



Γ.Ν.ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ "ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΟ- ΠΑΝΑΓΕΙΟ"

ΚΕΝΤΡΟ ΨΥΧΙΚΗΣ
ΥΓΕΙΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ



ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΣΤΙΓΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ



Το Κέντρο Ψυχικής Υγείας Ηρακλείου

Το Κέντρο Ψυχικής Υγείας Ηρακλείου απευθύνεται σε ενήλικες κάθε ηλικίας που αντιμετωπίζουν ψυχικές διαταραχές, ψυχολογικά προβλήματα ή δυσκολίες στις διαπροσωπικές τους σχέσεις.

Στόχοι

- Η πρόληψη των ψυχικών διαταραχών και η προαγωγή της ψυχικής υγείας στην κοινότητα.
- Η έγκαιρη διάγνωση και θεραπευτική αντιμετώπιση των ψυχικών διαταραχών και ψυχολογικών προβλημάτων.
- Η ψυχοκοινωνική αποκατάσταση και κοινωνική επανένταξη των ατόμων που πάσχουν από χρόνιες ψυχικές νόσους και η βελτίωση της ποιότητας ζωής των ατόμων με ψυχοκοινωνικά προβλήματα.

Παρεχόμενες Υπηρεσίες και Δράσεις

- Τακτικό Εξωτερικό Ιατρείο Ενηλίκων.
- Συμβουλευτικός Σταθμός.
- Κοινωνική Υπηρεσία.
- Υπηρεσία Επισκεπτών Υγείας.
- Εφαρμογή Προληπτικών Προγραμμάτων ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης του γενικού πληθυσμού σε θέματα ψυχικής υγείας.
- Ομιλίες για ευαισθητοποίηση και εκπαίδευση επαγγελματιών υγείας και άλλων ομάδων πληθυσμού σε θέματα ψυχικής υγείας.
- Ομάδες Ψυχοεκπαίδευσης χρόνιων ψυχωσικών ασθενών και των οικογενειών τους.
- Ομάδες κοινωνικοποίησης χρόνιων ψυχωσικών ασθενών.
- Πρακτική άσκηση επαγγελματιών ψυχικής υγείας.
- Εξαμηνιαία έκδοση του περιοδικού «Περί Ψυχικής Υγείας».

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΣΤΙΓΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ

Το στίγμα στην ψυχική ασθένεια είναι εκείνη η στάση της κοινωνίας που την αντιμετωπίζει όχι σαν αρρώστια, αλλά σαν κάτι «κακό» που δεν έχει θέση σ' αυτήν. Χαρακτηρίζεται από στερεότυπα, διακρίσεις και προκαταλήψεις προσδίδοντας αρνητικά, δυσφημιστικά και προσβλητικά χαρακτηριστικά στους ασθενείς. Έτσι αυτοί εμφανίζονται να είναι κακοί, επικίνδυνοι, χωρίς λογική. Θεωρούνται ακατάλληλοι για πρόσληψη σε εργασία, δημιουργία οικογένειας, κοινωνικές σχέσεις και γενικά περιθωριοποιούνται.

Το στίγμα κάνει τους ψυχικά ασθενείς να ντρέπονται, να φοβούνται και να αποφεύγουν οποιαδήποτε κοινωνική δραστηριότητα. Έτσι κλείνονται στον εαυτό τους, απομονώνονται και αποσύρονται από την κοινωνία, με σοβαρές επιπτώσεις στην ποιότητα ζωής όχι μόνον των ίδιων αλλά και των οικογενειών τους.

Το στίγμα των Ψυχικών ασθενειών αντιμετωπίζεται με τη σωστή ενημέρωση τόσο για τη φύση των ασθενειών, όσο και για τις επιπτώσεις που έχουν στη ζωή των ασθενών. Οι γνώσεις σχετικά με τα αίτια, τα συμπτώματα, τη θεραπεία, τα φάρμακα, την επικινδυνότητα, κλπ θα μας βοηθήσουν:

Να αντιμετωπίζουμε την ψυχική ασθένειά σαν οποιαδήποτε άλλη ασθένεια με τις δυσκολίες και τις ιδιαιτερότητές της

Να σεβόμαστε τον ψυχικά ασθενή

Να κατανοούμε τις δυσκολίες που προκύπτουν από την ασθένειά του

Να μην θεωρούμε την ασθένειά του μειονεξία

Να τον αποδεχόμαστε ως ισότιμο μέλος της κοινωνίας

Έτσι λοιπόν:

Ας πολεμήσουμε το φόβο

Ας μη δεχόμαστε υπεραπλουστευμένες, παραπλανητικές πεποιθήσεις για την ψυχική ασθένεια (Στερεότυπα) πχ. Οι άνθρωποι με σχιζοφρένεια είναι συνήθως επικίνδυνοι, βίαιοι.

