

Всесвітній день психічного здоров'я



Всесвітній день психічного здоров'я відзначається з 1992 року, з ініціативи Всесвітньої федерації психічного здоров'я.

Всесвітня організація охорони здоров'я заявила, що в наші дні на планеті існують більше 450 мільйонів людей, які страждають психічними захворюваннями. А в західних країнах кожна сьома людина є або параноїком/шизофреніком, або схильна до депресій і алкоголізму.

Метою Всесвітнього дня психічного здоров'я є скорочення поширеності депресивних розладів, шизофренії, хвороби Альцгеймера, наркотичної залежності, епілепсії, розумової відсталості.

Зростанню захворюваності сприяють інформаційні перевантаження, політичні й економічні катаклізми в країні, а провісниками захворювань є стреси.

Сучасне життя само по собі сприяє стресам: зміни в житті політичному, економічному, негаразди на роботі, та й просто поїздка в громадському транспорті призводять до того, що людина зі своїми стресами починає миритися, наступним кроком, на жаль, може стати депресія.

Стреси стали складовою частиною життя сучасної людини. Люди борються з ними, не замислюючись про те, що потрібно не боротися, а не допускати їх.