



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ НИИ ОРГАНИЗАЦИИ И ИНФОРМАТИЗАЦИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ДОКУМЕНТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ВСЕМИРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Информационный бюллетень

Май 2016

Тема – Охрана психического здоровья¹

Психическое здоровье является неотъемлемой частью и важнейшим компонентом здоровья. В Уставе ВОЗ говорится: "Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов". Важным следствием этого определения является то, что психическое здоровье — это не только отсутствие психических расстройств и форм инвалидности².

Психическое здоровье — это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество. В этом позитивном смысле психическое здоровье является основой благополучия человека и эффективного функционирования сообщества.

Психическое здоровье и благополучие имеют важнейшее значение для нашей коллективной и индивидуальной способности в качестве разумных существ мыслить, проявлять эмоции, общаться друг с другом, зарабатывать себе на пропитание и получать удовольствие от жизни. Учитывая этот факт, укрепление, защита и восстановление психического здоровья могут восприниматься индивидуумами, сообществами и содружествами во всем мире как действия, имеющие жизненно важное значение.

Детерминанты психического здоровья

Уровень психического здоровья человека в каждый данный момент времени определяется многочисленными социальными, психологическими и биологическими факторами. Так, например, устойчивое социально-экономическое давление признается фактором риска для психического здоровья отдельных людей и сообществ. Очевидные фактические данные связаны с показателями нищеты, включая низкие уровни образования.

¹ См. также Информационный бюллетень – Охрана психического здоровья (июль 2007):

<http://www.whodc.mednet.ru/ru/component/attachments/download/49.html><http://www.whodc.mednet.ru/ru/component/attachments/download/49.html>

² При подготовке Бюллетеня использованы материалы с сайта Всемирной организации здравоохранения:

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/ru><http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/ru>

Плохое психическое здоровье связано также с быстрыми социальными изменениями, стрессовыми условиями на работе, гендерной дискриминацией, социальным отчуждением, нездоровым образом жизни, рисками насилия и физического нездоровья, а также с нарушениями прав человека.

Существуют также особые психологические и личностные факторы, из-за которых люди становятся уязвимыми перед психическими расстройствами. И, наконец, имеется ряд биологических причин психических расстройств, включая генетические факторы, которые способствуют дисбалансу химических веществ в мозге.

Укрепление и защита психического здоровья

Укрепление психического здоровья включает действия по созданию условий жизни и окружающей среды, поддерживающих психическое здоровье и позволяющих людям вести здоровый образ жизни. Сюда входит целый ряд действий, направленных на повышение вероятности того, чтобы большее число людей имели лучшее психическое здоровье.

Атмосфера, в которой обеспечены уважение и защита основных гражданских, политических, социально-экономических и культурных прав, является основой укрепления психического здоровья. При отсутствии безопасности и свободы, обеспечиваемых этими правами, поддерживать высокий уровень психического здоровья очень сложно.

Национальная политика в области охраны психического здоровья должна быть ориентирована не только лишь на психические расстройства, но и на более широкие аспекты, способствующие укреплению психического здоровья. Вопросы укрепления психического здоровья необходимо учитывать в стратегиях и программах государственного и негосударственного секторов. Помимо сектора здравоохранения к решению этих вопросов необходимо также привлекать такие сектора, как образование, трудоустройство, правосудие, транспорт, окружающая среда, жилищное строительство и социальное обеспечение.

Уход и лечение в области психического здоровья

В контексте национальных усилий по разработке и осуществлению политики в области психического здоровья крайне важно не только защищать и укреплять психическое благополучие граждан, но также решать проблемы, связанные с потребностями лиц с определенными психическими расстройствами.

В течение минувшего десятилетия значительно улучшилось понимание того, что необходимо делать в отношении растущего бремени психических расстройств. Растет объем информации, свидетельствующей о результативности и эффективности с экономической точки зрения важнейших мероприятий по приоритетным психическим расстройствам в странах с различными уровнями экономического развития. К примерам таких действий, которые являются эффективными с экономической точки зрения, выполнимыми и доступными по стоимости, относятся:

- лечение эпилепсии при помощи антиэпилептических лекарственных средств;
- лечение депрессии с помощью психотерапии и в случае депрессии средней или тяжелой степени антидепрессантами;
- лечение психозов применявшимися ранее антипсихотическими средствами в сочетании с психосоциальной поддержкой;
- налогообложение алкогольных напитков и ограничение их продажи и рекламы.

