



Avrupa Psikiyatri Birliği'nden Dünya Ruh Sağlığı Günü Açıklaması

BENZERİ GÖRÜLMEMİŞ ZORLUĞUN ÜSTESİNDEN GÜÇLERİ BİRLEŐTİREREK GELMEK

Dünya Ruh Sağlığı Günü -10 Ekim 2020 – Dünyada yaklaşık 450 milyon insan ruhsal hastalıklar sebebiyle acı çekmekte ve bu hastalıklar, engelliliklerin önde gelen nedenleri arasında yer almaktadır (DSÖ - Dünya Sağlık Raporu, 2001). Bu rakamın COVID-19 krizi ve kapanma yönündeki önlemler sonrasında daha da artacağı öngörülürken, pandemiyle birlikte gelişen anksiyete, depresyon, stres ve diğer pek çok ruhsal sağlık sorununun önümüzdeki aylarda ele alınması gerekeceği düşünölmektedir.

Avrupa Psikiyatri Birliği (European Psychiatric Association-EPA) Başkanı Profesör Philip Gorwood bu konuda “Koronavirüs kriziyle sağlık ve iyiliğin anahtar bileşeni olan ruh sağlığına ciddi bir şekilde meydan okunmuştur. Pandemi, ruh sağlığıyla ilgili ve psikososyal desteğe ihtiyacı büyük ölçüde artırmıştır. Bu nedenle tüm paydaşlar, herkesin nitelikli bakıma erişimini sağlayabilmek için gereken kaynakları sağlamak üzere bir arada çalışmalıdır. Önceden psikiyatrik rahatsızlığı olan kişilerin, hastalığa yakalanma risklerinin artmış olduğu, kendilerini daha endişeli ve depresif hissettikleri ¹, ruhsal rahatsızlığın şiddetli bir biçimini geliştirme ve COVID-19'dan ölme risklerinin de daha yüksek olduğu düşünölmektedir ²” diyor.

Özellikle bu tür acil durumlarda ruhsal bozukluklarla başa çıkmak, çok boyutlu ve bütüncül bir yaklaşım gerektirir. Profesör Gorwood “Günümüzde, ruh sağlığını etkileyen zorlukların üstesinden gelmek için koordinasyon içinde çalışmaya ihtiyaç vardır. Bu çalışmaya, ön saflarda çalışan sağlıkçılardan, ruhsal rahatsızlığı olan hastalara ve onlara bakım verirken ağır duygusal, fiziksel ve maddi zorluklarla karşı karşıya kalan yakınlarına kadar tüm seviyelerde görev alanlar dahil edilmeli ve güçlendirilmelidir” diyerek bu konuyu vurguluyor.

EPA, 2020 Dünya Ruh Sağlığı Günü vesilesiyle, herkese nitelikli bakım verilebilmesi için ruh sağlığına daha fazla yatırım yapılmasını talep ediyor. EPA, bunun yanı sıra genel halk sağlığı müdahalesinin bir parçası olan tüm sağlık çalışanlarını desteklemenin önemini vurgulayarak bu şekilde toplum sağlığının ana öncelik olmasının ve herkesin mümkün olan en iyi tedaviyi almasının sağlanacağını belirtiyor. Özellikle psikiyatristlerin, hastalar ve

¹ van Reehnen et al. Journal of Affective Disorders 2020, 275: 69-77.

² Wang QQ, Xu R, Volkow N (in press) Increased risk of COVID-19 infection and mortality in people with mental disorders: analysis from electronic health records in the United States. *World psychiatry*.

³ At national level, evidence shows that that governments spend on average 3% of their health budgets on mental health, ranging from less than 1% in low-income countries to 5% in high-income countries (WHO, 2019).



aileleriyle iyi bir iletişim kurarak genel bedensel ve ruhsal sonuçları iyileştirmede önemli bir rol oynadığını belirtiliyor.

Avrupa Birliği'nde (AB), ruh sağlığı sorunlarına ilişkin yeni öneriler geliştirmek ve karşılıklı iletişimi arttırmak üzere adımlar atılmıştır. Bununla birlikte, hükümetlerin, medyanın ve vatandaşların bu konuda artan ilgisine rağmen, ruh sağlığı hizmetlerinin sağlanmasında yetersizlikler mevcut olup bu konudaki yatırımlar hem AB'de hem de ülkeler düzeyinde hala sınırlı kalmaktadır³.

EPA Ulusal Psikiyatri Dernekleri (NPA) Konseyi, 2012 yılında kurulduğundan bu yana, Avrupa'da ruh sağlığı konusunda farkındalık yaratmak ve ruh sağlığının önemini savunmak adına çok çaba sarf etmiştir. EPA NPA Konseyi Başkanı Profesör Simavi Vahip, *"40 Avrupa ülkesinde bulunan 44 NPA'nın, her düzeydeki politikacı ve bilirkişileri, yüksek nitelikte ve eşit bakıma ulaşmak için daha fazla araştırma ve yatırım yapmaya çağırdığını, COVID-19 krizi sırasında bunun özellikle acil bir durum olduğunu"* söylüyor. İspanya Psikiyatri Derneği Başkanı Dr. Celso Arango ise, *"Şimdi, ruh sağlığına yatırım yapmak her zamankinden daha fazla önemlidir, bu durum pandeminin sebep olduğu büyük açığın kapatılmasına yardımcı olacaktır"* diye vurguluyor.

