**Kada će se to ostvariti, odnosno kada ćemo imati peer radnike unutar javnozdravstvenog sustava u Hrvatskoj?**

Primjer Vrapča je prvi, nadam se da će se ta priča samo širiti. Mislim da više nema prepreka za uvrštavanja peer radnika u sustav. Sada je to stvar dobre volje institucija te Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje, koji bi trebao izdvojiti sredstva za njihove plaće.

**FOTO: Screenshot videosnimki; ilustracije Pixabay**

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

**'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/>)**

**"Psihoterapeutu dovedu dijete i kažu: 'Nešto nije u redu, ispravite ga!' No, pitanje je koga treba ispraviti" (<https://promise.hr/psihoterapeutu-dovedu-dijete-i-kazu-nesto-nije-u-redu-ispravite-ga-no-pitanje-je-koga-treba-ispraviti/>)**

**'Nasilje eskalira jer su poteškoće mentalnog zdravlja postale opći problem Hrvatske' (<https://promise.hr/nasilje-sada-eskalira-jer-su-poteskoce-mentalnog-zdravlja-postale-opci-problem-hrvatske/>)**

**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/>)**

0 comments | [Moderation Tool](#)

Sort by Oldest

Add a comment...

Facebook Comments Plugin

**Riješite se  
bolova u leđima i  
vratite udobnost  
uz naš pojas za  
struk.**

Prikaži

harmonyflowhealth.org

0 comments | [Moderation Tool](#)

Sort by Oldest

Add a comment...

### Facebook Comments Plugin

Daniijela Štimac Grbić 1 (<https://promise.hr/tag/danijela-stimac-grbic/>)

djeca u psihijatrijskoj bolnici 1 (<https://promise.hr/tag/djeca-u-psihijatrijskoj-bolnici/>)

loše mentalno zdravlje 1 (<https://promise.hr/tag/lose-mentalno-zdravlje/>)

osobe s mentalnim teškoćama 1 (<https://promise.hr/tag/osobe-s-mentalnim-teskocama/>)

peer workeri 1 (<https://promise.hr/tag/peer-workeri/>)

pokušali suicid 1 (<https://promise.hr/tag/pokusali-suicid/>)

poremećaji hranjenja 1 (<https://promise.hr/tag/poremecaji-hranjenja/>)

usamljenost 4 (<https://promise.hr/tag/usamljenost/>) pandemija 31 (<https://promise.hr/tag/pandemija/>)

društvene mreže 2 (<https://promise.hr/tag/drustvene-mreze/>) top 1862 (<https://promise.hr/tag/top/>)

© 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>)