

MEDIJI O ZDRAVSTVU

utorak, 09. april 2024.godine

KZUS- Komora zdravstvenih ustanova Srbije je u partnerstvu sa Poverenikom za informacije od javnog značaja i zaštitu podataka o ličnosti započela novi ciklus jednodnevnih besplatnih edukacija

N1- Preventiva u mentalnom zdravlju Srbije: Dugačak put preko stigme i tabua do zdrave psihe

RTV- Batut: Zdravstveno stanje 70 odsto đaka odlično, potrebno povećati fizičku aktivnost

DNEVNIK- VELIKI KAŠALJ NE POSUSTAJE U Srbiji 1.102 slučaja pertusisa

Komora zdravstvenih ustanova Srbije je u partnerstvu sa Poverenikom za informacije od javnog značaja i zaštitu podataka o ličnosti započela novi ciklus jednodневnih besplatnih edukacija na temu primene i zloupotrebe Zakona o slobodnom pristupu informacijama od javnog značaja i Zakona o zaštiti podataka o ličnosti.



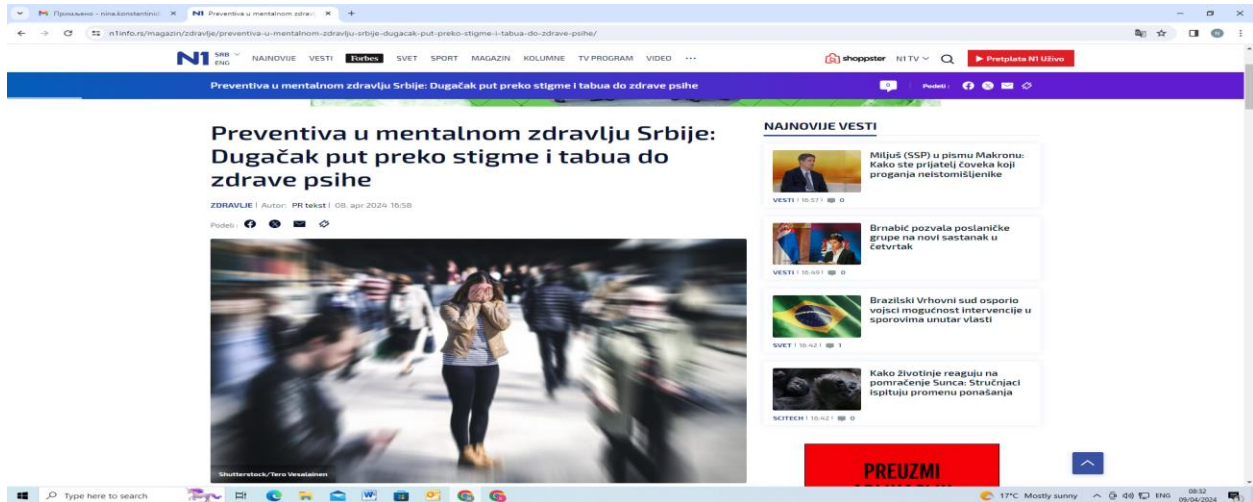
Ispred Kancelarije Poverenika predavači su bili Marko Milošević, Marin Cetinić i Nataša Mirjanić

08.04. domaćin je bila Opšta bolnica Požarevac za sve ustanove iz Braničevskog okruga.



Smatramo da je otvoren i direktan razgovor sa predstavniciima Kancelarije Poverenika doprineo rešavanju raznih problema i izazova sa kojima se zdravstvene ustanove susreću.

Zahvaljujemo se zaposlenima u Opštoj bolnici Požarevac i direktoru dr Drašku Dačiću na izuzetnom gostoprimstvu.



Preventiva u mentalnom zdravlju Srbije: Dugačak put preko stigme i tabua do zdrave psihe

Seneka je još u I veku govorio da čoveku više patnje zadaju njegove misli nego njegov stvarni život. Da li je i u današnjem svetu to istina i još važnije: da li to važi i za Srbiju?