Ας μην έχουμε προκατασκευασμένες απόψεις για τις ψυχικές ασθένειες (προκαταλήψεις) πχ. Οι ψυχικές ασθένειες είναι ανίατες.



Ας μην έχουμε προκατειλημμένες συμπεριφορές που εμποδίζουν τους ψυχικά ασθενείς να ζήσουν κοντά μας (Διακρίσεις) πχ. Δεν νοικιάζουμε το διαμέρισμα, δεν προσλαμβάνουμε στη δουλειά, ή δεν θέλουμε στην παρέα μας άνθρωπο με σχιζοφρένεια.

Ας βγάλουμε από το λεξιλόγιό μας ταμπέλες και επίθετα όπως «ο σχιζοφρενής δολοφόνος» ή «αυτός είναι τρελός».

Ας κρατήσουμε κριτική στάση σε ότι εξισώνει τον ψυχικά ασθενή με άνθρωπο επικίνδυνο, κακό, εγκληματία πχ. κινηματογραφικές ταινίες, video clips, ορισμένα δημοσιογραφικά σχόλια κλπ.

*Οι σύγχρονες κοινωνίες
δεν φοβούνται
την ψυχική ασθένεια.*

*Ενημερώνονται,
κρίνουν και ηράττουν.*

Όχι στο στίγμα

Στο ΚΨΥ θεωρούμε ότι η ψυχική υγεία αποτελεί ένα αναπόσπαστο κομμάτι της υγείας και της ποιότητας ζωής και συνδέεται άμεσα με το δικαίωμα κάθε ανθρώπου να αναγνωρίζει, να αξιοποιεί τις δυνατότητές του και να συμβιώνει αρμονικά με τους γύρω του.

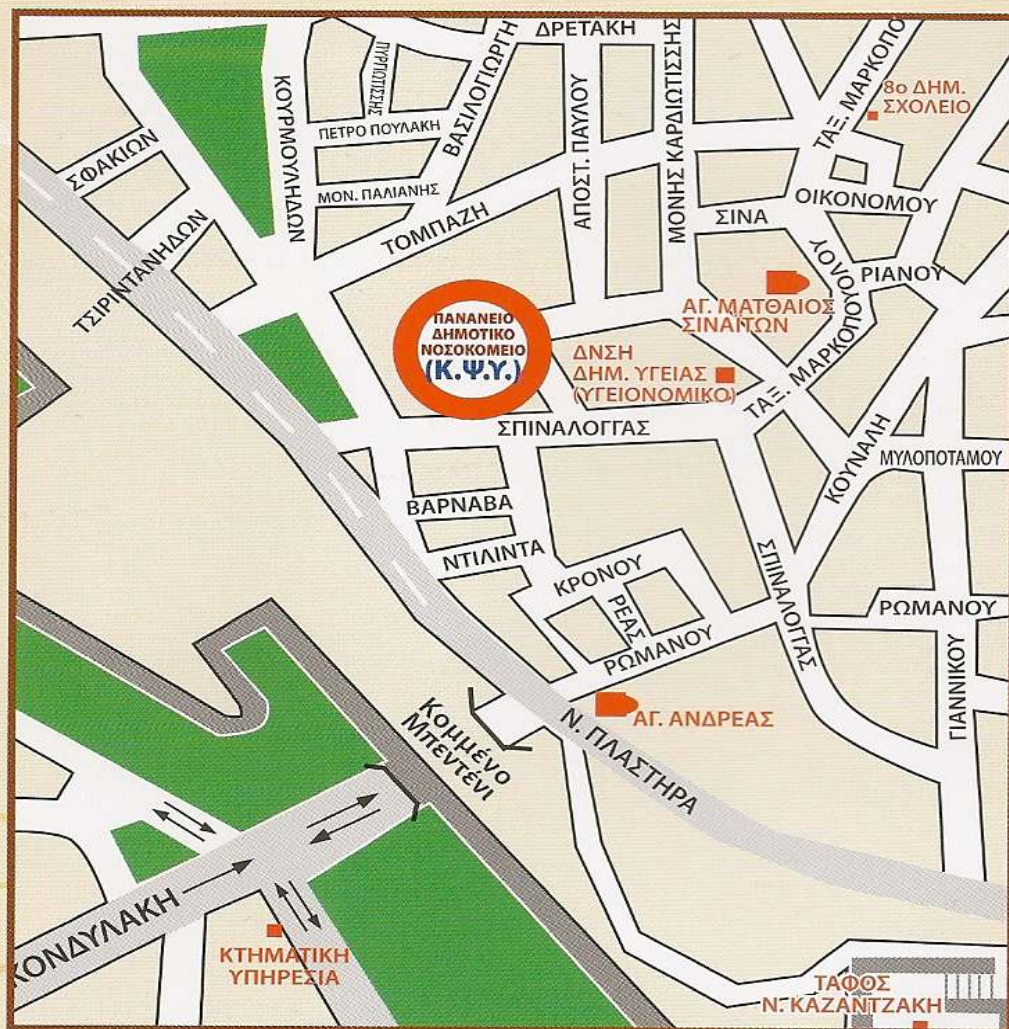
Η ψυχική νόσος, τα ψυχολογικά προβλήματα και οι δυσκολίες στις διαπροσωπικές σχέσεις μπορούν να παρουσιαστούν σε κάθε οικογένεια και σε άτομα κάθε ηλικίας και δεν είναι αποξενωμένα από το κοινωνικό τους περιεχόμενο, δηλαδή από το φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον μέσα στο οποίο εμφανίζονται και αναπτύσσονται. Είναι σημάδι μιας προσωπικής ή/ και οικογενειακής δυσλειτουργίας, αλλά και ταυτόχρονα μια ευκαιρία για να δούμε τη ζωή μας και τις σχέσεις μας μ' ένα διαφορετικό τρόπο.

