

По рекомендации Всемирной Организации Здравоохранения принято считать 10 сентября каждого года Всемирным Днем предотвращения самоубийств. Этот день призван привлечь внимание к проблеме суицидального поведения.

Глобальной целью Всемирного Дня предотвращения самоубийств является снижение суицидальной активности населения (уменьшение уровня суицидов).

Поскольку предупреждение самоубийств представляет собой весьма непростую, но выполнимую комплексную немедицинскую задачу, для достижения поставленной цели 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.

В разных странах показатели суицидальной активности колеблются в значительных пределах в зависимости от региона, социально-экономических условий проживания, политики, национальных особенностей и культурных традиций, религиозных установок.

В Республике Беларусь совместными усилиями органов государственного управления, учреждений и организаций различного подчинения уровень суицидов среди населения снизился и достиг по шкале ВОЗ среднего уровня – менее 20 случаев на 100 000 населения (2013 – 20,1; 2014 – 18,3; 2015 – 18,1).

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

Информация о получении такой помощи доступна в средствах массовой информации,

сети Интернет и на информационных стендах организаций здравоохранения.

В каждом регионе функционирует служба экстренной психологической помощи по телефону «Телефон доверия».

Профилактика суицидов является составной частью политики повышения демографической безопасности государства.

Учитывая актуальность и разноплановость проблемы суицидального поведения населения, основные усилия по профилактике суицидального поведения населения будут сосредоточены, прежде всего, на трудоспособной, 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;

изменение отношения людей к своему здоровью, в том числе психическому, психологическому и проблеме самоубийств;

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

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

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

обеспечение участия в профилактике суицидов государственных органов, иных организаций, общественных объединений и традиционных религиозных организаций и повышение уровня их ответственности за реализацию мероприятий по профилактике суицидов;

совершенствование организации профилактических мероприятий, прежде всего, вне системы здравоохранения;

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

Принимая во внимание тот факт, что алкоголизация населения способствует росту суицидальной активности, будет продолжена систематическая и целенаправленная профилактическая работа по снижению потребления алкоголя населением республики.

Важное значение имеет характер освещения СМИ проблемы самоубийств и конкретных случаев суицидальных актов. Специалисты СМИ могут и должны внести свой вклад в осознание обществом проблемы самоубийств и формирование реалистичных, не искаженных предрассудками, представлений о самоубийстве, а также способствовать распространению просветительской информации о признаках суицидального риска, о 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.

В населении существует ложное убеждение о том, что обращение к психиатру, психотерапевту, психологу является чем-то постыдным и влечет за собой социальные последствия.

В период возникновения психических, психологических проблем необходимо думать о здоровье, качестве жизни, а не следовать ложным убеждениям.

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

Обращение за психиатрической помощью не влечет за собой никаких социальных последствий!

В республике функционируетслужба экстренной психологической помощи по телефону «Телефон доверия».

Наша жизнь непредсказуема: сегодня все хорошо, а завтра может случиться что-то непредвиденное, способное перевернуть все наше существование с ног на голову.

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 созданытелефоны экстренной психологической помощи, или, говоря проще, «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 взрослых8-017-290-44-44 (многоканальный, круглосуточно).

Минск: для детей и подростков – 8-017-263-03-03 (круглосуточно)

Брест: 8-0162-40-62-26 (круглосуточно)

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

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

Гродно: 8-0152-170 (круглосуточно)

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

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

8-029-899-04-01 (МТС, круглосуточно)

"Мир, вероятно, спасти уже не удастся, но отдельного человека всегда можно"

Иосиф Бродский