

10 СЕНТЯБРЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ САМОУБИЙСТВ

По рекомендации Всемирной организации здравоохранения 10 сентября каждого года принято считать Всемирным днем предотвращения самоубийств. Этот день призван привлечь внимание органов государственного управления, депутатского корпуса, медицинских работников, организаций и учреждений различной ведомственной принадлежности, общественных и религиозных организаций и отдельных граждан к проблеме суицидального поведения.

Глобальной целью этого дня является снижение суицидальной активности населения (уменьшение уровня суицидов).

Профилактика суицидов является составной частью политики повышения демографической безопасности государства.

Самоубийство – феномен, встречающийся только у людей, является социальным явлением и в определенной степени зависит от устройства и благополучия того или иного общества. Кроме того, это индивидуальная реакция личности на конфликтную (кризисную) ситуацию, которая определяется личностными особенностями конкретного индивидуума и встречается в любом обществе, независимо от его политического и социально-экономического устройства.

Предупреждение самоубийств представляет собой непростую, но выполнимую комплексную немедицинскую задачу, для достижения которой в Республике Беларусь объединены усилия многих министерств и ведомств, организаций и учреждений, местных исполнительных и распорядительных органов, а также общественных объединений и традиционных религиозных конфессий.

Одной причины суицидального поведения не существует. В разных странах показатели суицидальной активности колеблются в значительных пределах в зависимости от региона, климатических и социально-экономических условий проживания, политической обстановки, национальных и культурных особенностей и традиций, религиозных установок.

В Республике Беларусь в течение многих лет осуществляется плановая разносторонняя и многоуровневая работа по профилактике суицидальной активности населения, объединяющая усилия государства и общества.

Успешно реализован Комплексный план по профилактике суицидального поведения на 2009 – 2012 годы, что позволило сохранить в стране устойчивую тенденцию снижения уровня суицидов среди населения.

Совместными усилиями органов государственного управления, учреждений и организаций различной ведомственной принадлежности, общественных объединений уровень суицидов среди населения снизился и достиг по шкале ВОЗ среднего уровня – менее 20 случаев на 100 000 населения.

Наработан, обобщен и используется определенный опыт профилактики суицидов, разработаны и применяются отечественные инструктивно-методические материалы.

В настоящее время в стране реализуется Комплекс мер по профилактике суицидального поведения населения Республики Беларусь на 2015 – 2019 годы в целях снижения смертности от внешних причин, формируя определенный вклад в Государственную программу «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2016–2020 годы.

Государство уделяет большое внимание сохранению и укреплению психического здоровья граждан. Оказание психиатрической, наркологической, психотерапевтической и психологической помощи в Республике Беларусь осуществляется сетью организаций здравоохранения на различных уровнях оказания медицинской помощи (районном, городском, областном, республиканском) в амбулаторных, стационарных условиях, а также в условиях отделений дневного пребывания.

Информация о получении такой помощи находится в свободном доступе в сети Интернет, в средствах массовой информации, на информационных стендах организаций здравоохранения.

Учитывая актуальность и разноплановость проблемы суицидального поведения населения, основные усилия по профилактике этого явления сосредоточены, прежде всего, на трудоспособных, мужской, детской и сельской группах населения и направлены на:

дальнейшее выполнение мероприятий Комплекса мер по профилактике суицидального поведения населения Республики Беларусь на 2015 – 2019 годы;

совершенствование организации профилактических мероприятий, прежде всего вне системы здравоохранения;

обеспечение участия в профилактике суицидов органов государственного управления, организаций и учреждений различной ведомственной принадлежности, общественных объединений и традиционных религиозных организаций, повышение уровня их ответственности за реализацию мероприятий по профилактике суицидов;

совершенствование подходов к организации и оказанию необходимой медицинской и психологической помощи лицам, находящимся в сложных жизненных ситуациях;

изменение отношения людей к своему здоровью, в том числе психическому, психологическому, и повышение уровня их ответственности за собственное здоровье;

улучшение доступности психиатрической, наркологической психотерапевтической и психологической помощи населению в системе здравоохранения вне психиатрических организаций здравоохранения;

улучшение доступности психологической помощи в организациях и учреждениях образования и социальной защиты;

формирование межведомственных подходов к профилактике суицидов через объединение усилий специалистов различной ведомственной принадлежности.

Принимая во внимание тот факт, что алкоголизация населения является одним из факторов, способствующих формированию суицидального поведения и росту суицидальной активности, будет продолжена систематическая и целенаправленная профилактическая работа по снижению потребления алкоголя населением республики.

Важное значение имеет адекватное освещение в различных СМИ проблемы самоубийств и конкретных случаев суицидальных актов. Специалисты СМИ могут и должны вносить свой вклад в осознание обществом проблемы самоубийств и формирование реалистичных, не искаженных предрассудками представлений о самоубийстве, а также способствовать распространению просветительской информации о факторах и признаках суицидального риска, депрессии и лечении психических расстройств, способах психологической помощи, информировать о местных ресурсах социальной, психологической, психотерапевтической и психиатрической помощи.

Следование рекомендациям в подаче материала по проблематике суицидального поведения поможет минимизировать вред, не приводя к отказу от освещения проблемы самоубийств в целом.

Среди населения существует ложное убеждение о том, что обращение к психиатру, психотерапевту, психологу является чем-то постыдным и влечет за собой социальные последствия, что является серьезным препятствием для широкого раннего обращения населения за необходимой помощью.

В период возникновения психических, психологических проблем необходимо думать о здоровье, качестве жизни, а не следовать ложным убеждениям и лишать себя своевременной помощи.

Существующая система оказания психиатрической помощи предусматривает установление диспансерного наблюдения только над пациентами, страдающими тяжелыми, хроническими психическими расстройствами.

Обращение за психиатрической, психотерапевтической и психологической помощью не влечет за собой никаких социальных последствий!

Наша жизнь непредсказуема: сегодня все хорошо, а завтра может случиться что-то непредвиденное, способное перевернуть все наше существование. Что делать в такой ситуации человеку, если рядом нет никого, кто мог бы поддержать? Куда обратиться за поддержкой тому, кто потерял родного человека, работу или имущество, тому, кто тяжело заболел или только что вышел из мест лишения свободы и хочет начать новую жизнь?

Для этого в стране создана служба экстренной психологической помощи по телефону, или «Телефоны доверия».

Специалисты выслушают вашу проблему и дадут рекомендации, как поступить, запишут на прием или подскажут, куда обратиться дальше.

Позвоните, вам помогут!

«Телефоны доверия»:

Минск:

для взрослых 8-017-290-44-44 (многоканальный, круглосуточно);

для детей и подростков 8-017-263-03-03 (круглосуточно).

Брест: 8-0162-25-57-27 (круглосуточно).

Витебск: 8-0212-61-60-60 (круглосуточно).

Гомель: 8-0232-31-51-61 (круглосуточно).

Гродно: 170 для жителей области (круглосуточно);

8-0152-75-23-90 (круглосуточно).

Могилев: 8-0222-47-31-61 (круглосуточно).

Минская область: 8-017-202-04-01 (круглосуточно);

8-029-899-04-01 (МТС, круглосуточно).

Информация подготовлена с использованием сайта Министерства здравоохранения РБ.