

Informācija medijiem:  
14.01.2016.

## **RSU Psihosomatikas klīnika aicina Latvijā veidot savu mentālās veselības programmu**

**“Psihiskā jeb mentālā veselība nosaka cilvēka dzīves kvalitāti, līdz ar to arī visas sabiedrības dzīves kopējo kvalitāti. Balstoties uz šo atziņu, ir runa par katra cilvēka un visas sabiedrības mentālās veselības uzlabošanu, kas garantē cilvēka spēju funkcionēt veselīgi, uzņemties atbildību, izvirzīt sev augstus mērķus un tos arī sasniegt. Un tā nav diskusija par psihozēm vai šizofrēniju,”** aicinājuma būtību skaidro profesore, ārste psihoterapeite Gunta Ancāne, Rīgas Stradiņa universitātes (RSU) Psihosomatiskās medicīnas un psihoterapijas katedras un klīnikas vadītāja.

“Pasaules Veselības organizācija (PVO) akcentē, ka psihiskā veselība nosaka somatiskās (!) veselības stāvokli, psihiski veseli cilvēki mazāk slimo ar somatiskām slimībām un ir nobriedušākas personības. Tādēļ PVO aicina katrai valstij veidot savu mentālās veselības programmu, un arī mūsu valstī mentālajai jeb psihiskajai veselībai ir jābūt prioritārai,” RSU Psihosomatikas klīnikas aicinājumu pamato tās vadītāja, profesore un Eiropas Psihosomatikas un psihoterapijas asociācijas prezidente Gunta Ancāne.

“Veseli cilvēki, kam nav īpašu hronisku somatisku un/vai emocionālu traucējumu, ir vērtīgi sabiedrības locekļi, jo ir spējīgi funkcionēt veselīgi, uzņemties atbildību, izvirzīt sev augstus mērķus un tos arī sasniegt. Jāuzsver, ka šeit nav runas par psihozēm un ar šizofrēniju vai demenci slimiem pacientiem.

Mentālā jeb psihiskā veselība ir saruna ar sabiedrību par vērtībām, par sabiedrības nolikto un noturēto vērtību latīņu. Tai skaitā arī par to, vai katrs savu dzīvi veido pats vai tikai gaida palīdzību no citiem, nemitīgi un gražīgi to pieprasot (pabalstu un atbalsta veidā) un, tā kā nekad netiek saņemts gana, visus hroniski vainojot par savu “nelaimīgo likteni”.

Vaimanātājus raksturo nenobriedušas personības pazīmes, viņiem ir diagnosticējami kādi no personības traucējumiem (**F60**). Šis jautājums līdz šim nav aktualizēts. “Nabadziņi” – kā viņiem pašiem tīk sevi dēvēt – tā vietā, lai tiktu motivēti ārstēties, saņem sekundāro slimības ieguvumu apkārtējo cilvēku pārprastas un nevietā izteiktas līdzjūtības veidā. “Ciešanas” tādējādi netiek uztvertas kā slimības būtība, kura būtu jāārstē, bet gan glorificētas un ieceltas sabiedrības vērtību kārtā.

Šā brīža cilvēku dzīves apstākļi un izteiktā nedrošības sajūta, ko rada nemitīgās vērtību izmaiņas, intensīvais stresa līmenis, laika trūkums un informācijas pārbagātība, veicina psihiskos traucējumus, īpaši emocionālos un psihosomatiskos.

Atbilstīgas uzmanības pievēršana indivīda un sabiedrības mentālās jeb psihiskās veselības stāvoklim varētu dot būtisku ieguldījumu kā katra cilvēka, tā arī visas sabiedrības psihiskās veselības stāvokļa uzlabošanā,” uzskata profesore, ārste psihoterapeite Gunta Ancāne.

### **Par RSU Psihosomatikas un psihoterapijas katedru un klīniku:**

RSU Psihosomatikas un psihoterapijas katedra (pirmos 3 gadus – kurss) Rīgas Stradiņa universitātē strādā kopš 1994. gada, 2011. gadā pie katedras tika izveidota klīnika kā RSU studentu apmācības un pētījumu bāze. Tās misija indivīda līmenī ir aktualizēt psihiskās (emocionālās) veselības nozīmi somatisko slimību novēršanā un ārstēšanā. Sabiedrības līmenī misijas apziņa balstās uz faktu, ka psihiskās veselības veicināšana ir ne tikai medicīniska, bet arī sociāli kulturāls un politisks

jautājums – veseli, nobrieduši, uz attīstību un pilnveidošanos orientēti cilvēki ir visas sabiedrības ieguvums. Klīnika radīta ar mērķi dot iespēju cilvēkiem ārstēties pie augsti profesionāliem un savā darbā ieinteresētiem psihosomatiskās medicīnas/psihoterapijas speciālistiem, kā arī dot iespēju medicīnas studentiem un rezidentiem padziļināti apgūt psihosomatisko traucējumu un slimību diagnostiku un ārstēšanu. Vairāk informācijas: [www.psihosomatika.lv](http://www.psihosomatika.lv).

Papildu informācija:

Marta Bormane,  
projekta koordinatore

Tālr.: 28445084,

e-pasts: [marta@mammam.lv](mailto:marta@mammam.lv)