

RAHVUSVAHELINE VAIMSE TERVISE PÄEV

2005

Anu Rahu, Piret Kokk

Tallinna Vaimse Tervise Foorum

10. oktoobril tähistatakse Maailma Vaimse Tervise Föderatsiooni algatusel rahvusvahelist vaimse tervise päeva, mille äramärgimiseks Eestis avatakse esmaspäeval, 10. oktoobril kell 12 Viru Keskuse galeriis (Viru väljak 4/6, IV korrus) näitus "**Vaimne kunst või kunsti vaim?**". Väljapanekul on eksponeeritud tööd vaimse tervise probleemidega inimestelt üle Eesti. Näituse **avasõnad ütleb sotsiaalminister Jaak Aab**. Traditsiooniliselt korraldatakse avatud uste päevi vaimse tervise teenuseid pakkuvates asutustes ning Kinomajas (Uus 3) näidatakse vaimse tervise päeva tähistamiseks tasuta filme "Tunnid" ja "Viharavi" koos psühhiaatrite eelkommentaaridega.

"Eestis diagnoositakse igal aasta 26 tuhat uut psühhiaatrilist haigusjuhtu. Statistika järgi on psüühika- ja käitumishäired Eestis püsiva töövõimetuse tekkimise põhjusena teisel kohal, kusjuures 16 - 29 a vanuses noorte puhul esimesel kohal", kommenteerib vaimse tervise temaatika aktuaalsust Vaimse Tervise Foorumi liige Anu Rahu.

Vaatamata vaimse tervise probleemide laiale levikule on tavaline eelarvamuslik hoiak psüühikahäirega inimesse. Harva suhtutakse neisse kui võrdseisse, see seab nad teiste ühiskonnaliikmetega võrreldes ebasoodsasse olukorda. Samas on võimalik lähedaste, ühiskonna, sobiva ravi ning sotsiaalteenustega tuua need inimesed tagasi aktiivsesse ühiskondlikku ellu.

Eestis tähistatakse vaimse tervise päeva **Tallinna Vaimse Tervise Foorumi initsiatiivil neljandat korda. Eelnimetatud foorumi näol on tegemist vabatahtlikkuse alusel tegutseva huvigrupiga, kuhu kuuluvad vaimse tervise edendamisest huvitatud erinevate asutuste/professionide esindajad ning eraisikud, kusjuures kolmandik foorumi liikmetest on vaimse tervise probleemidega inimesed.** Foorumi eesmärgiks on arendada ühine arusaam vaimse tervise seotud probleemidest ning nende lahendamise ja teha koostööd nende lahendamise ning edendamise nimel.

Ülemaailmsele Vaimse tervise päevale pühendatud üritused Tallinnas

10. oktoober, **filmiprogramm Kinomajas**

Kinomajas näidatakse kahte vaimse tervise seotud filmi, millele annavad oma eelkommentaari psühhiaatrid dr Evelin Eding ning dr Katrin Orav.

Kell 12 ja 18 režissöör Stephen Daldry film "Tunnid" (2002). "Tunnid" on haarav draama, mille aluseks Michael Cunninghami samanimeline, Pulitzeri preemiaga pärjatud romaan. Kolmel ajastul kulgevad paralleelselt kolm erinevat lugu, mis on kõik omavahel ühenduses ning iga lugu läbib tegelaskuju vaimse tervise probleem. Osades Nicole Kidman, Meryl Streep, Julianne Moore jt

Kell 15 ja 20.30 režissöör Peter Segali film "Viharavi" (2003). Pärast kontrolli alt väljunud arusaamatust reisilennuki pardal määratakse häbelikule Dave Buznikile 20 tundi kohustuslikku viharavi dr. Buddy Rydelli käe all. Viimase ebaharilikud meetodid tekitavad aga Dave'is tunde, et tegelikult vajaks ravi hoopis doktor ise. Dave peab valima, kas pugeda tagasi oma urgu või kordki elus end kokku võtta ja enda eest seista. Osades Adam Sandler, Jack Nicholson jt.

10. oktoober kell 12, kunstinäituse **"Vaimne kunst või kunsti vaim?"** avamine Viru Keskuse galeriis

Viru Keskuse galeriis (Viru väljak 4/6, IV korrus) avatakse näitus "Vaimne kunst või kunsti vaim?", kus on eksponeeritud tööd vaimse tervise probleemidega inimestelt üle kogu Eesti. Näituse avasõnad ütleb sotsiaalminister Jaak Aab. Väljapanek jääb avatuks 17. oktoobrini.

10. oktoober kell 14, Haabersti Klubimaja uute ruumide avamine (Õismäe tee 105a).
Haabersti Klubimaja on Tallinna Vaimse Tervise Keskuse üks osakond.

Klubimaja avab Tallinna abilinnapea Diana Ingerainen

10. oktoober kell 9.00- 16.00, **avatud uste päev Merimetsa Tugikeskuses** (Merimetsa tee 1).

Tugikeskus osutab teenuseid täiskasvanutele, kellel on raske ja/või püsiv psüühikahäire ning pakub päevahooldust dementsuse diagnoosiga eakatele. Näha saab töökeskust, kliendikohvikut, kunstituba ning külastada käsitöökauplust.

11- 14. oktoober, **avatud uste päevad** Tallinna Vaimse Tervise Keskuses

Tallinna Vaimse Tervise Keskus on Tallinna linna sotsiaalkeskus, mis pakub teenuseid tööealistele psüühilise erivajadusega inimestele, et aidata neil elus võimalikult iseseisvad olla (www.mhcenter.ee).

Avatud uste päevade raames on võimalik külastada Tallinna Vaimse Tervise Keskuses erinevaid osakondi:

Teisipäeval 11. oktoobril kell 16.00-17.00 Pelguranna tegevus-ja teraapiakeskus ning Pelguranna Tugikodu (Pelguranna 31).

Kolmapäeval 12. oktoobril kell 16.00-17.00 Lasnamäe töö- ja tegevuskeskus (Pae 19, sissepääs maja tagant)

Reedel 14 oktoobril kell 16.00-17.00 (Kopli 25, 8. korrus) võimalus tutvuda:

rehabilitatsioonimeeskonnaga - spetsialistidega, kes hindavad psüühilise erivajadusega inimese toimetulekut ja vajadusi, koostavad inimesele isikliku rehabilitatsiooniplaani, osutavad rehabilitatsiooniteenuseid, nõustavad psüühilise erivajadusega kliente ja nende lähedasi;

kogukonnatöö meeskonnaga - vaimse tervise spetsialistid, kes toetavad psüühilise erivajadusega inimesi kogukonnas (väljaspool haiglat või hooldekodu), et nad saaksid elada nõ tavapärasel elul;

Toetusgrupp - eneseabigrupp vaimse tervise probleemidega noortele

Vaimse tervise probleemide levik maailmas

Maailma Tervishoiuorganisatsiooni (WHO) andmetel ilmneb 25% inimestest mingil eluperioodil vaimse tervise häireid. Täna päeval kannatab üle maailma ligi 450 miljonit inimest vaimse- või käitumishäire all (WHO 2002). Ainuüksi Euroopas põeb 6,6 miljonit inimest skisofreeniat (7 inimest 1000st); sügava depressiooni all kannatab keskmiselt 33,4 miljonit inimest (58 inimest 1000st täiskasvanust); alkoholisõltuvus on 41 miljonil täiskasvanud eurooplasel ning 15 miljonit inimest põeb mingil eluperioodil epilepsiat (WHO 2001). Kümnest juhtivast invaliidistumise põhjusest viis on vaimse tervise probleemid