

UCHWAŁA NR
RADY MIASTA KOSTRZYN NAD ODRĄ
z dnia

w sprawie przyjęcia Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023 – 2030

Na podstawie art. 7 ust. 1 pkt 5 i art. 18 ust. 1 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz.U. z 2023r. poz. 40 t.j. ze zm.), art. 1 ust. 1, art. 2 ust. 4 pkt 1 i ust. 5 ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. z 2022 r. poz. 2123 t.j. ze zm.), w związku z częścią VII załącznika do rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 30 marca 2021 r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021 – 2025 (Dz.U. z 2021 r. poz. 642) **uchwała się, co następuje:**

§ 1. Rada Miasta przyjmuje Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023 – 2030 stanowiący załącznik nr 1 do niniejszej uchwały.

§ 2. Wykonanie uchwały powierza się Burmistrzowi Miasta Kostrzyn nad Odrą.

§ 3. Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

RADA PRAWNY
Izabela Takiel
R-ZG-G-334

NACZELNIK
Wydziału Oświaty, Kultury i Opieki
Marzena Brank-Sulkowska

BURMISTRZ
dr Andrzej Kunt

PROGRAM OCHRONY ZDROWIA PSYCHICZNEGO NA LATA 2023 – 2030

I. Wprowadzenie

Zdrowie, według Światowej Organizacji Zdrowia, to „stan pełnego, dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego”.

Zdrowie psychiczne jest istotnym elementem zainteresowań zdrowia publicznego, rozumianego jako nauka o zdrowiu. Pojęcie zdrowia psychicznego jest dzielone na dwa rodzaje, tj. zdrowie emocjonalne oraz zdrowie umysłowe:

- **zdrowie emocjonalne** – człowiek zdrowy emocjonalnie potrafi rozpoznawać i nazywać emocje, potrafi je również wyrażać w odpowiedni sposób i robi to zgodnie z zasadami i normami społecznymi. Zdrowie emocjonalne wiąże się również z utrzymaniem równowagi psychicznej, a w niej mieści się umiejętność zarządzania emocjami, umiejętność radzenia sobie ze stresem, napięciem, lękiem, depresją, złością i agresją;
- **zdrowie umysłowe** – mówi o poprawnym przebiegu procesów myślowych. Pokazuje zdolność do logicznego i jasnego myślenia. Zdrowie umysłowe wiąże się z poprawnością działania układu nerwowego, w szczególności ośrodkowego układu nerwowego.

Zaburzenia psychiczne są uznane za przejaw choroby psychicznej. Jest to utrata umiejętności efektywnego reagowania przez organizm człowieka na bodźce generowane przez środowisko zewnętrzne, jak i wewnętrzne. W sytuacji zaburzeń psychicznych dochodzi do nieprawidłowości czynności psychicznych mających przyczynę poza organizmem człowieka, tak jak w przypadku zaburzeń reaktywnych wynikających z doświadczanych przeżyć lub tkwiących w zmianie czynności organizmu, np. gdy dochodzi do zaburzeń organicznych wynikających z uszkodzenia mózgu lub zakłócenia jego czynności. Zaburzenia psychiczne to utracona, niekoniecznie bezpowrotnie, wewnętrzna równowaga i możliwość prawidłowej adaptacji społecznej.

Lista potencjalnych i realnych zagrożeń dla zdrowia psychicznego jest znaczna i obejmuje między innymi takie problemy jak: bezrobocie, warunki pracy i życia w połączeniu z biedą, zaburzenia więzi społecznych, zjawisko wykluczenia społecznego, proces starzenia się społeczeństwa z jednoczesnym niżem demograficznym. Kryzys psychologiczny może pojawić się na każdym etapie życia, w różnych sytuacjach, z którymi osoba bardziej wrażliwa nie jest w stanie sobie poradzić bez wsparcia otoczenia.

Zachwianiem równowagi psychicznej dziecka i nieprawidłowym ukształtowaniem jego psychiki grożą nieodpowiednie oddziaływania wychowawcze. Dzieci bardziej wrażliwe nie poradzą sobie z atmosferą rywalizacji w szkole, czy nieprawidłowymi postawami wychowawców i rodziców wymagających od nich osiągnięć przerastających możliwości. W okresie dojrzewania młodzież może mieć trudności z ukształtowaniem odpowiednich wzorców zachowań związanych przede wszystkim z normami społecznymi i zagrożeniami wynikającymi z uzależnień.

