

Pandemie covid-19 je výzvou k lepší péči o duševní zdraví. Pomoc se dá najít i online

Světový den duševního zdraví (10. října) je letos celosvětově zaměřen na dopady pandemie na systém péče o duševní zdraví. Jak ukazují **nová data Světové zdravotnické organizace (WHO), ve většině zemí světa došlo k omezení profesionální péče**, která byla přitom potřebnější více než kdy jindy. Jedná se o vůbec první globální studii, která mapuje dopady pandemie na tento segment zdravotní a sociální péče. **Naopak v Česku se během jarních měsíců podařilo, že ambulantní psychiatrická péče fungovala na dálku, a dokonce došlo k nárůstu počtu ošetření pacientů.** Jiné segmenty péče u nás ale musely v důsledku pandemie omezit svůj provoz.

Podle výsledků studie WHO provedené ve 130 zemích světa v období červen–srpen 2020 došlo v 93 % států k omezení nebo dokonce zastavení poskytování profesionální péče o duševní zdraví, a to navzdory tomu, že potřeba odborné pomoci ze strany veřejnosti vzrostla. Velké množství lidí se muselo vyrovnávat se ztrátou svých blízkých, trávili dlouhý čas v izolaci, potýkali se s ekonomickými problémy v důsledku ztráty příjmů, a také se obávali nemoci samotné. To vše se negativně podepsalo na jejich duševním zdraví, ať již tak, že se u nich nově objevilo psychické onemocnění, anebo se zhoršilo stávající. **„Česká republika má dobře připravenou a financovanou národní strategii a program v oblasti duševního zdraví řízené Radou vlády, která ještě před nástupem pandemie zdůraznila komunitní ambulantní služby jako klíč ke zlepšení služeb v oblasti duševního zdraví. To přispělo k relativně nízké úrovni omezení služeb během posledních osmi měsíců,**“ říká Dr. Srđan Matić, vedoucí Kanceláře WHO v České republice.

Podle výsledků studie Národního ústavu duševního zdraví publikované v renomovaném časopise *Epidemiology and Psychiatric Sciences* měla pandemie a související opatření negativní vliv na duševní zdraví zejména mladších dospělých. Horší duševní zdraví bylo také spojeno s obavami o ekonomický nebo zdravotní stav. U řady osob také mohlo dojít k nárůstu konzumace alkoholu a dalších návykových látek, objevily se úzkostné stavy či poruchy spánku. Navíc onemocnění covid-19 sama o sobě může přinést závažné neurologické a psychiatrické komplikace, jako jsou delirium, neklid, cévní mozková příhoda. Současně jsou lidé s psychickými a neurologickými onemocněními, včetně závislostí, více ohroženi infekcí SARS-CoV-2 a také závažným průběhem tohoto onemocnění, včetně rizika úmrtí. **„U dospělé populace jsme zaznamenali zhruba trojnásobný nárůst depresí a rizika sebevraždy, téměř dvojnásobný nárůst úzkostných poruch a zvýšený výskyt nárazového pití alkoholu (tzv. binge drinking),“** upozorňuje doktor Petr Winkler z Národního ústavu duševního zdraví, kde probíhá výzkum dopadů pandemie covid-19 na duševní zdraví populace. Současně podle něj pandemie zasáhla také děti a osoby dlouhodobě žijící v zařízení sociální péče a pravděpodobně i u

nich došlo k nárůstu výskytu duševních onemocnění. Podle studie WHO byly nejčastěji omezeny služby péče o duševní zdraví dětí a mladých lidí (72 % sledovaných zemí), seniorů (70 % sledovaných zemí), těhotných žen a matek po porodu (61 % sledovaných zemí).

Mezi celosvětově nejčastěji omezované služby patřily poradenství a psychoterapie, programy harm reduction a také programy léčby závislosti na opiátech. Ve více než třetině zemí (35 %) pak došlo k narušení akutní a krizové péče, ve 30 % sledovaných států se pak pandemie negativně dotkla systému péče o osoby se závislostmi. V České republice pak pandemie vedla k omezení nebo dokonce zastavení některých služeb (např. denních stacionářů), změnilo se také přijímání a propouštění pacientů v psychiatrických nemocnicích. Negativně byly zasaženy také adiktologické služby.

