

## 10 Ekim Dünya Ruh Sağlığı Günü Basın Açıklaması

### Değerli Kamuoyuna

Dünya Ruh Sağlığı Federasyonu tarafından ilk kez 1992 yılında kutlanan 10 Ekim Dünya Ruh Sağlığı Gününde ülkemizin ve dünyanın önemli ruh sağlığı sorunlarının, ruh sağlığı politikalarının ve ilişkili konuların yeniden toplumun ve kamuoyunun gündemine taşınması, farkındalık yaratılması ve çözüme kavuşturulması amaçlanmaktadır.

Bu yıl Dünya Sağlık Örgütü tarafından “Değişen Dünyada Gençler ve Ruh Sağlığı” teması belirlenirken iki amaç hedeflendi;

#### **Birinci amaç gençlerin dayanıklılığını artırmak**

Değişik tanımlamalar olmakla birlikte gençlik kavramı genel olarak 15-24 yaş arası olarak alınmaktadır.

Dayanıklı kişiler hâlihazırda kendilerine has güçlü yanlarını ya da çevrelerindeki destekleyici kaynakları kullanabilen insanlardır. Dayanıklı olan genç olumsuz olaylara karşı direnç gösterme ve uyum sağlama kapasitesine sahip olduğu gibi; güçlü yanlarını ya da çevrelerindeki destekleyici kaynakları kullanmayı başarandır. Dayanıklı genç güven duyduğu ebeveyn ve dostları olan, özgüvene sahip, kendini yeterli gören, sosyal yeterliliği olan, stresle savaşılabilen, problem çözme becerisini alternatifleri ile birlikte oluşturabilen, sorun karşısında amacı doğrultusunda yılmayan, karar ve seçimlerini kendi ve birlikte olduğu insanların hayatını değiştirip etkileyebileceğini bilen bu yüzden akıllı hedeflere yönelendir.

Türkiye İstatistik Kurumunun (TÜİK) "İstatistiklerle Gençlik 2017" araştırmasına göre, geçen yıl itibarıyla Türkiye nüfusunun yüzde 16,1'ini 15-24 yaş grubundaki genç nüfus oluşturdu. Ülke genelindeki genç sayısı 12 milyon 983 bin 97 kişiyi bulurken, bunun yüzde 51,2'si genç erkek, yüzde 48,8'i ise genç kadın nüfus olarak kayıtlara geçti.

Türkiye'de 2015-2016 eğitim öğretim yılında yüzde 40,9 olan yükseköğretimdeki net okullaşma oranı, 2016-2017 eğitim öğretim yılında yüzde 42,4'e yükseldi. Erkeklerde bu oran yüzde 39,2'den yüzde 40,5'e, kadınlarda yüzde 42,6'dan yüzde 44,4'e çıktı.

Gençlerde işsizlik oranı, 2016'da yüzde 19,6 iken geçen yıl yüzde 20,8'e yükseldi. Bu oran, genç erkeklerde bir önceki yıla göre 0,4 puan artarak yüzde 17,8'e çıkarken genç kadınlarda 2,4 puanlık artışla yüzde 26,1 oldu.

#### **Temanın ikinci hedefi önlenebilir ruhsal hastalıkları önlemek**

Toplum temelli ruh sağlığı hizmetlerini yürütürken sağlık sisteminin yanında eğitim, emniyet, sosyal politikalar, iş vb. çok yönlü bütünlükçü bir politikayla mümkündür.

Gençlik döneminde yaygın olan kötü davranışlara özellikle madde ve tütün kullanımına bakıldığında tablo alarm düzeyine gelmiştir. Uyuşturucu ile Mücadele Faaliyet Raporu 2017'ye göre Türkiye'de 2007-2016 arasında 2 bin 148 kişinin uyuşturucu nedeniyle hayatını kaybettiği belirtilmiş, 15-64 yaş arası genel nüfusta ise en az bir defa uyuşturucu kullanan yaklaşık 1,3 milyon kişi olduğu kaydediliyor. Öğrencilerin yüzde 26,7'si bir tütün ürününü, yüzde 19,4'ü alkollü içecekleri ve yüzde 1,5'i de herhangi bir yasadışı bağımlılık yapıcı uyuşturucu maddeyi en az bir kere deneme oranına sahiptir.

Her 100 bin kişiden 4 ünün intihar ettiği, intihar edenlerin % 34,9'unu 15-29 yaş arası insanlar ve bunun çoğunluğunu genç kadınlar oluşturmaktadır.

İlkokul seviyesine inen madde kullanımı ve sigara bağımlılığı, artan intihar oranları çocuk ve ergen nüfus için kapsamlı faaliyetlerin yürütülmesini gerekli kılıyor.

Sağlık Bakanlığının 2011 araştırmasında nüfusun %18'inin yaşamında en az bir kez ruhsal rahatsızlık geçirdiği bunun çocuk-ergen de %11 klinik düzeyde davranış bozukluğu olduğu belirtilmiştir.

