



# EURÓPSKY PAKT ZA DUŠEVNÉ ZDRAVIE A POHODU

konferencia eú na vysokej úrovni  
SPOLOČNE ZA DUŠEVNÉ ZDRAVIE A POHODU

Brusel, 12. - 13. júna 2008



Slovensko predsedstvo EU 2008  
Slovenian Presidency of the EU 2008  
La Présidence slovène de l'UE 2008



# EURÓPSKY PAKT ZA DUŠEVNÉ ZDRAVIE A POHODU

My, účastníci konferencie EÚ na vysokej úrovni „Spoločne za duševné zdravie a pohodu“, Brusel 13. júna 2008, potvrdzujeme dôležitosť a relevantnosť duševného zdravia a pohody pre Európsku úniu, jej členské krajiny, záujmové strany a občanov.

## I - UZNÁVAME, ŽE

- Duševné zdravie je ľudským právom. Umožňuje občanom mať účasť na duševnej pohode, kvalite života a zdravia. Podporuje učenie, prácu a prispievanie do spoločnosti.
- Úroveň duševného zdravia a duševnej pohody obyvateľstva je kľúčovým zdrojom úspechu EÚ ako vzdelanostnej spoločnosti a ekonomiky. Je to dôležitý faktor pre realizáciu cieľov lisabonskej stratégie, rastu a práce, sociálnej súdržnosti a ekologického rozvoja.
- miera samovražednosti EÚ narastá počet mentálnych porúch. Odhaduje sa, že dnes trpí mentálnymi poruchami takmer 50 miliónov občanov (približne 11% populácie), pričom sa u žien a mužov rozvíjajú a prejavujú rôzne symptómy. V mnohých členských štátoch EÚ je depresia najrozšírenejším zdravotným problémom.
- Hlavnou príčinou smrti zostáva samovražda. V EÚ dochádza ročne približne k 58 000 samovraždám, z ktorých ¾ spáchajú muži. Osem členských štátov patrí k pätnástim krajinám s najvyšším počtom samovražd mužov na svete.
- Mentálne poruchy a samovraždy spôsobujú jednotlivcom, rodinám a komunitám veľmi veľké utrpenie, a mentálne poruchy sú hlavnou príčinou pracovnej neschopnosti. V celej EÚ zaťažujú pracovné trhy, zdravotnícky, vzdelávací, ekonomický systém a systém sociálneho zabezpečenia.
- Spoločná a doplňujúca činnosť na úrovni EÚ môže členským štátom pomôcť zvládnuť tieto problémy tým, že bude podporovať dobré duševné zdravie a pohodu v spoločnosti, posilňovať prevenciu a svojpomoc a poskytovať podporu ľuďom s duševnými problémami a ich rodinám nad rámec opatrení poskytovaných členskými štátmi prostredníctvom systémov zdravotníckych a sociálnych služieb a medicínskej starostlivosti.

## II - SÚHLASÍME, ŽE

- Existuje potreba rozhodného politického kroku, aby sa duševné zdravie a pohoda stali kľúčovou prioritou.
- Na úrovni EÚ je potrebné rozvinúť aktivity zasadzujúce sa za duševné zdravie a pohodu, ktoré zaangažujú príslušné orgány prijímajúce rozhodnutia a záujmové skupiny vrátane tých, ktoré pochádzajú zo sociálneho a justičného sektora, sociálnych partnerov a organizácií občianskych spoločností.
- Ľudia, ktorí majú osobnú skúsenosť s duševnými zdravotnými problémami, disponujú cennými vedomosťami a musia v rámci plánovacích a realizačných činností zohrávať aktívnu úlohu.
- Duševné zdravie a pohodu občanov a skupín, medzi ktorými sú zahrnuté všetky vekové skupiny, rôzne pohlavia, etnické pôvody a sociálno-ekonomické skupiny, treba podporovať na základe cieľných intervencií zohľadňujúcich diverzitu európskej populácie.
- Existuje potreba zlepšenia vedomostí o duševnom zdraví: zhromažďovaním údajov o stave mentálneho zdravia v populácii a podporovaním výskumu v oblasti epidemiológie, príčin, určujúcich faktorov a dôsledkov duševného zdravia a duševných chorôb a možností náprav a najlepších postupov v rámci zdravotníckeho a sociálneho sektora i mimo neho.

## III - POŽADUJEME ČINNOSŤ V PIA-TICH HLAVNÝCH OBLASTIACH

### I - PREVENCIA DEPRESÍ A SAMOVRAŽD

Depresia je jednou z najbežnejších príčin a najzávažnejších duševných porúch a hlavným rizikovým faktorom samovražedného správania. Každých 9 minút zomrie v EÚ jeden občan na následky samovraždy. Odhaduje sa, že počet pokusov o samovraždu je desaťnásobne vyšší. Nahlásená miera samovražednosti je v členských krajinách 12-násobne nižšia.