Το Κέντρο Ψυχικής Υγείας βρίσκεται στην οδό Σπιναλόγκας 1 και λειτουργεί καθημερινά εκτός Σαββάτου και Κυριακής από τις 8πμ έως τις 2μμ.

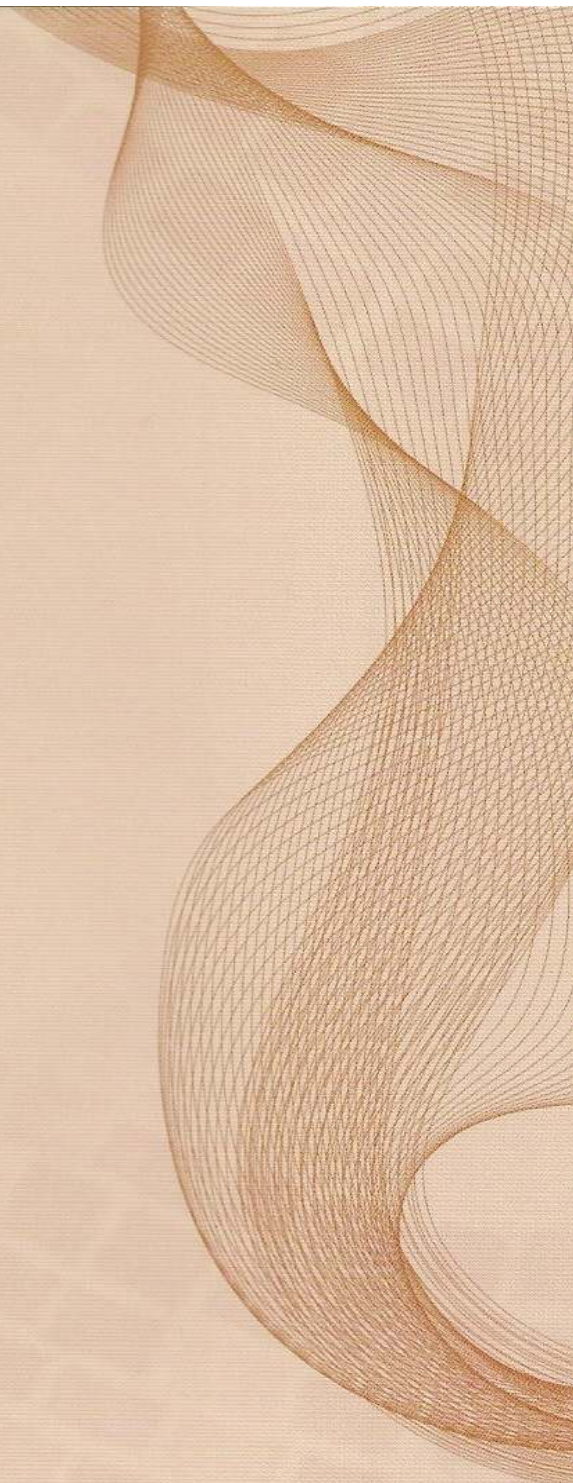
Οι συναντήσεις με τους ενδιαφερόμενους πραγματοποιούνται ύστερα από προσυνεννόηση (ραντεβού).

**Τηλέφωνο για πληροφορίες & ραντεβού:
2810 333402**

Χάρτης Κέντρου



Εκδότης: Κέντρο Ψυχικής Υγείας Ηρακλείου
Διευθυντής: Μιχάλης Τρελλόπουλος
Κείμενο: Μαρία Μουδάτσου
Επιμέλεια : Φωτεινή Γαβαλάκη
Μιχάλης Τρελλόπουλος



ΚΕΝΤΡΟ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

Σπιναθόγκας Ι.Τ.Κ. 712 01 Ηράκλειο Κρήτης
τηλ: 2810-333402 • Fax : 2810-342801
e-mail: kepsyher2003@yahoo.gr