Przyczynami kryzysu psychologicznego u ludzi dorosłych mogą być niepowodzenia w życiu rodzinnym, w pracy, nałogi, utrata pracy, bieda, choroba czy śmierć najbliższych. Zdrowie psychiczne ludzi w podeszłym wieku bywa szczególnie narażone. Często stają przed

problemami samotności, bezużyteczności lub odrzucenia. To tylko niektóre przykłady zagrożeń dla zdrowia psychicznego.

Profilaktyka zdrowia psychicznego może przyczynić się do poprawy stanu zdrowia mieszkańców, a społeczności lokalnej pozwoli zmniejszyć lub pozbyć się istniejących barier mentalnych co do postrzegania osób z zaburzeniami psychicznymi.

O znaczeniu zdrowia psychicznego dla człowieka mówi preambuła ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego i określa zdrowie psychiczne jako „fundamentalne dobro osobiste człowieka, a ochrona praw osób z zaburzeniami psychicznymi należy do obowiązków państwa”.

Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego wskazuje, że ochronę zdrowia psychicznego zapewniają organy administracji rządowej i samorządowej oraz instytucje do tego powołane. Ponadto w działaniach z tego zakresu mogą uczestniczyć fundacje, stowarzyszenia oraz inne organizacje społeczne. W świetle ustawy, ochrona zdrowia psychicznego polega w szczególności na:

- 1) promocji zdrowia psychicznego i zapobieganiu zaburzeniom psychicznym,
 - 2) zapewnianiu osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnej opieki zdrowotnej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym,
 - 3) kształtowaniu wobec osób z zaburzeniami psychicznymi, właściwych postaw społecznych, a zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości, a także przeciwdziałaniu ich dyskryminacji.
- Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023 – 2026 obejmuje przede wszystkim działania integracyjne, które mają na celu poprawę i utrzymanie zdrowia społeczności lokalnej ze szczególnym uwzględnieniem zdrowia psychicznego.

II. Diagnoza

Zgodnie z danymi Światowej Organizacji Zdrowia blisko miliard ludzi na świecie doświadcza zaburzeń psychicznych. Średnio co 40 sekund jedna osoba na świecie traci życie w wyniku zamachu samobójczego. Eksperci wskazują, że problem zaburzeń i chorób psychicznych stał się szczególnie istotny w ostatnich latach. Do wzrostu zaburzeń i chorób psychicznych przyczyniała się epidemia COVID – 19 oraz związane z tym ograniczenia. Obecnie kolejnym wyzwaniem są negatywne konsekwencje dla zdrowia psychicznego wojny toczącej się w Ukrainie oraz konieczność zapewnienia właściwego wsparcia dla osób dotkniętych tym konfliktem¹.

Zaburzenia i choroby psychiczne wśród mieszkańców Rzeczypospolitej Polskiej na podstawie danych zawartych w kompleksowym badaniu stanu zdrowia psychicznego społeczeństwa i jego uwarunkowań, zwanego „Badaniem EZOP II” przedstawiono w tabeli nr 1. Badanie przeprowadzono na reprezentatywnej próbie losowej mieszkańców naszego kraju, zebrano 15 000 wywiadów.

Grupa wiekowa	Rodzaj zaburzenia	%
0 – 6 lat	Zaburzenia emocjonalno – afektywne	ponad 6 % dzieci
	Zaburzenia adaptacyjne oraz komunikacji społecznej	ponad 4 % dzieci
7 – 17 lat	Zaburzenia lękowe	ok. 8 % dzieci i młodzieży
	Zaburzenia nastroju, w tym depresyjne i epizody manii	ok. 1 % dzieci i młodzieży
18lat i więcej	Zaburzenia spowodowane nadużywaniem	7,3 % dorosłych

¹ Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023 – 2030, rozdział 1, str. 2.

	alkoholu	
	Napady lękowe	7 % dorosłych
	Fobie swoiste	4,9 % dorosłych
	Epizody depresji	3,9 % dorosłych
	Zaburzenia zachowania	3,8 % dorosłych
	Myśli samobójcze	1,5 % dorosłych

Tabela nr 1. Zaburzenia stanu zdrowia psychicznego na podstawie badania EZOP II – Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023 – 2030.

