



ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Ψυχική Υγεία στην Κύπρο - Προκλήσεις & Εισηγήσεις

Εισαγωγή

Παγκοσμίως, 1 στους 8 ανθρώπους βιώνει κάποια πάθηση ψυχικής υγείας, με την κατάθλιψη και το άγχος από τις πιο κοινές, σύμφωνα με ανακοίνωση της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας (ΠΟΥ - 2022).

Σύμφωνα δε με ευρωπαϊκά στοιχεία (Προφίλ Υγείας 2023), 1 στους 6 Κύπριους αντιμετώπιζε πρόβλημα ψυχικής υγείας το 2019, πριν την πανδημία που επηρέασε τους πολίτες παγκοσμίως. Η Κύπρο διαθέτει μόλις 15 κλίνες ψυχιατρικής νοσηλείας ανά 100.000 κατοίκους, όταν ο μέσος όρος στην Ευρώπη φτάνει τις 70.

Με αυτά τα δεδομένα η ψυχική υγεία θα πρέπει να αποτελεί πλέον προτεραιότητα της κυπριακής πολιτείας, των θεσμών, των οργανωμένων συνόλων, και του κάθε πολίτη ξεχωριστά.

Ο Σύνδεσμος Προστασίας της Ψυχικής Υγείας (ΣΠΨΥ) θεωρεί ότι κράτος και κοινωνία θα πρέπει να αναλάβουν τις ευθύνες τους δίνοντας λύσεις σε μια ομάδα ευάλωτων συμπολιτών μας, προσφέροντας τους ελπίδα για ένα καλύτερο αύριο.

Η ψυχοκοινωνική αναπηρία και τα προβλήματα ψυχικής υγείας πρέπει να αντιμετωπίζονται ως ανθρώπινη εμπειρία που επηρεάζεται από ευρύτερους κοινωνικούς, οικονομικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες.

Ως ΣΠΨΥ θεωρούμαι ότι:

- **Η ψυχική υγεία είναι μέρος της Δημόσιας Υγείας** - Το θέμα της ψυχικής υγείας πρέπει να αντιμετωπίζεται ως αναπόσπαστο μέρος του κεφαλαίου της δημόσιας υγείας και η διάσταση αυτή να λαμβάνεται υπόψη στη διαμόρφωση πολιτικών, σε όλους τους τομείς.
- **Η ψυχική υγεία πρέπει να προσεγγίζεται με βάση τα ανθρώπινα δικαιώματα** -
 - Η ψυχική υγεία είναι θεμελιώδες ανθρώπινο δικαίωμα, καθώς αποτελεί αναπόσπαστο μέρος του δικαιώματος στην υγεία και σε ολοκληρωμένες υπηρεσίες.
 - Πρέπει να αναγνωριστούν τα ανθρώπινα δικαιώματα των ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας, με ανάλογες υπηρεσίες, πολιτικές, δομές και κονδύλια.

- **Επιβάλλεται η συνδημιουργία στη διαμόρφωση πολιτικής** - Κατά την ανάπτυξη, εφαρμογή και αξιολόγηση πολιτικών ή υπηρεσιών στον τομέα της ψυχικής υγείας, είναι ζωτικής σημασίας να δοθεί η δυνατότητα σε όλους τους ενδιαφερόμενους, δηλαδή οργανώσεις, οικογένειες, και εμπειρογνώμονες από εμπειρία (χρήστες υπηρεσιών – experts by experience), να συνεργαστούν με ίσους όρους. Η συνδημιουργία εξασφαλίζει ότι οι πολιτικές και οι υπηρεσίες ανταποκρίνονται καλύτερα στις πραγματικές ανάγκες.

ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΙΣΗΓΗΣΕΙΣ

ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΑΘΑΛΑΣΣΑΣ ΚΑΙ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΕΣ ΚΛΙΝΙΚΕΣ

A. Θεραπευτικά πρωτόκολλα

Δημιουργία ή/και επαναξιολόγηση θεραπευτικών πρωτοκόλλων για όλες τις επαγγελματικές ομάδες που προσφέρουν υπηρεσίες στους ψυχικά ασθενείς στο Νοσοκομείο Αθαλάσσας και τις Ψυχιατρικές Κλινικές. Η επανεξέταση θα πρέπει να γίνει αξιοποιώντας υπάρχουσες κλινικές οδηγίες και πρότυπα φροντίδας, από ευρωπαϊκές χώρες όπως την Ολλανδία, το Ηνωμένο Βασίλειο και το πρόγραμμα της ΠΟΥ Mental Health Gap Action.