Ruhsal bozukluklarla mücadele edebilmek için gerekli olan kaynakların uygun şekilde kullanılması, aynı zamanda bu zorlu dönemde hastaların tedavileri için yorulma bilmeksizin çalışan sağlık çalışanlarına destek sağlanmasıyla mümkündür. Bu nedenle EPA, ön saflardaki çalışanların yeterli ruh sağlığı desteği almalarını sağlamak için **Avrupa Kamu Hizmeti Birliği Federasyonu (EPSU)** ile bir işbirliği başlattı: EPSU ve EPA, pandeminin ruh sağlığı üzerinde büyük bir baskı oluşturduğu bu zorlu dönemde ön saflarda yer alan sağlık çalışanlarına teşekkür niteliğinde bir ödemedeki bulunmak istediğini belirtti. *"Sağlık çalışanları bu süreçte, stresle ilgili hastalıkların yanı sıra depresyon, anksiyete ve uykusuzluk dahil olmak üzere zihinsel sağlıkları için önemli olumsuz sonuçlara yol açabilecek oldukça stresli ve travmatik olaylara maruz kaldılar. Koronavirüs salgınından önce bile sağlık hizmetlerinde çalışmak stresliydi. Ancak salgın, sağlık sistemlerindeki yapısal zayıflıkları ve sağlık çalışanlarına yapılan yatırım eksikliğini daha da kötüleştirdi."*

Profesör Philip Gorwood, *"EPA'nın tüm ortak kuruluşlar ile birlikte, bu benzeri görülmemiş zorluğun üstesinden gelmesinin ruh sağlığı uzmanlarının, politikacıların, hastaların ve hastalara bakım verenlerin bir araya gelerek güçlerini birleştirmesiyle mümkün olacağına derinden inandığını"* vurgulayarak EPA ve müttefiklerinin kararlılığını yeniden belirtiyor.

Notlar:

1. **Dünya Ruh Sağlığı Günü, Dünya Ruh Sağlığı Federasyonu (WFMH)** tarafından başlatılan bir girişimdir ve her yıl 10 Ekim'de kutlanır. Genel olarak tüm dünyada ruh sağlığı sorunları hakkında farkındalık



yaratmayı ve ruh sağlığını desteklemek için olan çabaları harekete geçirmeyi amaçlar. 10 Ekim, ruhsal sorunlar üzerinde çalışan tüm paydaşlara işleriyle ilgili ve aynı zamanda dünya çapında herkes için ruh sağlığı hizmetini gerçeğe dönüştürmede yapılması gerekenler hakkında konuşma fırsatı sunmaktadır. Bu yıl, Dünya Ruh Sağlığı Federasyonu, Dünya Ruh Sağlığı Günü'nün ana temasını "Herkes İçin Ruh Sağlığı: Daha Fazla Yatırım - Daha Fazla Erişim" olarak belirledi. Daha detaylı bilgi için: [WMHF website](#).

2. **EPA:** 88 ülkede, 44 Ulusal Psikiyatri Derneği'ndeki aktif bireysel üyeleri ile 80.000'den fazla Avrupalı psikiyatristi ve Avrupa'da psikiyatriyi temsil eden ana birliktir. EPA, psikiyatri ve ilgili disiplinlerle ilgilenir ve ruh sağlığı hastalıkları olanlar için bakımın iyileştirilmesine ve ayrıca profesyonel mükemmelliğin geliştirilmesine odaklanır.

Faydalı bağlantılar:

EPA internet sitesi www.europsy.net

EPA e-learning platform: <https://elearning.europsy.net/>

EPA COVID-19 Kaynak Merkezi: <https://www.europsy.net/covid-19-resource-centre/>

3. **Avrupa Kamu Hizmeti Birliği Federasyonu (EPSU)**, Avrupa'da 8 milyon çalışanı temsil etmektedir. EPSU web sitesi: <https://www.epsu.org/>

4. **Faydalı kaynaklar:**

European Psychiatric Association policy paper on ethical aspects in communication with patients and their families. European Psychiatry, Carpiniello B, Wasserman D (2020).

Makale için : [tıklayınız](#).

Developing Trust and Effective Care for people with depression: patients and psychiatrists working in partnership.

EPA and GAMIAN-Europe (2020).

Rapor için [tıklayınız](#).

Psychosocial support during the COVID-19 pandemic: interdisciplinary concept of care at a university hospital.

Falkai P, et al. (2020).

Makale için [tıklayınız](#)

5. **Detaylı bilgi için:** Mari Fresu mari.fresu@europsy.net