U Srbiji i regionu, čak trećina stanovništva može se smatrati psihološki ugroženim. Kod svake šeste osobe na našim prostorima, prisutne su određene smetnje koje zahtevaju stručnu pomoć. Ovim procenjenim brojkama pridružuje se još jedna neslavna statistika, a to je da će se svega trećina iz ove skupine zaista i obratiti zdravstvenoj ustanovi u potrazi za podrškom. Kao razloge za neodlazak kod psihologa ili psihijatra, rezultati izvršenih istraživanja navode fizičke prepreke (udaljenost institucija i/ili nedostatak prevoza), manjak informacija o tome gde je moguće zatražiti (i dobiti) pomoć, strah od osude i stigmatizacije od strane zajednice, nepovoljnu finansijsku situaciju, niži stepen obrazovanja, kao i autostigmatizaciju – odnosno osećaj ličnog poraza ukoliko je psihološka pomoć potrebna.

Takođe, veoma je važno uzeti u obzir i neposredno iskustvo sa osobama sa psihičkim tegobama u okruženju. Osobe sa mentalnim smetnjama veoma često su stigmatizovane, diskriminisane i zanemarene od strane društva, a ponekad i od svojih najbližih, kojima strah i stid ne dozvoljavaju da vide dalje od stigme i tabua koje mentalne smetnje izazivaju u našem društvu. Sa druge strane, mentalne smetnje ne diskriminišu. Ne biraju poreklo, pol, uzrast, profesiju, kao ni nivo inteligencije ili obrazovanja.

Duševne stigmatizacije kojih se stidimo i plašimo

Predrasude prema ovakvoj vrsti zdravstvenih tegoba toliko je duboko ukorenjena da je bilo neophodno posvetiti čitava istraživanja samo temi o čak tri vrste stigmatizacije koje se javljaju. U pitanju su društvena stigma koja se odnosi na zablude javnosti prema osobama sa mentalnim problemima, zatim već pomenuta autostigma nastala

zbog njihove lične percepcije i iskustva sa takvim predrasudama, kao i institucionalna stigma koja se javlja kada politika mentalnog zdravlja ograničava mogućnosti osobama sa tegobama.

Svaka od nabrojanih stigmati doprinosi većem osećaju sramote i krivice kod osoba koje pate od mentalnih smetnji, i upravo to je razlog što se na ovu temu u našem društvu toliko ne priča. Mnogi ljudi čak i ne razumeju šta podrazumevaju mentalne bolesti, koji su im simptomi i koje od njih se mogu uspešno tretirati a koje ublažiti i držati pod kontrolom. Tu se začarani krug nastavlja, jer nedostatak znanja i edukacije o mentalnom zdravlju dovodi do nelagode u razgovoru o toj temi, pa se samim tim tema izbegava i to u širokom krugu.

Kultura ćutanja

Društvo na našim prostorima ima skoro pa tradicionalnu tendenciju da minimalizuje ili sasvim ignoriše probleme mentalnog zdravlja. Manifestacija takvog stava prema zdravlju psihe spada pod takozvanu „kulturu ćutanja“ jer se o psihičnim smetnjama ne govori otvoreno, što nanosi dodatnu štetu ionako krhkom sistemu zdravstvene zaštite mentalnog zdravlja. Nemali broj porodica koje se direktno suočavaju sa psihičkim smetnjama nekog od ukućana, smatraju da je mentalno zdravlje privatna stvar i da se o tome ne priča van četiri zida.

Upravo takva vrsta pritiska, u kombinaciji sa svakodnevnim stresom, ovom problemu lako pridružuje zloupotrebu alkohola i opojnih supstanci, snižen nivo samopoštovanja, dodatne zdravstvene tegobe, pa čak i sklonost ka samopovređivanju i samoubistvu.

Na mladima stres ostaje

A kako su nam mladi? Za početak, dovoljno zastrašujuć odgovor daje istraživanje čiji rezultati pokazuju da u Srbiji 4,1% od ukupnog stanovništva ima simptome depresije. Jedina lošija vest je da ovaj podatak ne uzima u obzir skorašnji porast psihičkih smetnji nakon neopisivih trauma koje su pogodile naše društvo u jako kratkom vremenskom razmaku.