B. Νοσοκομείο Αθαλάσσας

Το Νοσοκομείο Αθαλάσσας (NA) αποτελεί το μοναδικό νοσοκομείο ψυχικής υγείας στην Κύπρο, με την πιο ακατάλληλη κτιριακή υποδομή στο ΓΕΣΥ. Τα κύρια προβλήματα που αντιμετωπίζονται και οι εισηγήσεις τους ΣΠΨΥ είναι:

1. Κτιριακές εγκαταστάσεις – Το NA στεγάζεται σε υποδομές που δεν αρμόζουν στη σημερινή εποχή και οι οποίες δεν προσφέρονται για αξιοπρεπή νοσηλεία ασθενών. Η Α' φάση κατασκευής του νέου ψυχιατρείου αφορά κυρίως την ανέγερση δύο θαλάμων Οξέων Περιστατικών 50 κλινών και μιας θεραπευτικής Μονάδας Εξαρτημένων Ατόμων 18 κλινών.

Εισήγηση – Επιβάλλεται η δημιουργία ενός σύγχρονου ψυχιατρικού νοσοκομείου, με όλα τα απαραίτητα τμήματα και υπηρεσίες για διάγνωση, νοσηλεία και αποκατάσταση.

Εισήγηση - Πρέπει να επισπευσθεί η έγκριση της Β φάσης, του Νοσοκομείου Αθαλάσσας, η οποία θα πρέπει να περιλαμβάνει επιπρόσθετες κλίνες και άλλες αναγκαίες αίθουσες.

2. Χωρητικότητα – Το Νοσοκομείο είναι μόνιμα υπερπλήρης με αποτέλεσμα ασθενείς να διαμένουν σε δύσκολες συνθήκες και να απολύονται πριν την ολοκλήρωση της θεραπείας τους.

Εισήγηση – Να αυξηθούν οι κλίνες στο ΝΑ ώστε να ανταποκρίνεται στις σημερινές ανάγκες.

Εισήγηση – Για την αποσυμφόρηση του ΝΑ, θα πρέπει να ενισχυθεί η χωρητικότητα των Ψυχιατρικών Κλινικών Λευκωσίας και Λεμεσού, και να δημιουργηθούν ψυχιατρικές κλινικές σε άλλες επαρχίες (Λάρνακα/Πάφο) ώστε να παρέχονται θεραπείες στην επαρχία διαμονής των ασθενών.

3. Προσφερόμενες υπηρεσίες – Η θεραπεία που παρέχεται στους ασθενείς στο ΝΑ συνίσταται σχεδόν αποκλειστικά σε φαρμακολογική αγωγή, όπως διαπιστώνεται και στην έκθεση της Επιτροπής Κατά των Βασανιστηρίων του Συμβουλίου της Ευρώπης (2018). Η έκθεση αναφέρεται επίσης σε κακή συμπεριφορά των εργαζομένων προς ασθενείς καθώς και στην ανάγκη για συνεχή εκπαίδευση των εργαζομένων.

Ταυτόχρονα, το ΝΑ λειτουργεί με ελλείψεις σε εξειδικευμένο προσωπικό (ψυχιάτρων, ψυχολόγων, γενικών γιατρών, εργοθεραπευτών), ενώ αποσύρθηκαν οι κοινωνικοί λειτουργοί από όλες τις ενδονοσοκομειακές δομές. Ως αποτέλεσμα προκύπτει μη ικανοποιητική θεραπεία και αποκατάσταση των ασθενών.

Εισήγηση - Να αυξηθεί το φάσμα των προσφερόμενων θεραπευτικών, επαγγελματικών και αποκαταστατικών δραστηριοτήτων, και να διασφαλιστεί η συμμετοχή των ασθενών σε αυτές, δίνοντας τους λόγο.

Εισήγηση – Ως άμεσο μέτρο θα πρέπει να υπάρξει αγορά υπηρεσιών στις ειδικότητες όπου προκύπτει ανάγκη.

Εισήγηση - Πρέπει να αποσπαστούν οι κοινωνικοί λειτουργοί στις κλειστές δομές (ΝΑ/Ψυχιατρικές Κλινικές) ώστε η στήριξη στους ασθενείς και τις οικογένειες τους να είναι πιο ολοκληρωμένη. Η απουσία τους δημιουργεί το φαινόμενο της «κυλιόμενης πόρτας», με επανεισδοχές.