Кроме того, существует ряд эффективных мер для предотвращения самоубийств, предотвращения и лечения психических расстройств у детей, предотвращения и лечения деменции, а также лечения расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ. В рамках Программы действий ВОЗ по ликвидации пробелов в

области психического здоровья (mhGAP) разработаны основанные на фактических данных руководящие принципы для неспециалистов, с помощью которых они смогут оказать помощь при некоторых психических расстройствах.

Деятельность ВОЗ

ВОЗ поддерживает правительства в их стремлениях укрепить психическое здоровье. ВОЗ анализирует фактические данные по укреплению психического здоровья и работает с правительствами с целью распространения этой информации и включения эффективных стратегий в политику и планы.

В 2013 году Всемирная ассамблея здравоохранения утвердила Комплексный план действий в области психического здоровья на период 2013-2020 годов. План отражает решимость всех государств-членов ВОЗ принять конкретные меры, направленные на укрепление психического здоровья, и содействовать достижению глобальных целей.

Важнейшая цель Плана действий состоит в том, чтобы укреплять психическое благополучие, предотвращать психические расстройства, обеспечивать медицинскую помощь, ускорять выздоровление, укреплять права человека и снижать смертность, заболеваемость и инвалидность лиц с психическими расстройствами. Этот план направлен на достижение 4 задач:

- укреплять эффективное лидерство и руководство в области охраны психического здоровья;
- обеспечивать на первичном уровне комплексную интегрированную и четко реагирующую на изменения медико-санитарную и социальную помощь;
- осуществлять стратегии укрепления психического здоровья и профилактики в области психического здоровья; и
- укреплять информационные системы, фактические данные и исследования в области психического здоровья.

Особое внимание в этом плане действий уделяется защите и укреплению прав человека, укреплению гражданского общества и наделению его полномочиями, а также центральному месту медицинской помощи на первичном уровне.

Для выполнения поставленных задач План предлагает и требует неоднозначных действий со стороны правительств, международных партнеров и ВОЗ. Министерством здравоохранения необходимо будет принять на себя руководящую роль, а ВОЗ будет проводить работу с ними, а также с международными и национальными партнерами, включая гражданское общество, по осуществлению Плана. Поскольку нет таких действий, которые устраивали бы все страны, правительству каждой страны придется адаптировать План действий к своим конкретным национальным обстоятельствам.

Осуществление Плана действий позволит лицам с психическими расстройствами:

- легче получать доступ к службам психического здоровья и социальной поддержке;
- получать лечение, предлагаемое надлежащим образом квалифицированными медработниками в медицинских учреждениях общего профиля; Программа действий ВОЗ по ликвидации пробелов в области психического здоровья и ее методики, основанные на фактических данных, способствуют этому процессу.
- участвовать в реорганизации, оказании и оценке услуг так, чтобы медицинская помощь и лечение более чутко учитывали их нужды;
- иметь более широкий доступ к правительственным пособиям по инвалидности, программам в области жилья и средств существования, а также принимать более активное участие в работе и жизни сообщества.

Полный текст Плана действий на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://www.who.int/iris/bitstream/10665/89966/1/9789241506021_eng.pdf

Психические расстройства входят в число самых острых проблем общественного здравоохранения в Европейском регионе ВОЗ: каждый год они затрагивают 25% всего населения. Во всех странах большинство психических расстройств намного чаще встречаются среди наиболее обездоленных групп населения. Таким образом, перед Европейским регионом ВОЗ стоят многообразные вызовы, касающиеся как психического благополучия населения, так и оказания качественной помощи людям с проблемами психического здоровья.

Европейский план действий по охране психического здоровья ориентирован на достижение семи взаимосвязанных целей, в нем намечены действенные меры по укреплению психического здоровья и повышению уровня психического благополучия населения. Необходимым условием устойчивости политики в области здравоохранения и социально-экономического развития в Регионе является обеспечение финансирования охраны психического здоровья. План действий соответствует четырем приоритетным направлениям основ европейской политики в поддержку здоровья и благополучия – Здоровье-2020 – и будет прямо способствовать ее осуществлению.