Vyzývame, aby orgány prijímajúce rozhodnutia a záujmové skupiny vyvinuli činnosť na prevenciu samovražd a depresí vrátane:

- zlepšovania vzdelávania zdravotníckeho personálu a kľúčových hráčov v sociálnom sektore v oblasti duševného zdravia,

- ▮ obmedzenia prístupu k možným samovražedným prostriedkom,
- ▮ vykonávanie opatrení na zvýšenie povedomia o duševnom zdraví medzi všeobecnou verejnosťou, zdravotníkmi a inými príslušnými sektormi,
- ▮ vykonávanie opatrení na zníženie rizikových faktorov samovrážd (napr. nadmernej konzumácie alkoholu, užívania drog a sociálneho vylúčenia, depresí a stresu),
- ▮ poskytovanie podporných mechanizmov po uskutočnení pokusov o samovraždu a pre pozostalých ako napr. linky dôvery poskytujúce emocionálnu pomoc.

## II - DUŠEVNÉ ZDRAVIE MLADÝCH ĽUDÍ A VÝCHOVA

Základ pre celoživotné duševné zdravie sa kladie v ranom veku. Až 50% duševných porúch sa začína počas obdobia dospievania. Problémy s duševným zdravím sa dajú zistiť u 10% až 20% mladých ľudí, s väčším výskytom u znevýhodnených skupín populácie.

Vyzývame, aby orgány prijímajúce rozhodnutia a záujmové skupiny vyvinuli činnosť so zreteľom na duševné zdravie u mladých ľudí a vo výchove vrátane:

- ▮ zabezpečenia postupov včasného zásahu v celom výchovno-vzdelávacom systéme,
- ▮ poskytovania programov na podporu zručností výchovy detí,
- ▮ podporovania školenia odborníkov pracujúcich v zdravotníckych, výchovno-vzdelávacích, mládežníckych a iných relevantných odvetviach k témam duševného zdravia a pohody,
- ▮ podporovania integrácie sociálno-ekonomického učenia do činností v rámci školských aj mimoškolských osnov a predškolskej a školskej kultúry,
- ▮ programov na prevenciu týrania, šikanovania a násilia voči mladým ľuďom a ich vystavenia sociálnemu vylúčeniu,
- ▮ podporovania účasti mladých ľudí vo výchove a vzdelávaní, kultúre, športe a zamestnaní.

## III - DUŠEVNÉ ZDRAVIE V PRACOVNOM PROSTREDÍ

Zamestnanie je prínosom pre fyzické aj duševné zdravie. Duševné zdravie a pohoda pracovnej sily je kľúčovým zdrojom produktivity a inovácie v EÚ. Tempo a povaha práce sa mení a vytvára tlak na duševné zdravie a pohodu. Na zvládnutie neustáleho narastania pracovnej absencie a neschopnosti aj na využitie nezužitkovaného potenciálu na zlepšovanie produktivity spojenej so stresom a duševnými poruchami je treba vyvinúť aktivity. Pri sociálnom zaradovaní ľudí s duševnými poruchami zohráva pracovisko kľúčovú úlohu.

Vyzývame, aby orgány prijímajúce rozhodnutia, sociálni partneri a ďalšie záujmové skupiny vyvinuli činnosť so zreteľom na duševné zdravie na pracovisku vrátane:

- ▮ zlepšenia organizácie práce, organizačných kultúr a riadiacich postupov s cieľom zlepšiť duševnú pohodu na pracovisku, vrátane zosúladenia práce a rodinného života,
- ▮ implementácie programov podpory duševného zdravia a pohody s hodnotením rizík, programov na predchádzanie situáciám, ktoré môžu mať nežiaduci vplyv na duševné zdravie pracovníkov (stres, škodlivé správanie ako násilie alebo obťažovanie v práci, alkohol, drogy), a postupov včasného zásahu proti týmto vplyvom na pracoviskách,
- ▮ poskytovania opatrení na podporu nábore ľudí s duševnými problémami alebo poruchami, ich ponechania alebo rehabilitácie a návratu do práce.

## IV - DUŠEVNÉ ZDRAVIE STARŠÍCH ĽUDÍ

Populácia EÚ starne. Vysoký vek môže so sebou prinášať určité rizikové faktory pre duševné zdravie a pohodu, napr. stratu sociálnej podpory od rodiny a priateľov a výskyt fyzických a neurodegeneračných chorôb ako Alzheimerovej choroby a iných foriem demencie. Medzi staršími ľuďmi je vysoká miera samovražednosti. Jedným z kľúčových cieľov politiky EÚ je podpora zdravého a aktívneho starnutia.