Εισήγηση – Άμεσα να εισαχθούν προγράμματα εναλλακτικών δραστηριοτήτων εντός του Νοσοκομείου ώστε να υπάρχει μια πιο ολοκληρωμένη φροντίδα και αποκατάσταση των ασθενών.

Εισήγηση - Θα πρέπει να υπάρχει σωστή και πλήρης ενημέρωση και εμπλοκή όχι μόνο των ασθενών, αλλά και των οικογενειών τους, σε

όλο το φάσμα της εισαγωγής, θεραπείας και αποκατάστασης των ασθενών.

Γ. Ψυχιατρικές κλινικές

Σήμερα στην Κύπρο λειτουργούν μόνο δύο ψυχιατρικές κλινικές, στα Γενικά Νοσοκομεία Λευκωσίας και Λεμεσού, με περιορισμένη χωρητικότητα, με ότι αυτό συνεπάγεται για τα ίδια τα άτομα και τις οικογένειες τους.

Εισήγηση – Να αυξηθεί η χωρητικότητα των ψυχιατρικών κλινικών ώστε να αποφεύγεται η μεταφορά ατόμων στο ΝΑ.

Εισήγηση – Άμεσα να δρομολογηθεί η ίδρυση νέων ψυχιατρικών κλινικών σε όλες τις επαρχίες ώστε να διευκολύνονται οι ασθενείς και οι οικογένειες τους.

Εισήγηση – Επανεξέταση των κοινωνικών λειτουργιών στις ψυχιατρικές κλινικές και εκπαίδευση των Κοινωνικών Λειτουργιών της Γειτονιάς σε θέματα ψυχικής υγείας.

ΑΠΟΪΔΡΥΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΑΣΘΕΝΩΝ

Στόχος όλων των προγραμμάτων στο Νοσοκομείο Αθαλάσσας θα πρέπει να είναι η αποϊδρυματοποίηση των χρόνιων ασθενών, καθώς και στήριξη για εγκατάσταση και διαβίωση όλων των ψυχικά ασθενών στην κοινότητα. Για επίτευξη αυτού του στόχου, θα πρέπει να γίνει μελέτη από τις σχετικές υπηρεσίες ώστε να καταγραφούν οι ανάγκες και να γίνουν λειτουργικές εισηγήσεις. Με δεδομένες τις γνώσεις του και βάσει καλών πρακτικών άλλων χωρών, ο ΣΠΨΥ εισηγείται τα ακόλουθα:

Εισήγηση - Να υπάρξει σοβαρή συνεργασία μεταξύ όλων των αρμόδιων υπηρεσιών για την αποκατάσταση ατόμων στην κοινότητα, σε υποστηριζόμενες κρατικές δομές διαβίωσης σε όλες τις επαρχίες. Ενδεικτικά να αναφέρουμε ότι σήμερα λειτουργεί μόνο ένας κρατικός ξενώνας, στην Λευκωσία (Λατσιά).

Εισήγηση – Η πολιτεία να προχωρήσει στη δημιουργία δομών στην κοινότητα για ανεξάρτητη διαβίωση ατόμων, προσφέροντας εξατομικευμένες υπηρεσίες, σύμφωνα με τις ανάγκες τους, καθώς και οικονομική βοήθεια για μια αξιοπρεπή διαβίωση.

Στις όλες τις κοινοτικές δομές θα πρέπει, εκτός από την εποπτεία, να προσφέρονται σταθερά προγράμματα φροντίδας, ρουτίνας, ψυχαγωγίας, εθελοντικής εργασίας και εργασιακής αποκατάστασης.

Επίσης, οι επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται με την κοινοτική φροντίδα θα πρέπει να ενθαρρύνουν και να βοηθούν στην συμμετοχή

των ασθενών σε προγράμματα, εκπαιδευτικά, ψυχαγωγικά και άλλα, που προφέρονται στην κοινότητα.

