УКРАЇНСЬКИЙ ДОСВІД подолання психологічної травми

Україна взяла участь у Глобальному саміті психічного здоров'я (GlobalMental Health Summit, 2022), який відбувся нещодавно в Римі (Італія). Досвід українських фахівців викликав неабиякий інтерес і підтримку аудиторії. І це недивно, адже цивілізований світ уважно спостерігає, як український народ стійко долає вплив жахливої несправедливої війни на психічне здоров'я нації.

Міжнародні організації та країни-партнери від початку повномасштабного вторгнення — а деякі ще з 2014 року — надають допомогу нашій країні: діляться досвідом і знаннями, надсилають лікарів і фахівців у сфері психічного здоров'я, передають гуманітарні вантажі. Програми й інструменти для психосоціальної підтримки населення в умовах воєнного конфлікту, що реалізуються зараз в Україні, викликають неабияку зацікавленість із боку інших держав, адже набутий нашою країною досвід допоможе їм переглянути та вдосконалити власні системи з підтримки психічного здоров'я. Від 24 лютого третина українців була змушена покинути свої домівки через неспровокований збройний напад росії. І вже вісім місяців українці потерпають від активних бойових дій, що не припиняються. На окупованих територіях бракує їжі, питної води й основних ліків. По всій Україні люди живуть під постійною загрозою повітряних атак. Щодня десятки українців отримують тяжкі поранення, багато військових і цивільних втрачають кінцівки.

Як зазначила у своєму виступі Ксенія Возніцина, директорка Центру психічного здоров'я і реабілітації «Лісова поляна» МОЗ України, яка цьогоріч представляла Україну на Глобальному саміті психічного здоров'я, війна чинить вплив як на фізичне, так і на психічне здоров'я багатьох людей в Україні. Особливо сильно позначається на найвразливіших верствах населення, як-от особи з обмеженими можливостями та особи похилого віку, які не змогли евакуюватися із зони бойових дій і намагаються віднайти безпеку і захист. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, кожен п'ятий житель зони бойових дій матиме психічний розлад протягом 10 років і може потребувати психологічної підтримки та лікування через травму та стрес, пов'язані з війною. Тому Україна почала адаптувати систему охорони здоров'я до нових потреб. Раніше українська система охорони психічного здоров'я була зосереджена на біомедичних підходах. Психіатричні послуги надавалися в стаціонарних психіатричних лікарнях або відділеннях. Багато осіб і установ в Україні, включно з Міністерством охорони здоров'я (МОЗ), урядом України, міжнародними організаціями та донорськими організаціями, вже об'єднали зусилля для розвитку доступної та якісної системи охорони психічного здоров'я. Ці зусилля були започатковані та підтримані Національною програмою психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, ініційованою першою леді Оленою Зеленською. Нині МОЗ активно працює над інтеграцією служб психічного здоров'я в первинну медичну допомогу, щоб усунути прогалини в лікуванні осіб із психічними розладами і порушеннями, пов'язаними з вживанням психоактивних речовин. Розпочато навчання сімейних лікарів, щоб вони могли виявляти та лікувати типові розлади психічного здоров'я й уживання психоактивних речовин. Планується розвивати громадські центри психічного здоров'я по всій Україні. Ці послуги оплачуватиме держава, вони стануть доступнішими, зокрема для незахищених верств населення. Нині МОЗ підтримує роботу мобільних бригад психічного здоров'я, що надають послуги на рівні громади для важкодоступних груп населення.

Для покращення реабілітаційних послуг програма медичних гарантій буде доповнена додатковим пакетом, який залучатиме психологічну реабілітацію. Уже введено в лікарнях посади психотерапевта та клінічного психолога.

Експерти в галузі психічного здоров'я сподіваються, що вдасться запобігти катастрофічній ситуації й Україна переживе цю війну завдяки згуртованості її громадян та підтримці прогресивного світу. «Ми маємо сили відкрито говорити про нашу травму всередині країни та на глобальному рівні. Із гумором, героїзмом наших воїнів переживаємо травматичні події. Ми також трансформуємо нашу травму за допомогою конструктивних дій, як-от відновлення зруйнованих будинків та інфраструктури, волонтерство та доброчинність. І найголовніше, у нас є почуття та цінності, сильніші за травму. Ми разом протистоїмо злу. Захищаємо нашу країну, її цінності, права людини та демократію. Разом ми переможемо й, сподіваюся, побудуємо безпечніший і здоровіший світ для всіх», — підсумувала пані Ксенія.

Підготувала ***Лариса Мартинова***

За матеріалами www.moz.gov.ua