Dane europejskie Światowej Organizacji Zdrowia wskazują, że aż 27 % Europejczyków w wieku 18 – 65 lat, a więc około 83 mln ludzi, przynajmniej raz w roku odczuwa objawy złego stanu zdrowia psychicznego. Do tej grupy należy doliczyć jeszcze grupę osób 65+, która jest szczególnie narażona na ryzyko zaburzeń depresyjnych i lękowych związanych ze stanem zdrowia, niesamodzielnością czy samotnością. Zgodnie z danymi WHO zaburzenia psychiczne i behawioralne stanowią ok. 20% wszystkich stanów chorobowych w Europie².

Według danych WHO szacuje się, że ok. 5% populacji naszej planety choruje na depresję i w ciągu najbliższej dekady stanie się najczęściej występującą chorobą cywilizacyjną. Zaburzenia depresyjne uniemożliwiają prawidłowe codzienne funkcjonowanie oraz zwiększają ryzyko wystąpienia chorób somatycznych³.

Zdrowie psychiczne Polaków jest rzadko badane w sposób systemowy, dlatego brakuje aktualnych i pełnych danych w tym zakresie. Informacje na temat kondycji psychicznej Polaków zawarte są w raporcie pt. „Epidemiologia zaburzeń psychiatrycznych i dostęp do psychiatrycznej opieki zdrowotnej” – EZOP Polska 33. Wyniki badań tego opracowania pokazują, że w Polsce pacjentami opieki psychiatrycznej w latach 2009 – 2012 było od 6 – 7,5 mln osób. Największą grupę zaburzeń w Polsce stanowiły te związane z używaniem substancji psychoaktywnych – 12,8%, w tym aż 11,9%, to zaburzenia będące następstwem nadużywania alkoholu. Kolejne grupy stanowią zaburzenia nerwicowe – ok. 10%, impulsywne zaburzenia zachowania – 3,5 % oraz zaburzenia nastroju – 3,5 %, w tym aż 3% stanowi depresja.

Z badania EZOP wynika ponadto, że rozpowszechnione są również inne objawy, które obniżają jakość życia i mogą zwiastować pojawienie się zaburzeń psychicznych. Zauważono, że 20 – 30 % przebadanej populacji zgłasza takie problemy jak: obniżenie nastroju i aktywności, przewlekły lęk, drażliwość, lęki napadowe i społeczne, napady złości oraz trudności w koncentracji.

W raporcie EZOP stwierdzono również znaczne zróżnicowanie wojewódzkie w rozpowszechnianiu zaburzeń psychicznych. Województwo lubuskie znalazło się na 3 miejscu pod względem rozpowszechnienia zaburzeń psychicznych na tle kraju.

Według danych Lubuskiego Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia w 2019 roku w województwie lubuskim odnotowano 48 586 osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym u 18 268 pacjentów zdiagnozowano zaburzenia nerwicowe związane ze stresem. Innymi, także częstymi zaburzeniami w szczególności były: zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania spowodowane używaniem substancji psychoaktywnych (9 468 osób), zaburzenia nastroju (5 888 osób) oraz schizofrenia (4 878 osób).

W województwie lubuskim niepokojąco wygląda sytuacja w grupie dzieci i młodzieży do lat 18, wśród których zdiagnozowano zaburzenia zachowania i emocji, zaburzenia nerwicowe związane ze stresem oraz zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania spowodowane używaniem substancji psychoaktywnych.

² Regionalny Program Ochrony Zdrowia Psychicznego dla Województwa Lubuskiego na lata 2021 – 2022, str. 20

³ WHO Mental Health (who.int)

Opieka zdrowotna nad osobami z zaburzeniami psychicznymi w Mieście Kostrzyn nad Odrą realizowana jest w ramach podstawowej opieki zdrowotnej ze środków Narodowego Funduszu Zdrowia oraz w gabinetach prywatnych.

Miasto Kostrzyn nad Odrą nie dysponuje stacjonarnymi zakładami psychiatrycznej opieki zdrowotnej. Jednakże brak rejonizacji w tym zakresie stwarza pacjentom możliwość leczenia się w dowolnej placówce w kraju.

