

# روز جهانی سلامت روان

## World Mental Health Day

2021 october 10

۱۸ مهر ماه ۱۴۰۰

تبیین شعار روز جهانی سلامت روان

سلامت روان در جهانی نابرابر



2021 october 10

رئیس فدراسیون جهانی سلامت روان، شعار «سلامت روان در جهانی نابرابر» را برای روز جهانی سلامت روان در سال ۲۰۲۱ اعلام کرد.

این شعار به وسیله رأی اعضا، ذینفعان و حامیان فدراسیون جهانی سلامت روان به این دلیل انتخاب شد که دنیا به صورت فزاینده‌ای قطبی شده، ثروتمندان، ثروتمندتر شدند، و تعداد بسیار زیادی از مردم هنوز در فقر زندگی می‌کنند. در سال ۲۰۲۰ نابرابری‌های ناشی از نژاد و قومیت، گرایش جنسی و هویت جنسیتی، و عدم رعایت حقوق بشر در بسیاری از کشورها، از جمله برای افرادی که در شرایط سالم روانی زندگی می‌کردند، بیشتر خود را نشان داد. چنین نابرابری‌هایی بر سلامت روان تأثیر می‌گذارند.

این شعار، که برای سال ۲۰۲۱ انتخاب شده‌است، نشان می‌دهد دسترسی به خدمات سلامت روان نابرابر باقی است. به طوری که بین ۷۵ تا ۹۵ درصد از افراد مبتلا به اختلالات روان‌شناختی در کشورهای با درآمد کم و متوسط، اصلاً نمی‌توانند به خدمات سلامت روان دسترسی داشته باشند. این دسترسی در کشورهای با درآمد بالا هم خیلی وضعیت بهتری ندارد. عدم سرمایه‌گذاری در زمینه سلامت روان نامتناسب با بودجه کلی سلامت، به شکاف درمان سلامت روان دامن می‌زند. بسیاری از افراد مبتلا به بیماری روان‌شناختی درمان مورد نیاز و شایسته خود را دریافت نمی‌کنند و همراه خانواده و مراقبین خود همچنان دچار آنگ و تبعیض می‌شوند. شکاف بین "داشتن" و "نداشتن" روز به روز بیشتر می‌شود و نیازهای برآورده نشده برای مراقبت از افرادی که دارای مشکل روان‌شناختی هستند ادامه دارد.

شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که در کیفیت مراقبت‌های ارائه‌شده به افراد دارای مشکلات روان‌شناختی، ضعف‌هایی وجود دارد. حدود ۱۵ سال زمان می‌برد تا درمان‌های پزشکی، اجتماعی و روان‌شناختی بیماری‌های روانی که در مطالعات تجربی نتایج قابل قبولی از خود نشان داده‌اند، به بیماران نیازمند به این درمان‌ها، به طور کامل ارائه شود.

آنگ و تبعیض نسبت به افراد مبتلا به بیماری روان‌شناختی نه تنها بر سلامت جسمی و روانی این افراد تأثیر می‌گذارد، بلکه آنگ بر فرصت‌های تحصیلی، درآمد فعلی، آینده شغلی آن‌ها و هم‌چنین بر خانواده و عزیزان آن‌ها تأثیر می‌گذارد. این نابرابری باید برطرف شود زیرا نباید اجازه داد ادامه یابد. همه ما باید نقشی برای رفع این ناهماهنگی‌ها داشته باشیم و اطمینان حاصل کنیم که افراد، زندگی با سلامت روان در تمام جنبه‌های آن را تجربه کنند.

افرادی که بیماری جسمی را تجربه می‌کنند نیز اغلب دچار ناراحتی‌های روان‌شناختی و مشکلات روحی-روانی می‌شوند. یک مثال، اختلال بینایی است. بیش از  $\frac{2}{3}$  میلیارد نفر در سراسر جهان دارای اختلال بینایی هستند و اکثریت نیز اضطراب و یا افسردگی را تجربه می‌کنند و این امر برای افراد کم‌بینا که شرایط نامطلوب اجتماعی و اقتصادی را تجربه می‌کنند، بدتر هم شده‌است.

همه‌گیری بیماری کووید ۱۹ اثرات نابرابری را بر پیامدهای سلامتی بیشتر برجسته کرده‌است و هیچ کشوری، هرچند ثروتمند، برای این امر آمادگی کامل نداشته‌است. این همه‌گیری افراد مختلف را در هر رده سنی، از طریق راه‌های زیادی تحت تأثیر قرار داده و خواهد داد؛ از طریق عفونت و بیماری، که گاهی منجر به مرگ شده و فقدان را برای اعضای خانواده داغ‌دیده موجب می‌شود؛ از طریق تأثیر اقتصادی، با از دست دادن شغل و عدم امنیت شغلی ادامه‌دار؛ و با فاصله فیزیکی که می‌تواند به انزوای اجتماعی منجر شود.

ما باید اقدام کنیم و فوراً اقدام کنیم.

کمپین روز جهانی سلامت روان ۲۰۲۱ با عنوان "سلامت روان در جهانی نابرابر" به ما این امکان را می‌دهد تا بر مسائلی تمرکز کنیم که نابرابری سلامت روان را در سطح محلی و جهانی تداوم می‌بخشد. ما می‌خواهیم از جوامع مدنی برای ایفای نقش فعال در مقابله با نابرابری در مناطق محلی خود حمایت کنیم. ما می‌خواهیم پژوهشگران را تشویق کنیم تا آن‌چه را که در مورد نابرابری سلامت روان می‌دانند، از جمله ایده‌های عملی در مورد چگونگی مقابله با آن را به اشتراک بگذارند.



هنگامی که فدراسیون جهانی سلامت روان (WFMH) در سال ۱۹۴۸ شکل گرفت، جهان از جنگ بیرون آمده بود و در بحران بزرگی قرار داشت و بسیاری از این موارد با همکاری فدراسیون جهانی سلامت روان، سازمان جهانی بهداشت (WHO)، سازمان ملل، یونسکو و سایر ذینفعان جهانی و شهروندان علاقه‌مند به سلامت روان حل و فصل شد.

ما دوباره در بحبوحه بحران جهانی دیگری هستیم که منجر به افزایش نابرابری‌های بهداشتی، اقتصادی و اجتماعی می‌شود. کمپین روز جهانی سلامت روان سال ۲۰۲۱ فرصتی برای ما فراهم می‌کند تا با هم گرد آمده و با هم عمل کنیم تا مشخص کنیم چطور نابرابری را برطرف کنیم تا مردم از سلامت روان خوبی برخوردار شوند.

شریک باشید، حامی باشید.

پروفسور گابریل ایوبیجارو

دبیرکل فدراسیون جهانی سلامت روان

## مرکز مشاوره و توانمندسازی دانشگاه بیرجند

طراح: امین رضا امیری نژاد



۱۸ مهر ماه ۱۴۰۰