Полный текст Европейского плана действий по охране психического здоровья на английском языке на сайте Европейского регионального бюро ВОЗ:

http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0020/280604/WHO-Europe-Mental-Health-Acion-Plan-2013-2020.pdf

Публикации Всемирной организации здравоохранения:

- **Руководство по гуманитарной помощи Программы действий ВОЗ по ликвидации пробелов в области охраны психического здоровья (mhGAP-HIG). Лечение психических и неврологических расстройств и расстройств, связанных с употреблением наркотиков и других веществ, в чрезвычайных гуманитарных ситуациях. – Всемирная организация здравоохранения и Агентство ООН по делам беженцев. 2016. г. – 76 стр.**

Сегодня в мире возникает беспрецедентное количество чрезвычайных гуманитарных ситуаций, связанных с вооруженными конфликтами и стихийными бедствиями. Со времени окончания Второй мировой войны не наблюдалось такого количества беженцев и внутренне перемещенных лиц. Десятки миллионов человек, в особенности в странах Ближнего Востока, Африки и Азии, остро нуждаются в помощи, и особенно в психологической и психиатрической помощи. В чрезвычайных ситуациях у детей и взрослых развивается множество различных психических и неврологических расстройств, а также расстройств, связанных с употреблением наркотиков и других веществ. «Руководство по гуманитарной помощи mhGAP» — простой практический инструмент, призванный помочь неспециализированным медицинским учреждениям в зонах чрезвычайных гуманитарных ситуаций в оценке и лечении больных с психическими и неврологическими расстройствами и расстройствами, связанными с употреблением наркотиков и других веществ. Оно основано на Руководстве mhGAP по принятию мер в отношении психических и неврологических расстройств ВОЗ (2010 г.), составленном с

учетом фактических данных и широко используемом для ведения пациентов с такими состояниями в неспециализированных медицинских учреждениях, и предназначено для применения в чрезвычайных гуманитарных ситуациях.

Полный текст руководства на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/162960/5/9789244548929_rus.pdf

- **Оценка и лечение состояний, связанных исключительно со стрессом. Раздел «Руководства mhGAP по принятию мер в отношении психических и неврологических расстройств». - Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2015 г. – 18 стр.**

В этом разделе «Руководства по принятию мер в отношении психических и неврологических расстройств Программы действий по ликвидации пробелов в области охраны психического здоровья (mhGAP)» приведены рекомендации по оценке и оказанию помощи при остром стрессовом расстройстве, посттравматическом стрессовом расстройстве и горе в неспециализированных медицинских учреждениях. Он представляет собой приложение к «Руководству mhGAP по принятию мер в отношении психических и неврологических расстройств и расстройств, связанных с употреблением наркотиков и других веществ, в неспециализированных медицинских учреждениях».

Полный текст руководства на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/85623/10/9789244505939_rus.pdf

- **Атлас психического здоровья, 2014 г. - Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2015 г. – 69 стр.**

Самая последняя версия Атласа психического здоровья 2014 г. по-прежнему предоставляет обновленную информацию о наличии услуг и ресурсов в области психического здоровья во всем мире, включая информацию о финансовых ассигнованиях, кадровых ресурсах и специализированных учреждениях для охраны психического здоровья. Эта информация была получена с помощью вопросника, отправленного указанным координаторам в каждом государстве-члене ВОЗ.

Резюме на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://www.who.int/entity/mental_health/evidence/atlas/executive_summary_ru.pdf

Полная версия атласа на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/178879/1/9789241565011_eng.pdf

- **First WHO Ministerial Conference on Global Action Against Dementia (Первая министерская конференция ВОЗ по глобальным действиям против деменции). - Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2015 г. – 76 стр.**

Данный отчет выпущен по результатам Первой министерской конференции ВОЗ по глобальным действиям против деменции, организованной Всемирной организацией здравоохранения при поддержке департамента здравоохранения Великобритании и Организации экономического сотрудничества и развития (ОЭСР).

© Документационный центр ВОЗ. При использовании материалов ссылка на публикацию обязательна.

Первая министерская конференция ВОЗ по глобальным действиям против деменции, привлекла внимание к связанным с деменцией проблемам общественного здоровья и экономики, лучшему пониманию роли и ответственности стран-членов и заинтересованных сторон и выработала «Призыв к действию», поддержанный участниками конференции.

Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/179537/1/9789241509114_eng.pdf

• **Деменция: приоритет общественного здравоохранения. - Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2012 г. – 112 стр.**

Настоящий доклад разработан ВОЗ совместно с Международным обществом по борьбе с болезнью Альцгеймера. Задача доклада - привлечь внимание к проблемам слабоумия как приоритетному направлению здравоохранения, выработать подходы и пропагандировать действия на международном и национальном уровнях. Слабоумие – синдром, который влияет на память, мышление, поведение и способность выполнять повседневную работу. В настоящее время в мире насчитывается около 35,6 млн. человек, страдающих слабоумием. Это число может увеличиться вдвое к 2030 г. и возрасти более чем в три раза к 2050 г. От слабоумия страдает не только сам больной, но и его окружение. Во многих странах отсутствует понимание проблемы слабоумия, что приводит к стигматизации, созданию сложностей при диагностике и уходе за больными, что, в свою очередь, создает физические, психологические и экономические проблемы для общества в целом.

Данный доклад должен привлечь внимание правительств, политиков и других заинтересованных лиц к проблеме деменции как угрозе здоровью населения в мире.

Полный текст на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

https://extranet.who.int/iris/restricted/bitstream/10665/112502/1/9789244564455_rus.pdf

• **Предотвращение самоубийств: глобальный императив. - Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2014 г. – 102 стр.**

В мае 2013 году на 66-й сессии Всемирной ассамблеи здравоохранения был принят первый в истории План действий в области психического здоровья ВОЗ. План действий призывает все государства-члены ВОЗ продемонстрировать повышение приверженности делу охраны психического здоровья путем достижения конкретных целей. Предотвращение самоубийств является неотъемлемой частью этого плана; поставлена цель снизить к 2020 году частоту самоубийств в странах на 10%. Несмотря на свидетельства того, что многие смерти можно предотвратить, и нередко с применением малозатратных вмешательств, проблема самоубийств слишком часто занимает незначительное место на повестке дня государственных органов и руководителей различных стран мира. Предназначение настоящего доклада — сделать предотвращение самоубийств одной из первоочередных задач здравоохранения в глобальном масштабе и в сфере государственной политики стран, а также повысить всеобщее осознание того, что суицид является серьезнейшей проблемой здравоохранения. На страницах доклада ВОЗ представляет научно-обоснованные рекомендации по снижению уровня самоубийств и призывает партнеров наращивать свою профилактическую работу.

Полный текст на русском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:
http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0008/257606/Suicide-report-a-global-imperative-Rus.pdf

- **Public health action for the prevention of suicide (Действия общественного здравоохранения по профилактике самоубийств).** - Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2012 г. – 26 стр.

Цель настоящего документа заключается в помощи правительствам стран в разработке и внедрении стратегий по профилактике самоубийств. Документ основан на исследованиях и фактических данных, полученных в течение 15 лет со дня публикации руководства ООН по разработке национальных стратегий по профилактике самоубийств. Он также определяет критические элементы стратегий. Профилактика самоубийств – это коллективная ответственность общества и должна быть в центре внимания как правительства, так и гражданского общества

Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/75166/1/9789241503570_eng.pdf

- **Свод методических рекомендаций по вопросам политики и оказания услуг в области психического здоровья. 14 модулей.** - Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2007 г.

В Своде методических рекомендаций по вопросам политики и оказания услуг в области психического здоровья представлена практическая информация, которая поможет странам:

- разработать необходимую политику,
- обеспечить планирование деятельности служб охраны психического здоровья,
- финансировать эти службы,
- улучшить качество действующей системы оказания помощи в области охраны психического здоровья,
- пропагандировать важность психического здоровья и
- выработать соответствующее законодательство.

Свод методических рекомендаций состоит из нескольких тематически связанных и удобных для пользователя модулей, каждый из которых представляет один из ключевых аспектов охраны психического здоровья. Модуль "Контекст психического здоровья" является вводным. В нем дается описание глобального контекста психического здоровья и предназначения Свода методических рекомендаций. Кроме того, приводится краткое содержание всех остальных модулей.

