



Психическое здоровье – информационный бюллетень

ЗНАЧИМОСТЬ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Психическое здоровье следует рассматривать в качестве важного источника человеческого капитала и общественного благополучия. Поскольку все мы нуждаемся в хорошем психическом здоровье для того, чтобы преуспевать, заботиться о себе и взаимодействовать с социумом, крайне важно не только оказывать необходимую помощь людям с диагностированными психическими расстройствами, но и защищать и поддерживать психическое здоровье всех людей без исключения, признавая его истинную ценность.

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Психическое здоровье и благополучие зависят не только от индивидуальных особенностей, но и от социальных обстоятельств, в которых оказываются люди, и от окружающей их среды. Эти детерминанты оказывают динамическое воздействие друг на друга и могут как угрожать психическому здоровью человека, так и, напротив, выступать в качестве защитного фактора.



ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Психическое здоровье определяется как состояние благополучия, при котором каждый человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества.

Психические расстройства представляют собой нарушения психического здоровья человека, которые нередко характеризуются тем или иным сочетанием тревожных мыслей и переживаний, аномальных поведенческих реакций и проблем во взаимоотношениях с окружающими. В качестве примеров психических расстройств можно привести депрессию, тревожное расстройство, расстройство поведения, биполярное расстройство и психоз.



Люди, страдающие психическими расстройствами, в среднем **умирают**



раньше, чем население в целом.

Источник: WHO and Fountain House (2015) *Excess mortality in persons with severe mental disorders*

КОМОРБИДНОСТЬ

Доказано, что между психическими расстройствами и основными неинфекционными заболеваниями (НИЗ) существует взаимосвязь. Психические расстройства влияют на основные виды НИЗ, которые, в свою очередь, также оказывают на них определенное воздействие: психические расстройства могут быть как предвестниками, так и следствием таких хронических заболеваний, как сердечно-сосудистые и онкологические заболевания или диабет. Факторы риска возникновения этих заболеваний, например сидячий образ жизни и вредное потребление алкоголя, приводят и к развитию психических расстройств, образуя между ними тесную связь. В то же время в клинической практике подобные взаимосвязи и коморбидные заболевания, как правило, упускаются из виду. Более внимательное отношение к проблеме коморбидности позволило бы снизить уровень преждевременной смертности и число случаев инвалидности.

Люди, страдающие психическими расстройствами, в среднем умирают на 20 лет раньше, чем население в целом. В подавляющем большинстве случаев их смерть вызвана не какими-то конкретными причинами (такими, как, например, самоубийства), а другими факторами, в первую очередь НИЗ – ввиду отсутствия надлежащего диагноза или лечения.

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ

Психические расстройства относятся к числу наиболее серьезных проблем общественного здравоохранения в Европейском регионе ВОЗ, занимая первое место среди факторов инвалидности и третье – среди причин, ведущих к возникновению бремени заболеваний в целом (рассчитывается как годы жизни с поправкой на инвалидность), – после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний.

По имеющимся оценкам, в 2015 г. от психических расстройств в Европейском регионе ВОЗ страдали 110 млн человек, то есть 12% от всего населения Региона в любой отдельно взятый момент времени. Если отнести к числу психических расстройств расстройства, связанные с употреблением психоактивных веществ, то этот показатель увеличится на 27 млн человек, достигнув 15%, а вместе с такими неврологическими расстройствами, как деменция, эпилепсия и головные боли, эта цифра повысится еще на 300 млн и охватит 50% населения Региона.

Наиболее распространенные психические расстройства в Европейском регионе ВОЗ:

44,3
млн человек
депрессия

37,3
млн человек
тревожность

Источник: GBD 2015 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators (2016) *Lancet*

УРЕГУЛИРОВАНИЕ ПРОБЛЕМ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Почти все страны Европейского региона ВОЗ (94%), принявшие участие в недавнем опросном исследовании «Атлас психического здоровья», которое проводилось ВОЗ в 2017 г., заявили, что располагают отдельным или комплексным планом или программой по решению проблем психического здоровья. Из них две трети подтвердили, что их программы в полной мере соответствуют положениям международных договоров и конвенций в области прав человека. В то же время планы или стратегии в области охраны психического здоровья детей и подростков имелись лишь в 77% стран.

Почти все страны заявили о наличии либо отдельных законов, либо целых сводов законодательных норм, входящих в общий корпус положений законодательства, регулирующего вопросы здравоохранения и инвалидности. Примерно в половине стран (45%) за обеспечение соблюдения таких законов отвечают профильные органы власти или независимые органы, которые проводят регулярные проверки психиатрических клиник и представляют заинтересованным лицам соответствующие отчеты не реже чем раз в год.

Цели в области устойчивого развития, закрепленные в новой повестке дня, представляют собой новые вызовы и возможности для урегулирования проблем психического здоровья.

Для обеспечения поддержки и защиты физического и психического здоровья необходимы объединенные ответные меры со стороны разных секторов, что, в свою очередь, требует общегосударственного подхода. Стратегическая концепция, предусматривающая интеграцию усилий по охране психического и физического здоровья и мер профилактики, должна разрабатываться с учетом интересов и при активном участии заинтересованных групп, действующих как внутри властных структур, так и за их пределами, а также организаций здравоохранения и ряда других сторон, включая социальные службы, образовательные и природоохранные организации.