Mladi uzrasta od 12 do 18 godina, u sve većem broju bore se sa dijagnozama anksioznosti, depresije, agresije ili mešovitih poremećaja... Borbu dodatno otežava i činjenica da se pojavila i jedna nova dijagnoza, na veoma uznemirujuć način povezana sa neshvatljivim tragedijama u Osnovnoj školi „Vladislav Ribnikar“ na Vračaru i u selima Duboni i Malom Orašju, od 3. i 4. maja 2023. godine, kada je Srbija u dva dana izgubila 19 života, uglavnom dece i mladih. Tada je ranjeno 18 osoba, a mi smo postali zemlja sa najmlađim masovnim ubicom na svetu, sa najviše žrtava iza sebe. Na sve veći broj dece sa agresivnim idejama i ukupno milion ipo maloletnika u našoj zemlji, postoji svega 40 dečjih psihijatar. Situacija po pitanju trenutnog kapaciteta naših zdravstvenih ustanova i više je nego zabrinjavajuća. Primera radi, u Institutu za mentalno zdravlje na Klinici za decu i omladinu, termin za pregled deteta čeka se i po dva meseca.

Zaključak jedino može biti da je odavno kucnuo čas da se inicira, sprovede i konstantno usavršava opsežna multisektorska saradnja po pitanju prevencije problema sa mentalnim zdravljem, a koja obuhvata pre svega stanovništvo, i to od najranijeg doba, uz edukativne i zdravstvene ustanove.

Udruživanje snaga vitalno za preventivu

Dakle, ne možemo sporiti činjenicu da sve više ljudi pati od stresa, anksioznosti i manjka motivacije. Ostali, pa i teži problemi sa mentalnim zdravljem takođe su u porastu. Okolnosti i događaji lokalno i širom planete intezivno su iscrpljujući i sve to dovodi do eskalacije psihičkih poremećaja. Od velike je važnosti da se bilo koja vrsta tegoba

prepoznata u ranoj fazi, kako se manje psihološke poteškoće ne razvijaju u probleme sa mentalnim zdravljem koji utiču na sve oblasti života.

Analiza Radne grupe za mentalno zdravlje mladih Vlade Srbije, formirana nakon dva masovna ubistva u maju prošle godine, donosi nove alarmantne prognoze po pitanju mentalnog stanja nacije. Naime, snaga traume dva majska masakra, veća je od one koju mogu ostaviti poplave, prirodne nepogode, potresi, pa čak i bombardovanje!

Rezultati toga su već vidljivi.

Iz tog razloga preduzeti su koraci da se struka suoči sa ovom novom realnošću. Otvoreno je Psihološko savetovalište u Dečjem kulturnom centru u Beogradu, koje je do sad primilo skoro 2000 dece, roditelja i nastavnika. Savetovalište koje sprovodi i koordiniše Institut za mentalno zdravlje (projekat Krizna psihosocijalna podrška zajednici, Radna grupa za podršku mentalnom zdravlju i sigurnosti mladih Vlade Republike Srbije), redovno radi i to je jedno od mesta na koje svako može doći da potraži podršku, pomoć i da porazgovara sa psiholozima. Grupa odabranih stručnjaka za mentalno zdravlje, kliničkih psihologa i psihijatara Instituta za mentalno zdravlje, Dečje klinike u Tiršovoj, Zavoda za psihofiziološke poremećaje i patologiju govora, Dečjeg odeljenja Klinike za onkologiju i radiologiju, kao i iskusnih školskih psihologa, na ovom mestu svakodnevno pruža psihosocijalnu podršku.

Organizuju se i brojne tribine na kojima psiholozi pokušavaju da edukuju i osnaže roditelje i prosvetne radnike po pitanju mentalnog zdravlja. U toku je kreiranje opsežnog programa usmerenog ka prosvetnim savetnicima kako bi se usavršile i dopunile njihove kompetencije i opšte znanje o mentalnom zdravlju. Tri publikacije su u štampi, a namenjene su direktno školama, kao i drugim profesionalcima zaduženim za razvoj mladih.

Sada je od najvećeg značaja za svaku lokalnu zajednicu, da svaki građanin da lični doprinos smanjenju stigme u vezi sa mentalnim zdravljem, kao i da se ispravne i korisne informacije pravovremeno pružaju i kruže čitavom nacijom. To će se postići unapređenjem dostupnosti podrške, kao i planiranim programima usmerenim na smanjenje stigmatizacije vezane za psihičke tegobe, jačanje rezilijentnosti stanovništva i proaktivnim koracima za smanjenje maladaptivnih stilova prevladavanja. Radi se i na jačanju resursa na internetu, obezbeđivanju materijala i aplikacija za brigu o sebi i obuci stručnjaka za pružanje podrške putem interneta.