Более полная информация о модулях на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://www.who.int/mental_health/publications/modules/ru

- **Investing in mental health: evidence for action (Инвестиции в охрану психического здоровья: научно-обоснованные действия).** – Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2013 г. – 36 стр.

Психическое здоровье и благополучие является основой для человека в реализации его возможностей как в индивидуальном, так и в общественном плане: думать, выражать свои эмоции, взаимодействовать с другими людьми, работать, наслаждаться жизнью. Однако формирование психического здоровья, особенно на ранних этапах жизни, осложняется рисками, которые можно предотвратить. В то же время часто людей с проблемами психики избегают в обществе, они бывают лишены основных прав, включая доступ к медицинской помощи. В данном докладе приводятся конкретные научно-обоснованные действия, которые могут изменить социальную политику и отношение к людям с психическими расстройствами.

Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://www.who.int/iris/bitstream/10665/87232/1/9789241564618_eng.pdf

- **Promoting rights and community living for children with psychosocial disabilities (Поддержание прав и жизни в общине для детей с психосоциальными расстройствами).** - Всемирная организация здравоохранения. Женева. 2015 г. – 84 стр.

Медицинские учреждения в мире все чаще становятся местом, куда отправляют детей с ограниченными возможностями, в том числе детей с психосоциальными расстройствами. Имеется большое число доказательств того, что пребывание в этих учреждениях наносит значительный физический и психологический вред. Недостаточное число сотрудников, отсутствие необходимой подготовки, низкое качество медицинской помощи, ненадлежащая практика лечения, во многих случаях приносящая вред, насилие и пренебрежительное отношение часто исключают положительные результаты для детей, из-за чего многие остаются в лечебных учреждениях до конца своих дней, немалая доля из них умирает преждевременно. В данном докладе рассматривается необходимость перейти от содержания таких детей в медицинских учреждениях к уходу на уровне общины. Представленные руководства, основанные на положительном опыте в разных странах, содержат описание основных услуг и мер поддержки, которые помогут детям с ограниченными возможностями жить в общине. Решающее значение имеет перераспределение инвестиций в пользу такого ухода, что позволит снизить тяжелое бремя, возложенное на медицинские учреждения и предоставить детям с психосоциальными нарушениями лучший жизненный старт.

Полный текст на английском языке на сайте Всемирной организации здравоохранения:

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/184033/1/9789241565004_eng.pdf

- **Инвестиции в лечение депрессии и тревожных расстройств окупаются в четырехкратном размере.**

Каждый доллар США, инвестированный в расширение масштабов лечения депрессии и тревожных расстройств, оборачивается 4 долларами США в виде улучшенного здоровья и способности работать. Об этом свидетельствует новое исследование, проведенное под руководством ВОЗ, которое впервые оценивает преимущества инвестиций в лечение наиболее распространенных форм психических болезней в глобальных масштабах не только для здоровья, но и для экономики. Результаты исследования, опубликованные в журнале "The Lancet Psychiatry", убедительно свидетельствуют в пользу расширения

инвестиций в службы по охране психического здоровья в странах со всеми уровнями дохода.

Подробнее на сайте Всемирной организации здравоохранения:

<http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/depression-anxiety-treatment/ru>

**Подробнее на сайте Всемирной организации
здравоохранения:**

http://www.who.int/topics/mental_health/ru

на сайте Европейского регионального бюро ВОЗ:

<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health>

Контактная информация

Документационный центр ВОЗ

127254, г. Москва, ул. Добролюбова, 11,
комната 209

ФГБУ «Центральный НИИ организации и
информатизации здравоохранения Минздрава РФ»
(ЦНИИОИЗ).

E-mail: doccenter@mednet.ru

*Кайгородова Татьяна Вадимовна,
руководитель Документационного центра ВОЗ*

Тел.: (495) 619 38 43;

Факс: (495) 619 38 40

E-mail: kaidoc@mednet.ru

WWW: <http://whodc.mednet.ru/>

Подписка на Бюллетень

Информационный бюллетень издается в формате pdf и распространяется свободно по электронным адресам, включенным в список рассылки. Добавить новый адрес в список, а также отказаться от рассылки можно по адресу:

doccenter@mednet.ru

**Предыдущие выпуски Информационного бюллетеня можно
найти, обратившись по ссылке:**

<http://whodc.mednet.ru/ru/informaczionnyj-byulleten.html>