О проведении Дня здоровья на тему
«Преодолеем стресс - сохраним психическое здоровье!»

10 октября 2015 года в районной поликлинике состоится очередной День здоровья, который проводится в рамках Всемирного дня охраны психического здоровья (10 октября) с целью профилактики психических заболеваний, пропаганды принципов здорового образа жизни под девизом «Преодолеем стресс – сохраним психическое здоровье!».

Всемирный день психического здоровья отмечается в мире с 1992 года. Праздник установлен по инициативе Всемирной федерации психического здоровья при поддержке Всемирной организации здравоохранения. День психического здоровья входит в перечень всемирных и международных дней, отмечаемых ООН.

По оценкам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), на планете сегодня живет более 450 миллионов людей, страдающих психическими заболеваниями. Росту заболеваемости способствуют информационные перегрузки, политические и экономические катаклизмы, а предвестниками заболеваний являются стрессы.

Современная жизнь сама по себе располагает к стрессам: изменения в политической жизни, экономике, напряженность на работе, конфликты и личностные переживания, да и просто поездка в общественном транспорте приводят к тому, что человек со своими стрессами начинает смиряться, накапливая психическую напряженность, приближаясь к депрессии и более глубоким психическим нарушениям. Стрессы стали составляющей частью жизни современного человека. Люди борются с последствиями, не задумываясь о том, что нужно предупреждать эмоциональную напряженность, а не ждать негативного воздействия на здоровье.

Первоочередной целью Всемирного дня психического здоровья является содействие сокращению расстройств, по поводу которых не проводится никакого лечения или оно проводится явно недостаточно: депрессивных расстройств, шизофрении, болезни Альцгеймера, наркотической зависимости, эпилепсии, умственной отсталости. Кроме того, задачей проведения Дня психического здоровья является применение культурных традиций и улучшение эмоционального климата для укрепления психического здоровья и профилактике психических заболеваний.

Этот день должен стать объединяющим, вызвать интерес к теме душевного здоровья и способствовать росту популярности мероприятий по охране и улучшению психического состояния людей; создать новое отношение к этой теме, развить новые взаимоотношения между людьми, способствовать росту толерантности населения к психически больным.

Отделение медпрофилактики МБУЗ ЦРБ мо Новопокровский район