



## **\*του Ανδρέα Χατζηττοφή**

Με την ευκαιρία της παγκόσμια ημέρας ψυχικής υγείας (10 Οκτωβρίου), θα ήθελα να θίξω το θέμα του στίγματος το οποίο χαρακτηρίζει τις ψυχικές παθήσεις και γενικότερα τη Ψυχιατρική. Οι ψυχικές παθήσεις είναι πολύ συχνές στο γενικό πληθυσμό, με την κατάθλιψη να έχει προεξέχουσα θέση μαζί με τις αγχώδεις διαταραχές και τις εξαρτήσεις. Με έναν στους τέσσερις ανθρώπους να πάσχει από κάποια ψυχική νόσο κατά τη διάρκεια της ζωής του οι ψυχικές νόσοι έχουν τεράστιο οικονομικό αλλά και κοινωνικό κόστος. Η κατάθλιψη αποτελεί την πρώτη αιτία αναπηρίας στον κόσμο, ενώ ακολουθούν ο καρκίνος και οι καρδιοπάθειες. Η κατά κεφαλήν επένδυση στη ψυχική υγεία είναι ελάχιστη, με μέσο κόστος τα 3 δολάρια. Αυτή η τεράστια διαφορά ανάμεσα στις ανάγκες και στους διαθέσιμους πόρους εντείνει τα προβλήματα.

Αλλά εκτός και από τα συμπτώματα της νόσου, οι ψυχικά ασθενείς αντιμετωπίζουν μια σειρά από ανισότητες σε διάφορους τομείς της ζωής, από την πρόσβαση στις υπηρεσίες υγείας, την κοινωνική πρόνοια, τη συμμετοχή στα κοινά αλλά και την εργασία. Ειδικά για την εργασία, είναι γνωστό ότι η μακροχρόνια ανεργία αλλά και το έντονο εργασιακό στρες αποτελούν παράγοντες κινδύνου για ψυχικές παθήσεις, ενώ τα άτομα τα οποία ήδη νοσούν πρέπει να λαμβάνουν την απαραίτητη στήριξη στο εργασιακό τους περιβάλλον και όχι να αντιμετωπίζονται με προκατάληψη και διακρίσεις.

Αυτό ακριβώς το στίγμα για τις ψυχικές νόσους δυσχεραίνει και την απαραίτητη εφαρμογή προγραμμάτων για τη ψυχική υγεία. Αλλά πως λειτουργεί το στίγμα;

Πρώτον, οι άνθρωποι ξεχωρίζουν και κατηγοριοποιούν τους άλλους με βάση ένα χαρακτηριστικό: σε αυτή την περίπτωση ψυχική νόσος. Δεύτερο, το χαρακτηριστικό αυτό συνδέεται με ανεπιθύμητες ιδιότητες και στερεότυπα π.χ βίαιη συμπεριφορά. Τρίτο, γίνεται σαφής διαχωρισμός αυτής της ομάδας, με συστηματική υποτίμηση και διακρίσεις σε τομείς όπως η εκπαίδευση, υγεία, εργασία και κοινωνική θέση. Οι εν λόγω διακρίσεις, οδηγούν τελικά σε κοινωνικό αποκλεισμό και επιδείνωση της ίδιας της ψυχικής νόσου.



Μερικά παραδείγματα είναι η χαμηλότερης ποιότητας ιατρική φροντίδα στους ψυχικά ασθενείς λόγω δύσκολης πρόσβασης στις υπηρεσίες υγείας, αλλά και λανθασμένων αντιλήψεων ακόμα και από το ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό. Ακόμα, η αντίληψη ότι όλοι οι ψυχικά ασθενείς είναι βίαιοι και επικίνδυνοι, εξ ου και η έκφραση "σχιζοφρενής δολοφόνος". Ποιος θα ήθελε ένα ξενώνα αποκατάστασης σχιζοφρενών στη γειτονία του; Και πώς θα λειτουργούσε και θα κατόρθωνε να ενσωματώσει τους ασθενείς στο κοινωνικό σύνολο αν κανένας δεν το ήθελε κοντά του;

Υπάρχει όμως και το στίγμα προς τον ίδιο τον εαυτό. Οι ίδιοι οι ασθενείς δεν αποδέχονται τη νόσο, αισθάνονται άσχημα για το ρόλο που τους δίνει η κοινωνία και αδυνατούν να ενταχθούν π.χ στο εργασιακό περιβάλλον ή να λάβουν τη φαρμακευτική τους αγωγή. Η αντίληψη ότι "όποιος λαμβάνει ψυχοφάρμακα ή επισκέπτεται ψυχίατρο είναι τρελός" οδηγεί πολύ συχνά στην καθυστέρηση της διάγνωσης και της θεραπείας αλλά και στην απόκρυψη της νόσου από το οικογενειακό περιβάλλον στερώντας από τον ασθενή την στήριξη την οποία έχει απόλυτη ανάγκη.

Σκεφτείτε ένα καρκινοπαθή να μην το αναφέρει σε κανένα, να ντρέπεται ότι θα τον χαρακτηρίσουν αδύναμο, τρελό, ότι αυτός ευθύνεται για το πρόβλημα ή ότι "μπορεί να το ξεπεράσει με θετική σκέψη". Πριν λίγες ημέρες ήταν η πορεία για τον καρκίνο του μαστού με πλήθος ασθενών, φίλων και υποστηρικτών. Πότε έγινε κάτι αντίστοιχο για τη σχιζοφρένεια από την οποία πάσχει το 1% του πληθυσμού; Όταν οι περισσότεροι ασθενείς και συγγενείς λόγω του στίγματος ντρέπονται, αποφεύγουν τα κοινά και δεν μπορούν να επηρεάσουν τα κέντρα αποφάσεων.

Κλείνοντας, σημειώνεται ότι το θέμα του στίγματος στη ψυχιατρική είναι παγκόσμιο και δύσκολα αντιμετωπίζεται αν και έχουν δοκιμαστεί πληθώρα παρεμβάσεων. Χρήζουν συντονισμένες προσπάθειες από όλους τους εμπλεκόμενους φορείς όπως είναι οι ομάδες πολιτών, οι σύνδεσμοι ασθενών, οι κρατικές υπηρεσίες, τα ακαδημαϊκά ιδρύματα και ο ιδιωτικός τομέας για την πολύπλευρη, ουσιαστικότερη και αποτελεσματική αντιμετώπιση του προβλήματος.

Δρ. Ανδρέας Χατζηττοφής  
M.D., Ph.D., Ψυχίατρος  
Επισκέπτης Λέκτορας Ψυχιατρικής  
Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Κύπρου