Εισήγηση – Να εισαχθεί ουσιαστικός και επαναλαμβανόμενος έλεγχος των ιδιωτικών δομών μέσα στην κοινότητα που φιλοξενούν άτομα με προληβήματα ψυχικής υγείας. Επίσης θα πρέπει να υποβάλλονται ετήσιες εκθέσεις από κρατικές υπηρεσίες και άλλους αρμόδιους ανεξάρτητους φορείς (Επιτροπή Εποπτείας Ψυχικά Ασθενών, ανεξάρτητους αξιωματούχους κλπ.) σχετικά με τη λειτουργία τους. Οι εκθέσεις αυτές θα πρέπει να δημοσιοποιούνται ώστε να αποτελούν βάση για δημόσιο διάλογο και να λαμβάνονται σοβαρά υπόψη στη διαμόρφωση πολιτικής.

Αυτό επιβάλλει και η έκθεση της Επιτροπής Κατά των Βασανιστηρίων του Συμβουλίου της Ευρώπης (2018) στην οποία αναφέρεται ότι σε συγκεκριμένες ιδιωτικές δομές τα άτομα στερούνταν την ελευθερία τους, χωρίς να απολαμβάνουν ανάλογες διασφαλίσεις.

(The CPT found that several residents accommodated at Ariadni, Ayios Christophoros and Ayios Georgios Homes were de facto deprived of their liberty without benefiting from appropriate safeguards <https://rm.coe.int/16807bf7b5>)

ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ – ΔΟΜΕΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ - ΕΡΓΑΣΙΑ

A. Κοινωνική φροντίδα - Τα άτομα με βιωματική εμπειρία έχουν το δικαίωμα να ζουν μια πλήρη και ουσιαστική ζωή στις κοινότητές τους. Υπάρχει άμεση ανάγκη για ανάπτυξη και ενίσχυση των κοινοτικών δομών ψυχικής υγείας και παροχή ολοκληρωμένων υπηρεσιών – πρόληψη, διάγνωση, θεραπείας και αποκατάσταση – μέσα στην κοινότητα.

Προτεραιότητα των Υπηρεσιών Ψυχικής Υγείας θα πρέπει να είναι η υποστήριξη όλων όσων διαμένουν στην κοινότητα με διεπιστημονική ομάδα εργασίας (ψυχίατρο, ψυχολόγο, νοσηλεύτη, κοινωνικό λειτουργό, εργασιοθεραπευτή, κοινοτικό εργαζόμενο/community worker).

Επιπλέον είναι αναγκαίο να υπάρξει ολοκληρωμένη κοινωνική θεραπεία με δράσεις και προγράμματα για κατ' οίκον μετα-νοσοκομειακή φροντίδα, αλλά και κατ' οίκον παρέμβαση και θεραπεία στις περιπτώσεις κρίσης, για αποφυγή νοσοκομειακής νοσηλείας. (Τέτοια προγράμματα λειτουργούν ήδη σε αρκετές ευρωπαϊκές χώρες, παραδείγματος χάριν το πρόγραμμα FACT στην Ολλανδία, το οποίο αποτέλεσε την βάση για παρόμοια προγράμματα σε πολλές χώρες της Ευρώπης.)

B. Δομές ψυχοκοινωνικής και εργασιακής αποκατάστασης ενηλίκων -

Σήμερα λειτουργούν δύο δομές μέσα στην κοινότητα, στην Λευκωσία και τη Λεμεσό. Πρόκειται για:

- A. Την Μονάδα Εργασιακής Αποκατάστασης (ΜΕΡΑ), για επαγγελματική και κοινωνική αποκατάσταση, όπου άτομα τα οποία ζουν στην κοινότητα και κρίνεται ότι έχουν τη δυνατότητα εργασιακής αποκατάστασης ακολουθούν συγκεκριμένο πρόγραμμα, με απώτερο στόχο την εξεύρεση εργασίας. Λειτουργεί τις ίδιες ώρες εργασίας με το δημόσιο.

Η απασχόληση έχει αποδειχθεί ότι μόνο θετικά αποτελέσματα προσφέρει στα άτομα με ψυχικές διαταραχές διότι επηρεάζει θετικά την ψυχολογία τους, βελτιώνοντας την αυτοπεποίθηση και κοινωνικοποίηση τους. Επίσης, τα βοηθά να γίνονται μερικώς οικονομικά ανεξάρτητοι.

- B. Το Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας (ΗΜΕΡΑ) όπου προσφέρονται προγράμματα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης χρόνιων ασθενών, που ζουν στην κοινότητα, με στόχο τη βελτίωση της προσαρμοστικότητας και λειτουργικότητας τους. Λειτουργεί τις ίδιες ώρες εργασίας με το δημόσιο.

