

○ 10 жовтня – Всесвітній день психічного здоров'я

# Психологія здоров'я

Слово «психіатрія» з грецької означає «лікування душі».



Всесвітній день психічного здоров'я відзначається з 1992 року, за ініціативою Всесвітньої федерації психічного здоров'я. Метою Всесвітнього дня психічного здоров'я є скорочення поширеності депресивних розладів. Цього року День пройшов під гаслом – «Інвестиції в охорону психічного здоров'я».

В Україні проблема психічних захворювань стоїть досить гостро. Третина українців переживають за своє життя хоча б один розлад. У Львівській області на диспансерний облік із вперше встановленим діагнозом щорічно ставиться на облік 2500-2600 осіб дорослого населення. А загалом на обліку перебуває понад 47000 осіб.

Психіатричну допомогу на Львівщині надають 208 лікарів-психіатрів, що становить 1,02 (в 2009р. – 1,06) на 10 тисяч населення. У нас функціонують 8 будинків-інтернатів психоневрологічного профілю на 875 ліжок, працюють 12 спеціальних загальноосвітніх шкіл-інтернатів для дітей з затримкою психічного розвитку, мовними порушеннями, розумовою відсталістю і 2 будинки для інвалідів з дитинства. Лікують душі і у Львівському обласному комунальному закладі «Психіатрична лікарня Миколаївського району». Про те, чим особливий цей заклад розповідає сьогодні головний лікар Сергій ГЕЙШЕВ.

– **Сергію Олександровичу, розкажіть, будь ласка про заклад, який Ви очолюєте?**

– Психіатрична лікарня Миколаївського району розташована в с. Заклад за 4 км від райцентру і являє собою багатопрофільний стаціонар, розрахований на 510 ліжок, які розміщені в 9 відділеннях. У лікарні функціонують клінічна, біохімічна, бактеріологічна, паразитологічна лабораторії, лікувально-діагностичні кабінети – рентгенологічний, фізіотерапевтичний, функціональної діагностики, стоматологічний, лікувальної фізкультури. На стаціонарне лікування в лікарню поступають психічно хворі Миколаївського, Жидачівського, Городоцького, Стрийського, Сколівського і Дрогобицького районів Львівської області.

– **Якими є Ваші результати роботи?**

– Сьогодні ми впевнено озвучили одну головну тезу: лікарня міняється. І міняється до кращого. Приємно зайти у відділення. Гідно виглядає вхід до 6, 5 та 4 відділів. На очах змінюється приміщення палат та хол відділення. Побудований спортмайданчик для міні-футболу та волейболу. На підході – баскетбольне поле. Встановлено стіл для пінг-понгу в реабілітаційній палаті 9 відділу. Такий стіл буде і у 7 та 6 відділеннях. Закуплений спортінвентар. Активно впроваджується терапія зайнятості – стажування наших інструкторів дало свої позитивні результати. Тепер стажуватися за кордон поїдуть медичні сестри.

– **У лікарні широко впроваджується арт-терапія, що це таке?**

– Сучасна арт-терапія в коловороті нашого стрімкого часу здатна і задовольнити душевні потреби, і вирішити найрізноманітніші проблеми. Можна сказати у прадавні часи усі люди займалися мистецтвом щодня. Засівали поле – співали, білили хату – розмальовували стіни, довгими зимовими вечорами створювали мереживні казки усією родиною. Однак ті часи залишилися далеко в минулому. Жителі ж сьогоdnішнього мегаполісу уже прокидаються втомленими й проживають робочий день в нелюдському темпі, а вільний час присвячують споживанню попу-лярних продуктів: чіпсів, серіалів, поп-музики, тощо. Душевні ж пориви особистості залишаються непоміченими й нереалізованими, та осідають невідомим тягарем в тілі, провокуючи виникнення психічних й фізичних недуг.

Арт-терапія допомагає людині повернутися до призабутої радості самовираження, самопізнання, самостворення, дарує незабутні враження й відчуття, насажує на віру в себе, активізує внутрішній потенціал особистості й осягає нові шляхи вирішення існуючих проблем. Використовуючи танець, малюнок, ліплення, музику, прозу, поезію, театр, ми можемо пізнавати хвилюючі життєві переживання, почуття й фантазії. Власне мистецтво відкриває витоки натхнення, ініціює творче зростання людини і зцілює її душевні рани.



Іще в стародавньому Китаї для боротьби з нервовими потрясіннями практикували змальовування ієрогліфів. Нині дослідники виявили, що пишучи, малюючи чи ліплячи із пластиліну, людина повністю розслабляється, частота її пульсу суттєво знижується і це дозволяє їй бодяй на короткий час опинитися у стані гармонії. Гармонії з собою.

Цікавий факт, що починаючи з ХХ сторіччя, коли людина досягла небаченого раніше прогресу, вона поступово стала повертатися до примітивних форм творчості, бо саме через них людина усвідомила можливість пізнання себе.

– **Як арт-терапія вживається у психіатричній лікарні Миколаївського району?**

– Пацієнти з цікавістю виконують поставлені перед ними завдання: ліплення, в'язання, гачкування, малювання, шиття, створюють аплікації з різних підручних матеріалів. Дуже цікаві роботи пацієнтів 9 відділення (завідувач відділення Мар'ян Іванович Цудний). У 5-му відділенні (завідувач Микола Антонович Бідонько) пацієнти також малюють, в'язуть, шують. Керує цими заняттями талановитий інструктор Ганна Володимирівна Цар.