Šta na raspolaganju imaju građani Srbije po pitanju početnih institucija za očuvanja mentalnog zdravlja?

Pre svega, tu je Institut za mentalno zdravlje, visokospecijalizovana ustanova sa bolničkom i vanbolničkom delatnošću iz oblasti zaštite i unapređenja mentalnog zdravlja, psihijatrije odraslih, psihijatrije razvojnog doba, psihijatrije starih osoba, bolesti zavisnosti, neuropsihologije, epileptologije, kliničke neurofiziologije i psihofarmakologije.

Dodatno, Institut obavlja i obrazovnu i naučnoistraživačku delatnost.

Pravo na lečenje na Institutu za mentalno zdravlje imaju svi građani a neophodna dokumentacija koju je potrebno imati je overena zdravstvena knjižica, uput za specijalistički pregled od lekara nadležnog doma zdravlja, dok za pacijente koji nisu iz Beograda, uput mora biti overen od strane nadležne komisije.

Specijalistički konsultativni pregledi i kontrole pacijenata sprovode se svakog radnog dana na dve lokacije, u Institutu za mentalno zdravlje u Milana Kašanina 3 i u Paunovoj 2, od 07:00 do 20:00č. Ukoliko pacijent nema uput ili overenu zdravstvenu knjižicu postoji mogućnost plaćanja pregleda u IMZ-u.

Broj 011/7777-000 je SOS telefon koji radi 24 sata, na koji se javljaju stručnjaci za sprečavanje samoubistva. Za građane su tu lekari Klinike za psihijatrijske bolesti "Laza Lazarević". Ukoliko je potrebna pomoć vama ili nekome koga poznajete, možete pozvati i volontere Centra "Srce" od 17h do 23h na broj telefona 0800-300-303 ili im se obratiti mejlom na vanja@centarsrce.org

Jer, sada je više nego ikada potrebna saradnja građana sa institucijama, kao i približavanje i podrška osobama iz okruženja kojima je pomoć potrebna. Neophodno je da od društva koje neguje kulturu agresije, postanemo društvo u kojima su empatija, razumevanje i briga za bližnjeg, a pogotovo mlade – prioritet i osnovni stub zajednice. Samo trnovitim putem koji vodi preko ukorenjene stigme i tabua po pitanju mentalnog zdravlja, možemo stići do zdrave nacije u kojoj je konstruktivna edukacija i briga o sebi i ljudima iz okoline sasvim prirodan odgovor na stresno vreme u kojem živimo svi, bez izuzetka.



Batut: Zdravstveno stanje 70 odsto đaka odlično, potrebno povećati fizičku aktivnost

BEOGRAD - Dve trećine đaka u Srbiji svoje zdravstveno stanje ocenjuje kao odlično, veoma je zadovoljno podrškom roditelja, nastavnika i vršnjaka, izjavila je direktorka Instituta za javno zdravlje Verica Jovanović i dodala da je istraživanje ponašanja u vezi sa zdravljem dece školskog uzrasta sprovedeno širom Srbije 2022. godine, pokazalo da je ono na istom nivou kao i kod dece u ostale 43 zemlje u kojima su đaci anketirani.

Većina adolescenata u Srbiji zadovoljna je svojim životom, ocenjujući ga prosečnom ocenom 8.3 od mogućih 10, pokazalo je istraživanje obavljeno po metodologiji Svetske zdravstvene organizacije.

Prema rečima Jovanović, istraživanje je pokazalo da je potrebno da se radi na povećanju fizičke aktivnosti dece, jer ih samo 30 odsto ispuni preporučeno vreme nedeljnih aktivnosti.

Takođe, ono je ukazalo na činjenicu da 11 odsto đaka na digitalnim i društvenim platformama provodi i po sedam sati, kao i da ih je petina, šest meseci pred istraživanje, imala teškoće sa spavanjem.

