

## Vaimse tervise päev pöörab tähelepanu enesetappudele

2006

Askur Alas

Eesti Päevaleht. 09.10.2006.

Homme toimuv rahvusvaheline vaimse tervise päev tuletab meelde, et vaimse tervise probleemid võivad elu jooksul puudutada meist igaüht.

Ülemaailmse vaimse tervise föderatsiooni algatusel tähistatakse sel aastal 10. oktoobrit ühtse deviisi all “Teadlikkuse tõstmine – riskide vähendamine: vaimse tervise probleemid ja suitsiid”.

Eestis diagnoositakse igal aastal ligi 22 000 uut psühhiaatrilist haigusjuhtu. Eesti-Rootsi vaimse tervise ja suitsidoloogia instituudi juhataja professor Airi Värniku sõnul on viimase kümne aasta jooksul Eestis suitsiiditrend langenud 41-lt 20-le 100 000 elaniku kohta, kuid me püsime ikka veel kõrge suitsiidiriskiga maade hulgas. „Riskigrupiks on jätkuvalt keskealine mees. Murettekitav on noorte ennasthävitav käitumine – suitsiidikatsed, sihilikud enesevigastused, alkoholi ja narkootikumide lembus,“ lisas Värnik.

Maaailma Tervishoiuorganisatsiooni (WHO) andmetel ilmneb 25% inimestest mingil eluperioodil vaimse tervise häireid. Igal aastal sureb umbes 873 000 inimest enesetapu

tagajärjel. Ainuüksi Euroopas põeb skisofreeniat 6,6 miljonit inimest. Viimaste uuringute andmetel suurendab skisofreeniasse haigestunute hulka ka kasvav kanepisuitsetamine. Sügava depressiooni all kannatab keskmiselt 33,4 miljonit inimest (58 inimest 1000-st täiskasvanust). Moodsa ühiskonna haigustena tuuakse välja ka sagenenud ärevushäired ning foobiad.

Eestis tähistatakse vaimse tervise päeva Tallinna vaimse tervise foorumi initsiatiivil viiendat korda. Tallinna vaimse tervise foorum on vabatahtlikkuse alusel tegutsev huvigrupp. Foorumi eesmärgiks on arendada ühine arusaam vaimse tervise seotud probleemidest, teha koostööd probleemide lahendamiseks ja vaimse tervise edendamiseks. Traditsiooniliselt korraldatakse vaimse tervise päeva puhul avatud uste päevi vaimse tervise teenuseid pakkuvates asutustes.