Na terenie miasta Kostrzyn nad Odrą funkcjonuje ośrodek wsparcia - Środowiskowy Dom Samopomocy. ŚDS jest przeznaczony dla 40 osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym dla osób przewlekle psychicznie chorych; dla osób z niepełnosprawnością intelektualną; dla osób wykazujących inne przewlekle zaburzenia czynności psychicznych oraz osób ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi. Uczestnikami ŚDS są osoby, które w wyniku upośledzenia niektórych funkcji organizmu lub zdolności adaptacyjnych wymagają pomocy do życia w środowisku rodzinnym i społecznym, w szczególności w celu zwiększenia zaradności i samodzielności życiowej, a także integracji społecznej. Placówka świadczy usługi w ramach indywidualnych i zespołowych treningów samoobsługi i treningów umiejętności społecznych, polegających na nauce, rozwijaniu lub podtrzymaniu umiejętności z zakresu czynności dnia codziennego i funkcjonowania w życiu społecznym. W roku 2022 z usług ŚDS skorzystało 46 osób.

Ponadto w mieście działa Poradnia Leczenia Uzależnień oraz Punkt Informacyjno – Konsultacyjny, w których prowadzone są konsultacje indywidualne i rodzinne, porady psychologiczno – pedagogiczne, porady terapeutyczne, pomoc psychiatryczna oraz pomoc w kierowaniu osób uzależnionych na leczenie. W 2022 roku w PIK udzielono 836 porad i konsultacji, a w Poradni Leczenia Uzależnień 2 398.

Mieszkańcy Kostrzyna nad Odrą otrzymują również bezpłatne wsparcie psychologiczne oraz pomoc psychoterapeutyczną. W 2022 roku udzielono 309 porad, konsultacji i pomocy psychoterapeutycznej osobom w kryzysie psychicznym.

Placówki oświatowe, tj. szkoły i przedszkola zatrudniają specjalistów w zakresie pomocy psychologiczno – pedagogicznej oraz współpracują z Poradnią Psychologiczno – Pedagogiczną. Wszystkie te jednostki mają za zadanie wspomaganie wszechstronnego rozwoju dzieci i młodzieży, w tym w szczególności rozwiązywanie problemów wychowawczych, terapię zaburzeń rozwojowych i zachowań dysfunkcyjnych oraz wspomaganie osób ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. W szkołach funkcjonują oddziały specjalne dla uczniów z orzeczeniami o potrzebie kształcenia specjalnego oraz oddziały integracyjne.

Zadania w zakresie pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi realizuje również Ośrodek Pomocy Społecznej, który realizuje następujące zadania:

- poradnictwo socjalno – bytowe, prowadzenie pracy socjalnej w celu wzmocnienia osób z zaburzeniami psychicznymi;
- zapewnia pomoc materialną osobom z zaburzeniami psychicznymi, dotkniętym ubóstwem;
- kieruje do domów pomocy społecznej;
- zapewnia usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze.

W 2022 roku świadczeniami OPS objętych było ogółem 85 osób posiadających orzeczony stopień niepełnosprawności. Świadczenia, które otrzymały osoby niepełnosprawne, w tym osoby z zaburzeniami psychicznymi (11 osób), to zasiłki stałe, okresowe i celowe, w tym celowe na zakup leków i żywności. W 2022 roku skierowano 1 osobę do Domu Pomocy Społecznej dla osób psychicznie chorych.

III. Cele i kierunki działania

Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023 – 2030 określa podstawowe kierunki działań mających na celu ograniczenie występowania zagrożeń dla zdrowia, poprawę jakości życia osób z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzin oraz zapewnienie dostępności do niezbędnych form pomocy.

Cel główny:

Promocja zdrowia psychicznego, zapewnienie osobom z zaburzeniami psychicznymi wszechstronnej opieki oraz kształtowanie wobec osób z zaburzeniami psychicznymi właściwych postaw społecznych.

Cele szczegółowe:

1. Wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży oraz udzielanie pomocy psychologiczno – pedagogicznej w przedszkolach i szkołach.
2. Prowadzenie działań informacyjno – edukacyjnych.
3. Upowszechnianie różnych form pomocy i wsparcia społecznego.
4. Wspieranie działań mających na celu utrzymanie dobrego zdrowia, w tym psychicznego.