Na druhé straně pandemie přinesla nové způsoby, jak propojit profesionály péče o duševní zdraví s jejich pacienty/klienty. Podle studie WHO 70 % zemí využilo možností telemedicíny či terapie na dálku. **„Ukázalo se, že velmi dobře může fungovat distanční péče v psychiatrii, s využitím moderních telekomunikačních prostředků (přes telefon, Skype, WhatsApp, FaceTime, aj.). Díky těmto možnostem mohl zůstat nepřerušen provoz psychiatrických ambulancí, které v této době zaznamenaly nárůst poskytované péče až o 20 %,“** popisuje profesor Pavel Mohr, předseda Psychiatrické společnosti ČLS JEP a primář kliniky NUDZ. Čeští ambulantní psychiatři a psychiatricky tak byli schopni postarat se o své pacienty na dálku.

Pokračující pandemie znamená také další zátěž pro duševní zdraví populace. Je tak podle něj na místě připravit se na další nárůst duševních problémů a poruch, které stoupají s nejistotou vyvolanou pokračující nepříznivou epidemickou situací, obavami o své zdraví a ekonomickými těžkostmi. Dr. Matič dodává, **„proto je důležité posílit krizové služby a linky, využít možnosti distančních kontrol v rámci telemedicíny, pomocí screeningu a triáže nepřerušit provoz denních stacionářů a lůžkových zařízení, zajistit trvalé zabezpečení zdravotnických pracovníků ochrannými prostředky. Pandemie covid-19 nás nutí přehodnotit to, jak efektivně poskytujeme zdravotní péči a používáme moderní technologie, včetně telemedicíny. To může do určité míry přinést lepší přístup ke službám péče o duševního zdraví. Přiblížení těchto služeb pacientům, posílení ambulantní péče a vytvoření mobilních týmů duševního zdraví, tak jak se to nyní děje v České republice, je efektivní strategie.“**

Letošní Světový den duševního zdraví, který se odehrává během pandemie covid-19, také znovu připomíná význam investic do služeb péče o duševní zdraví. **Podle údajů WHO získaných ještě před nástupem pandemie způsobuje jen depresivní a úzkostné poruchy ekonomické ztráty ve výši 1 bilionů amerických dolarů ročně.** Naopak 1 dolar vložený do kvalitní a prokazatelně účinné léčby depresivních a úzkostných poruch se vrací v podobě 5 dolarů. V průměru jde do této oblasti 2 % ze státních rozpočtů jednotlivých zemí a méně než 1 % z mezinárodní finanční pomoci určené pro zdravotnictví, což je nedostatečné. Přítomnost pandemie také ukazuje, že proč věnovat pozornost svému duševnímu zdraví a nebát se požádat o pomoc. **„Je důležité, aby lidé byli vybaveni základní schopností postarat se o vlastní duševní zdraví, a aby si také byli schopni v tomto ohledu pomoci navzájem. To by mělo vést k většímu důrazu na**

prevenci a podporu duševního zdraví u běžné populace, například v kontextu školy či zaměstnání,“ doplňuje doktor Winkler.

Součástí Světového dne duševního zdraví je také kampaň Move for mental health: let's invest (Pohyb pro duševní zdraví: Investujme). WHO vyzývá světovou veřejnost, aby se podílela na [Velké Události](#), která upozorní na důležitost investic do duševního zdraví - a to jak ze strany jednotlivců, firem, občanské společnosti, tak států. Můžete se připojit 10. října od 16 do 19 hodin na sociálních sítích WHO.

Více:

[COVID-19 narušuje služby duševního zdraví ve většině zemí, průzkum WHO](#) – tisková zpráva a plné znění globální studie WHO [The impact of COVID-19 on mental, neurological and substance use services](#)

WHO - [Duševní pohoda: zdroje pro veřejnost](#)

WHO - [Duševní zdraví a COVID-19](#)

[Výzkumné a podpůrné aktivity NUDZ v souvislosti s pandemií COVID-19](#)

WHO Europe – [Světový den zdraví](#)

Kontakt pro média:

Pavla Kortusová, asistentka, Kancelář WHO v České republice
E: kortusovap@who.int | T: 224 267 050 | M: 607 819 386

Jan Červenka, NUDZ
E: cervenka@psychiatrie.cz | M: 774 851 335