Vyzývame, aby orgány prijímajúce rozhodnutia a záujmové skupiny vyvinuli činnosť so zreteľom na duševné zdravie starších ľudí vrátane:

- ▮ podporovania aktívnej účasti starších ľudí v spoločenskom živote, vrátane podpory ich fyzickej aktivity a možností vzdelávania,
- ▮ vyvinutia flexibilných dôchodkových programov, ktoré starším ľuďom umožnia zostať pracovať dlhšie na plný alebo čiastočný úväzok,
- ▮ poskytnutia opatrení na podporu duševného zdravia a pohody medzi staršími ľuďmi, ktorí dostávajú ambulanciu alebo inštitucionálnu starostlivosť (zdravotnú alebo sociálnu).
- ▮ uskutočnenia oparení na podporu ošetrovateľov.

## V - BOJ PROTI STIGMATIZÁCII A SOCIÁLNEMU VYLÚČENIU

Stigmatizácia a sociálne vylúčenie sú rizikovými faktormi a dôsledkami duševných porúch, ktoré môžu vytvárať hlavné bariéry pri hľadaní pomoci a uzdravenia.

Vyzývame, aby orgány prijímajúce rozhodnutia a záujmové skupiny vyvinuli činnosť na zvládnutie stigmatizácie a sociálneho vylúčenia vrátane:

- ▮ podpory kampaní a činností proti stigmatizácii, napr. v médiách, na školách a pracoviskách, ktoré budú podporovať integráciu ľudí s duševnými poruchami.

- rozvinutia služieb duševného zdravia, ktoré sú v spoločnosti dobre integrované, sústredujú sa na jednotlivca a fungujú spôsobom zabraňujúcim stigmatizácii a vylúčeniu,
- podporujú aktívne zaradenie ľudí s duševnými zdravotnými problémami do spoločnosti, vrátane zlepšenia ich prístupu k patričným príležitostiam zamestnania, výučby a vzdelávania,
- zaradenia ľudí s duševnými zdravotnými problémami a ich rodín a opatrovateľov do príslušných procesov tvorby politík a rozhodovania.

## IV - SPÚŠŤAME EURÓPSKY PAKT ZA DUŠEVNÉ ZDRAVIE A POHODU

Tento pakt uznáva, že primárnu zodpovednosť za činnosť v tejto oblasti nesú členské štáty. Pakt však stavia na potenciáli EÚ informovať, podporovať najlepšie postupy a podnecovať činnosť členských krajín a záujmových skupín a pomáha riešiť spoločné problémy a zvládať zdravotné nerovnosti.

Referenčný kontext paktu je *acquis* politiky EÚ o duševnom zdraví a pohode, ktorý vznikol z iniciatív v rôznych politikách Spoločenstva počas posledných rokov spolu so záväzkami, ktoré si dali ministri zdravotníctva členských štátov v rámci deklarácie o duševnom zdraví v rámci organizácie WHO za Európu v roku 2005 a v príslušných medzinárodných dohovorech ako v Dohovore OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím.

Tento Pakt spája európske inštitúcie, členské štáty, záujmové skupiny z príslušných sektorov vrátane ľudí ohrozených vylúčením z dôvodov duševného zdravia a výskumnú komunitu s cieľom podporovať duševné zdravie a pohodu. Pakt je výsledkom ich záväzku na dlhodobý proces výmen, kooperácie a koordinácie v oblasti kľúčových problémov.

Pakt by mal uľahčiť monitorovanie trendov a aktivít v členských krajinách a medzi záujmovými skupinami. Na základe európskych najlepších postupov by mal pomôcť pri vytvorení odporúčaní na zavedenie činností postupu s ohľadom na jeho hlavné témy.

## V - PRETO UVÍTAME

- keď sa členské krajiny spolu s ďalšími relevantnými hráčmi v rôznych odvetviach a občianska spoločnosť v EÚ a medzinárodné organizácie pripoja k Európskemu paktu za duševné zdravie a pohodu a prispejú k jeho implementácii,
- keď Európska komisia a členské štáty spolu s príslušnými medzinárodnými organizáciami a záujmovými skupinami:
  - vytvoria mechanizmus na výmenu informácií,
  - budú spolupracovať na identifikácii dobrých postupov a faktorov úspechu v politickej činnosti a činnosti záujmových skupín pri riešení prioritných tém Paktu a budú rozvíjať príslušné odporúčania a plány činností,
  - budú v nadchádzajúcich rokoch komunikovať výsledky takejto práce prostredníctvom série konferencií k prioritným témam paktu;
- keď Európska komisia vydá počas roku 2009 návrh odporúčania Rade týkajúci sa duševného zdravia a pohody,
- keď bude Predsedníctvo informovať Európsky parlament a Radu ministrov ako aj Európsky hospodársky a sociálny výbor a Výbor regiónov o rokovaní a výsledkoch tejto konferencie.