РЕСУРСЫ В ОБЛАСТИ ОХРАНЫ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Работники сектора охраны психического здоровья

Европейский регион ВОЗ занимает первое место в мире по уровню укомплектованности кадрами: на каждые 100 тыс. жителей здесь приходится 50 работников сектора охраны психического здоровья, включая психиатров, медицинских сестер, социальных работников и логопедов.

Поскольку речь идет о среднем значении, в разных странах этот показатель значительно различается. Так, на 100 тыс. жителей в Норвегии насчитывается 48 психиатров, в Польше – 24, в Болгарии – семь, а в Таджикистане – всего один. В среднем же на 10 тыс. жителей приходится один психиатр.

То же касается и медсестер, занятых в секторе охраны психического здоровья: их средняя численность на 100 тыс. жителей составляет 23,5, что более чем вдвое превышает среднее число психиатров. На представителей других специальностей приходится лишь небольшая доля от всех кадровых ресурсов сектора: детские психиатры, социальные работники, эрготерапевты и логопеды в совокупности составляют менее 2,5% от всех работников сектора.





50 МЛН
ЛЕТ



12 МЛН
ДНЕЙ



1 ТРЛН
ДОЛЛ. США

Ежегодные убытки, которые несут страны в связи с наиболее распространенными психическими расстройствами

Расходы на охрану психического здоровья

В 2016 г. правительства стран, входящих в Европейский регион ВОЗ, потратили на программы и услуги в области охраны психического здоровья в среднем 22 долл. США на душу населения. В то же время в разных странах уровень этих расходов значительно различался, и среднее значение по группам стран колебалось от менее чем 1 долл. США на душу населения в новых независимых государствах до почти 200 долл. США в государствах-членах Европейского союза (исходя из состава ЕС в период до 2004 г.)

Несмотря на значительное экономическое бремя психических заболеваний во всем мире, в Европейском регионе ВОЗ связанные с ними расходы составляют лишь 1% от всех государственных расходов на здравоохранение. 69% от этой суммы были направлены на финансирование государственных психиатрических больниц.

Источник: Chisholm et. al (2016), *Return on investment analysis*, Lancet Psychiatry

СЛУЖБЫ ОХРАНЫ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Общее число мест во всех видах стационарных лечебных учреждений сектора (включая психиатрические лечебницы, психиатрические отделения в больницах общего профиля, судебно-психиатрические клиники, районные психоневрологические интернаты и психоневрологические стационары для детей и подростков) составляет 93 койки на 100 тыс. жителей.

Однако в разных странах категории и местоположение таких мест значительно различаются: так, например, в Азербайджане на 100 тыс. жителей приходится 38 койко-мест в психиатрических больницах и пять – в районных интернатах, тогда как во Франции первый показатель равен семи, а второй – 92.

Число стационаров в разных странах Европейского региона ВОЗ также может существенно отклоняться от общего среднего значения, которое в Регионе составляет 1,63 на 100 тыс. жителей: от более чем 10 в Чехии и странах Балтии до менее одного в ряде других стран Региона.

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВОЗ

Программа по охране психического здоровья Европейского регионального бюро ВОЗ предусматривает двустороннее сотрудничество более чем с 20 странами и оказание этим странам помощи в разработке и реализации национальных программ и планов в соответствии с Европейским планом действий по охране психического здоровья на 2013–2020 гг. Программа направлена на укрепление потенциала систем здравоохранения в целях удовлетворения соответствующих потребностей в рамках целого спектра услуг охраны психического здоровья и обслуживающих платформ. Задача программы – внедрить комплексный и ориентированный на интересы и нужды людей подход к профилактике, лечению и ведению психических расстройств.

К целям Европейского плана действий по охране психического здоровья на 2013–2020 гг. относятся повышение уровня психического благополучия населения и снижение бремени психических расстройств, с особым вниманием к уязвимым группам населения, детерминантам и рискованным формам поведения; соблюдение прав людей с нарушениями психического здоровья и обеспечение равных возможностей для достижения наивысшего качества жизни, борьба против стигматизации и дискриминации; предоставление доступных, безопасных и эффективных услуг по удовлетворению психических, соматических и социальных потребностей и ожиданий лиц с нарушениями психического здоровья и членов их семей.

Более подробная информация о деятельности ВОЗ приводится здесь:
www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health

ОСНОВНЫЕ РЕСУРСЫ

The European Mental Health Action Plan 2013–2020

(<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/publications/2015/european-mental-health-action-plan-20132020>).

Fact sheets on the Sustainable Development Goals: health targets – mental health

(<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/publications/2016/fact-sheets-on-sustainable-development-goals-sdgs-health-targets-mental-health-sdg-target-3.4>).

Интеграция профилактики, лечения и ведения психических расстройств и других неинфекционных заболеваний в системе здравоохранения

(<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/publications/2019/integrating-the-prevention,-treatment-and-care-of-mental-health-conditions-and-other-noncommunicable-diseases-within-health-systems-2019>).