"Samo 30 odsto školske dece ispuni očekivani obim fizičke aktivnosti, a preporučen je jedan sat tokom radne nedelje. Dakle ima prostora za dodatnim unapređenjem i više fizičke aktivnosti u školskim aktivnostima. Kada su u pitanju vanškolske aktivnosti, dominiraju teže fizičke vežbe i najčešće su to sportovi poput fudbala, košarke, eventualno trčanja", rekla je Jovanović.

Ona je upozorila da 11 odsto đaka na društvenim mrežama i portalima provodi i više od sedam sati dnevno.

"Nove tehnologije veliki su izazov, donele su veoma dug period boravka dece na digitalnim uređajima i u medijima. Oni koriste i Viber i Instagram i razne portale i prate društvene mreže. Dakle, skoro 11 odsto školske dece čak sedam i više sati provodi koristeći digitalne medije, društvene i elektronske mreže, što je opasno", rekla je Jovanović.

Jovanović je istakla kao dobro što dve trećine školske dece ima dobru naviku što se tiče oralne higijene, da zube pere jednom ili više puta dnevno, ali je i upozorila da raste broj onih koji nikada ne doručuju tokom radne nedelje.

Prema njenim rečima, 70 odsto anketirane dece, što predstavlja reprezentativni uzorak za teritoriju Srbije, govori da ima odlično zdravstveno stanje i da se odlično oseća, 70 odsto ih smatra da su im porodica, pa i vršnjaci najveća podrška u svim izazovima u školskom i privatnom životu.

Takođe, ocenjuju da im je komunikacija sa vršnjacima vrlo dobra.

Anketirani đaci lično se osećaju malo više opterećeni školskim obavezama, ali zato imaju veoma dobru podršku nastavnika i svojih vršnjaka i naravno porodice.

Kada je u pitanju gojaznost samo tri odsto školske dece u Srbiji je gojazno, 15 odsto ih je u stadijumu povećane uhranjenosti, dok je ostatak dece normalno uhranjen.

Kada je u pitanju pušenje, 15,1 odsto dece se izjasnilo da je probalo da puši.

"U odnosu na 2018. kada je takođe sprovedeno isto istraživanje, među učenicima petog i sedmog razreda povećan je procenat onih koji su probali cigarete, dok je među đacima prvog razreda srednje škole taj procenat smanjen", navela je Jovanović i dodala da svaki peti đak iz prvog razreda srednje škole spada u korisnike elektronskih cigareta.

Skoro 20 odsto đaka je bilo pijano bar jednom u životu, kao i da se kocka. Nasilno prema drugim vršnjacima bilo je 7,8 odsto đaka.

Skoro petina đaka prvog razreda srednje škole stupila je u seksualne odnose, a kondom je pri poslednjem odnosu koristilo manje od dve trećine.

Ovo istraživanje je, kako je rekla, značajno da bi nadležne institucije, na osnovu njega, mogle da planiraju zdravstveno promotivne aktivnosti, kojima bi se suzbijali rizični aspekti po zdravlje školske dece.



VELIKI KAŠALJ NE POSUSTAJE U Srbiji 1.102 slučaja pertusisa

Na teritoriji Srbije su do 29. marta prijavljena ukupno 1.102 potvrđena slučaja velikog kašlja (pertusisa) kod kojih je dijagnoza postavljena od početka 2024. godine.

Od početka 2024. godine prijavljena su dva smrtna ishoda uzrokovana pertusisom kod nevakcinisane dece uzrasta dva i po, odnosno tri meseca, podaci su Instituta za javno zdravlje Srbije "Dr Milan Jovanović Batuš".

Najveći broj slučajeva registrovan je u uzrasnim grupama osoba starijih od 20 godina, zatim uzrasta 10 do 14 godina, dok je najveća uzrasno-specifična stopa incidencije zabeležena u uzrasnoj grupi odojčadi mlađe od 12 meseci.

Od ukupnog broja prijavljenih slučajeva njih 89 bilo je hospitalizovano, pri čemu je najveći broj hospitalizovanih u uzrasnoj grupi mlađih od 12 meseci.

Najveći broj slučajeva pertusisa u odnosu na mesto prebivališta prijavljen je sa teritorije Južnobačkog okruga i Grada Beograda, dok su najviše stope incidencije registrovane na teritoriji Južnobačkog, Južnobanatskog okruga i Grada Beograda.