– **А чим ще можете похвалитися?**

– У 2007 році у лікарні відкрито арт-галерею «У Скарбека», де ми виставляємо роботи хворих. У ній завжди є відвідувачі. Є у нас і свій історико-краєзнавчий музей, котрий розміщено у головному корпусі лікарні «ЗАКЛАД». Для тих, кого цікавить історія краю, проводяться екскурсії. І як результат, в методиці арт-терапії з'явилися позитивні результати. Також при лікарні діє капличка для працівників, пацієнтів лікарні та жителів с.Заклад. У лікарні функціонує самодіяльний театр «Госпітальєри», за участю працівників лікарні та хворих.

– **Чули, що й газету випускаєте?**

– Сократ казав, що не можна лікувати тіло, не лікуючи душу. Також велике значення ми надаємо слову і слову друкованому. У нас виходить лікарняна газета «Доброго Вам здоров'я!». Це орган не тільки адміністрації чи профспілкової організації, а й широкого лікарняного загалу і громади хворих. Так є у вільному світі, так має бути і в нас.

– **А чи маєте можливість займатися спортом?**

– В 2010 році відкрито спортивний майданчик та проведено перше змагання з міні-футболу між працівниками медичного та господарського структурних підрозділів лікарні. Перше змагання було особливо святковим. Його відкривали команди дідлахів села, серед яких було багато дітей медиків психікарні. Змагалися дві команди. Гра була завзята, хоча й закінчилась із рахунком 0:0. Медики програли з пенальті 1:3. Профспілка лікарні переможцям вручила новий футбольний м'яч. Було багато радості, сміху, хороших позитивних емоцій. Плануємо, що такі спортивні святкування стануть у лікарні традиційним.

– **Бачу у Вас з Вашими хворими – все спільне...**

– Ми затвердили й опублікували у газеті «Правила лікарні». Там є такий пункт: «Хворий не безчасний об'єкт лікарських зусиль. Шукай з ним дійового співробітництва». Тож ми намагаємося саме так робити. Та й пам'ятаються слова Лева Толстого. У статті «Праця, смерть і хвороба» він розповідає індійську легенду: «Бог послав на людей хвороби для того, щоб вони зрозуміли, що здоровим треба жаліти хворих і допомагати їм, з тим, щоб, коли вони будуть хворі, здорові допомагали їм».

**Тетяна ЯРЕМЧУК,**  
відповідальний редактор  
інформаційного бюлетеня  
«За медичні права»



За оцінками ВООЗ на планеті сьогодні живе понад 450 мільйонів людей, що страждають психічними захворюваннями. До ризику розвитку психічного розладу в тій чи іншій формі схильний кожен четвертий житель планети.

○ **Добрі новини**

## Ліки для душі

10 жовтня пройшов поетичний вечір пацієнтів Львівського обласного психоневрологічного диспансеру. Захід був приурочений до Всесвітнього дня психічного здоров'я.

Отож, у другому стаціонарному відділенні психоневрологічного диспансеру лікарі та пацієнти зібрались, щоб забути про проблеми та просто помріяти. У теплій атмосфері вони співали, читали вірші Дмитра Павличка, Тараса Шевченка, Володимира Сосюри, Ліни Костенко та інших. Чимало талановитих пацієнтів декламувати свої вірші. Темою поетичного вечору стала «Золота осінь».

За словами психолога-реабілітолога другого стаціонарного відділення Львівського обласного клінічного психоневрологічного диспансеру Ірини Грабовської, подібні вечори додають пацієнтам впевненості в собі, зменшують соціальний страх та ізолюваність від суспільства.

Крім таких локальних заходів, диспансер співпрацює з громадською організацією Центр соціальної допомоги та реабілітації «Плече», яка проводить чимало проектів для допомоги пацієнтам та їх родині. Також лікарі диспансеру домовляються про безкоштовні екскурсії музеями Львівщини та перегляд вистав у театрі ім. Марії Заньковецької.

«Ми чекаємо від громади небайдужості, щоб таких людей не відштовхували», – наголосила Ірина Грабовська.

## Актуальні зустрічі

14-15 жовтня 2011 року у конференційному залі Українського католицького університету пройшли «Львівські психіатричні зустрічі» за участю провідних фахівців у галузі психіатрії з України, Польщі, Сполучених Штатів Америки. Їх організатори: Асоціація психіатрів України, Український католицький університет, Львівська обласна психіатрична лікарня, Головне управління охорони здоров'я Львівської облдержадміністрації.

У програмі «Львівських психіатричних зустрічей»: виступ директора відділу психіатрії та біхевіоральної медицини Мічиганського університету Еріка Етчіса, який ознайомить учасників з основними протоколами лікування синдрому шизофренії, алкогольної та нікотинної залежності, фармакологічними та нефармакологічними методами їх лікування. За словами головного психіатра ГУОЗ ЛОДА Юрія Закаля: «Зустріч у такому форматі проводиться у Львові вперше. Проте, враховуючи актуальність професійного обміну досвідом, такі зустрічі відтепер стануть традиційними і будуть проводитись у Львові щорічно для представників всіх областей України, а не лише Західного регіону».