Εισήγηση – Να εκπονηθεί ανεξάρτητη μελέτη για αξιολόγηση των δύο αυτών δομών, και υποβολή προτάσεων για βελτίωση, επέκταση και περαιτέρω ανάπτυξη τους, λαμβάνοντας υπόψη τις απόψεις των επαγγελματιών, των ασθενών και των οικογενειών τους.

Εισήγηση - Να υπάρξουν κίνητρα προς ΟΕΒ και ΚΕΒΕ για εργοδότηση ατόμων με προκλήσεις ψυχικής υγείας και να διασφαλιστεί ότι θα τους δίνεται ίση ευκαιρία έναντι άλλων ατόμων.

Εισήγηση – Η πολιτεία θα μπορούσε να στηρίξει την προσπάθεια δημιουργίας κοινωνικών επιχειρήσεων ατόμων που αντιμετωπίζουν πρόβλημα ψυχικής υγείας, αφού πρόκειται για μια ιδιαίτερη, ευάλωτη ομάδα. Αυτό θα μπορούσε να γίνει με προγράμματα ενημέρωσης και εκπαίδευσης, καθώς και οικονομική ενίσχυση.

Τρεις Προτάσεις για 'Άμεση Δράση

Ο ΣΠΨΥ εισηγείται τρεις συγκεκριμένες δράσεις που θα μπορούσε η πολιτεία να προωθήσει άμεσα:

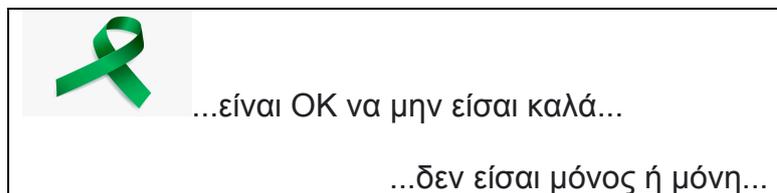
1. Το κράτος θα πρέπει να δώσει επιπλέον επιχορήγηση στον ΟΚΥΠΥ για υπηρεσίες ψυχικής υγείας που προσφέρει. Μόνο με επιπλέον ειδική επιχορήγηση θα μπορέσει ο ΟΚΥΠΥ να ανταποκριθεί αποτελεσματικά στις αυξανόμενες ανάγκες, αλλά και για την στήριξη και επέκταση της κοινοτικής φροντίδας.

2. Παγκύπρια Γραμμή Στήριξης, η οποία να λειτουργεί για δύο διαφορετικούς σκοπούς:
 - Τηλεφωνική γραμμή βοήθειας για άμεση στήριξη, 24 ώρες την ημέρα και επτά ημέρες την εβδομάδα, στελεχωμένη από επαγγελματίες στον τομέα της ψυχικής υγείας και εκπαιδευμένα άτομα.
 - Τηλεφωνική γραμμή πληροφόρησης και ενημέρωσης σχετικά με υπάρχουσες υπηρεσίες, για ασθενείς και άτομα του περιβάλλοντος τους. Οι λειτουργοί που θα χειρίζονται τη γραμμή αυτή θα πρέπει να έχουν διασυνδεδετικό και θεσμοθετημένο ρόλο, με τη δημόσια υπηρεσία.
3. Εκστρατεία πληροφόρησης και ενημέρωσης του κοινού σε μια προσπάθεια να καταπολεμηθεί το στίγμα.

Επικοινωνία

Email: sppigias@gmail.com Mobile: 97 952510

Facebook: <https://www.facebook.com/mentalhealthcy>



Χρήσιμες πληροφορίες – πηγές

Ανακοίνωση ΠΟΥ <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

ΠΟΥ εγχειρίδιο <https://www.who.int/news/item/11-03-2024-who-launches-new-manual-to-support-delivery-of-psychological-interventions>

Εκθεση Επιτροπής Κατά των Βασανιστηρίων Συμβουλίου της Ευρώπης (2018)

<https://rm.coe.int/16807bf7b5>

<https://www.coe.int/en/web/cpt/-/anti-torture-committee-publishes-report-on-its-visit-to-cyprus#:~:text=2018%20News&text=In%20a%20report%20on%20Cyprus,of%20investigations%20into%20such%20allegations.>

OECD – EC - Κύπρος, Προφίλ Υγείας 2023 https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/2023_4cfc5f43-el