Kierunki działania:

L p.	Kierunki działania	Realizatorzy
1.	Aktywizacja instytucji, organizacji pozarządowych oraz mieszkańców w obszarze zdrowia psychicznego.	Urząd Miasta – Wydział Oświaty, Kultury i Opieki
2.	Propagowanie w placówkach oświatowych idei ochrony zdrowia psychicznego.	Szkoły i przedszkola
3.	Realizacja programów z zakresu promocji zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży.	Szkoły i przedszkola (psycholodzy, pedagodzy, wychowawcy).
4.	Kierowanie dzieci i młodzieży, u których występują zaburzenia zachowania oraz istnieje zagrożenie wystąpienia zaburzeń psychicznych, do Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej.	Szkoły i przedszkola
5.	Udzielanie pomocy psychologiczno – pedagogicznej dzieciom i młodzieży.	Szkoły i przedszkola
5.	Promowanie programów i podejmowanie przedsięwzięć prozdrowotnych: a) zdrowy i racjonalny sposób odżywiania; b) dbałość o zdrowie; c) przeciwdziałanie uzależnieniom; d) przeciwdziałanie przemocy.	Urząd Miasta, placówki oświatowe, MKRPA, Zespół Interdyscyplinarny, MOSiR.
6.	Organizowanie zajęć, które mają na celu ogólne usprawnienie, poprawę kondycji psychicznej i fizycznej.	Szkoły, organizacje pozarządowe, MOSiR, ŚDS i OPS – Dom Dziennego Pobytu
7.	Aktywizacja osób z zaburzeniami psychicznymi.	Szkoły, ŚDS, OPS
8.	Upowszechnianie różnych form pomocy i wsparcia osobom z zaburzeniami emocjonalnymi oraz psychicznymi.	OPS, ŚDS, PIK, Poradnia Leczenia Uzależnień
9.	Efektywne spędzanie wolnego czasu.	Szkoły, KCK, Miejska Biblioteka

		Publiczna, Muzeum Twierdzy, MOSiR, organizacje pozarządowe
--	--	---

IV. Podsumowanie

Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023 – 2030 ma za zadanie zaprezentowanie realizatorom wykazu problemów, które należy dostrzegać oraz listę celów i kierunków działania, które powinny być uwzględniane dla osiągnięcia poprawy stanu zdrowia mieszkańców.

Ważnym czynnikiem, wpływającym na zdrowie psychiczne oraz poczucie szczęścia i spełnienia w życiu, jest rozwijanie zainteresowań oraz umiejętność dopasowania i zharmonizowania swojego świata wewnętrznego do świata zewnętrznego.

Przedstawiony program nie ma charakteru jednorazowego, akcyjnego, lecz jest koncepcją długoterminowych, zintegrowanych i systematycznych działań.

Cele i działania ujęte w niniejszym programie mogą być modyfikowane lub rozszerzane, szczególnie w przypadku wystąpienia nowych potrzeb społeczności lokalnej lub zadań wynikających ze zmian przepisów.

UZASADNIENIE

Zgodnie z art. 7 ust. 1 pkt 5 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym zaspokajanie zbiorowych potrzeb wspólnoty, w tym również z zakresu ochrony zdrowia, należy do zadań własnych gminy.

Ochronę zdrowia psychicznego zapewniają organy administracji rządowej i samorządowej oraz instytucje do tego powołane. Obowiązująca ustawa o ochronie zdrowia psychicznego obejmuje w szczególności realizację następujących zadań:

- promocję zdrowia psychicznego i zapobiegania zaburzeniom psychicznym;
- zapewnienia osobom z zaburzeniami psychicznymi wielostronnej i powszechnie dostępnej opieki zdrowotnej oraz innych form opieki i pomocy niezbędnych do życia w środowisku rodzinnym i społecznym;
- kształtowania wobec osób z zaburzeniami psychicznymi właściwych postaw społecznych, a zwłaszcza zrozumienia, tolerancji, życzliwości, a także przeciwdziałania ich dyskryminacji.

Powyższe zadania określone są również w części VII załącznika do rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 30 marca 2021 r. w sprawie Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021 – 2025.

W związku z powyższym proponuje się przyjęcie Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego dla Miasta Kostrzyn nad Odrą na lata 2023 – 2030 w brzmieniu określonym w załączniku do projektu niniejszej uchwały.

Program określa najbardziej istotne elementy polityki miasta skierowanej do osób z problemami psychicznymi. Wyznacza kierunki działania w zakresie promocji zdrowia psychicznego oraz poprawy stanu zdrowia psychicznego. Ponadto zawiera cele i kierunki działania w tym obszarze.

Biorąc pod uwagę powyższe podjęcie niniejszej uchwały jest zasadne.