Psikiyatrik hastalıkların (özellikle Unipolar Depresyon) kardiyovasküler hastalıklardan sonra ikinci sıklıkta görüldüğü ve bunun kadın ve erkekte yaygın olduğu tespit edilmiştir.

Burada en önemli olan konunun önleyici-koruyucu ruh sağlığı çalışması yürütülmesi gerektiği açıktır, Özellikle yeti yitiminin yoğun olduğu şizofreni ve duyu durum bozukluğunun iyileştirilmesinde açılan TRSM'ler önemli işlev görmektedir.

Toplum temelli ruh sağlığı modeline geçiş çalışmaları resmi olarak 2006 yılında başlatıldı ve 2011-2023 Ulusal Ruh Sağlığı Eylem programı çerçevesinde tüm ülkede yaygınlaştırılması planlandı

Ruh Sağlığı Eylem Planında önemle vurgulanan Toplum Ruh Sağlığı Merkezleri (TRSM) başta psikiyatri hekimi olmak üzere ruh sağlığı ekibi tarafından kendisine bağlanmış coğrafi bölgedeki ağır ruhsal rahatsızlığı olan hastaların ve ailelerin bilgilendirildiği, hastanın ayaktan tedavisinin yapıldığı ve takip edildiği; rehabilitasyon, psikoeğitim, iş-uğraşı terapisi, grup veya bireysel terapi gibi yöntemlerin kullanılarak hastanın toplum içinde yaşama becerilerinin artırılmasını hedefleyen, psikiyatri klinikleri ile ilişki içinde çalışan ve gerektiğinde mobilize ekiple hastanın yaşadığı yerde takibini yapan birimlerdir.

Günümüzde 56 ilde 75 merkez olarak TRSM faaliyetleri yürütülmektedir. Kumluca Devlet Hastanesine bağlı olarak 2016 yılında açılmış olan Toplum Ruh Sağlığı Merkezimiz Kum Mahallesi'nde 116 kayıtlı hastaya ve günlük 15-20 hastanın düzenli katılımı ile faaliyet yürütmektedir. Merkezimiz hasta ve hasta yakınlarına hizmet vermenin yanı sıra toplum temelli ruh sağlığı felsefesi kapsamında bilinçlendirme-bilgilendirme toplantıları yapmaktadır.

Ruh sağlığı çalışanları olarak ülkemizde ruh sağlığı alanına son dönem artan ilgi ve alakaya rağmen hala pek çok sorunla karşılaşmaktayız. Toplum temelli ruh sağlığı çalışması kapsamında Toplum Ruh Sağlığı Merkezlerinin açılması, toplumu bilinçlendirmeye yönelik artan faaliyetlere rağmen hastaların günlük hayatta yaşadıkları sıkıntılar (sosyal yalıtılmışlık, dışlanmışlık, ekonomik, ailesel problemler ve yeti kayıpları) yanında psikiyatrik kavramların yersiz-yanlış bir aşağılama aracı olarak kullanılması (özellikle medyada yaşanan her olayda psikolojik vurgu yapılması, abartılması ya da psikolojik kavramların politik bir aşağılama aracı olarak kullanılması) hasta ve hasta yakınlarına olumsuz yansıdığı gibi biz ruh sağlığı çalışanları açısından giderek kaygı verici bir duruma erişmiştir.

10 Ekim Dünya Ruh Sağlığı Gününde vurgulamak istiyoruz ki karşıdakini anlamamanın en önemli göstergelerinden biri dilde kurulan eşitlikçi ifadedir. Sıklıkla kullanılan şizofrenik, tehlikeli, deli, kafayı yemiş vb. sıkça duyduğumuz kavramlar hastalar ve ruhsal sıkıntı yaşayanların hayatlarını daha fazla zora sokmakta çaresiz hissetmelerine ve tedaviden kaçınma-görünmeme-yalıtılmayı artırmaktadır.

Empati (eş duyumun) ötekinin ne hissettiğini anlamamanın yanı sıra bununla uyumlu tutarlı davranış sergilemektir.

Ruh sağlığı alanında kaliteli bir hizmet için ülkemizde Ruh Sağlığı Yasasının çıkarılması, bu alanda çalışan personel eksikliğinin giderilmesi ve ruhsal hastalıkları henüz ortaya çıkmadan önleyen, risk etkenlerini ortadan kaldıran ya da bu etkenlerle karşılaşmayı engelleyen bir yaklaşımın yaygınlaştırılması hizmet alanın yanında hizmet verenler için önemlidir.

Bu vesilesiyle tüm hasta ve hasta yakınlarının, sağlık çalışanlarının ve halkımızın 10 Ekim Dünya Ruh Sağlığı Gününü kutlarız.