

Міф: Люди, які мають психічні розлади є «психами», «неадекватними», вони небезпечні, їх потрібно ізолювати від суспільства

ПРАВДА: У БІЛЬШОСТІ ВИПАДКІВ ПОВЕДІНКА ЛЮДЕЙ, ЯКІ МАЮТЬ ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ, МАЛО ЧИМ ВІДРІЗНЯЮТЬСЯ ВІД ЗАГАЛЬНОПРИЙНЯТОЇ

Поняття «психічний розлад» містить широкий діапазон порушень – тривожні розлади, обсесивно-компульсивний розлад, залежності, розлади особистості, біполярний розлад, шизофренія, деменції та інші. Згідно з дослідженнями, у будь-який час на планеті 1 з 10 людей страждає на депресію або тривожний розлад, а кожен сотий хворіє на шизофренію. У більшості випадків поведінка людей, які мають психічні розлади, мало чим відрізняються. Вони намагаються вести нормальний спосіб життя, працювати, займатися улюбленими справами, але вони дуже страждають від незвичних відчуттів, думок чи емоцій, що не дозволяє їм повноцінно функціонувати, а стигма, яка оточує тему психічних порушень, стає на перешкоді звертанню за допомогою.

Міф: Психічні розлади не виникають у дітей та підлітків. Усі ознаки, які можуть бути у них – це лише «особливості віку, вони їх переростуть»

ПРАВДА: ЩОНАЙМЕНШЕ ОДНА ДИТИНА З П'ЯТИ МАЄ ПЕРІОДИЧНІ ПРОБЛЕМИ З ПСИХІЧНИМ ЗДОРОВ'ЯМ

70-75% психічних розладів починаються в дитячому чи підлітковому віці – депресія, тривожні розлади, розлади харчової поведінки тощо.

Міф: Депресія – це ознака ліні, поганого характеру та небажання щось робити

ПРАВДА: ДЕПРЕСІЯ ЗУМОВЛЕНА ПОРУШЕННЯМ ХІМІЧНИХ ПРОЦЕСІВ У МОЗКУ

Численні дослідження доводять, що депресія не має нічого спільного з ліннію чи слабкістю характеру. Це стан, який зумовлений порушенням

хімічних процесів у мозку та змінами у його функціонуванні. Психотерапія або медикаментозне лікування, а найкраще поєднання обох видів допомоги, сприяють одужанню.

Міф: Залежність (алкогольна, наркотична) – це вибір людини, її спосіб життя, який свідчить про відсутність сили волі

ПРАВДА: ЗАЛЕЖНІСТЬ – ЦЕ СКЛАДНИЙ ФЕНОМЕН, ЯКИЙ ОХОПЛЮЄ БАГАТО ЧИННИКІВ

Залежність або аддикція – це складний феномен, який охоплює багато чинників, серед яких генетичні передумови, особливості середовища чи соціального оточення, в якому росте та проживає людина, навички справлятися зі стресами, а також наявність інших психічних розладів, наприклад, депресії. Подолання залежностей потребує комплексних втручань та багатопрофільної допомоги.

Міф: Усі люди, які хворіють на психічні розлади, є агресивними та небезпечними

ПРАВДА: ДУЖЕ МАЛО ЛЮДЕЙ, ЯКІ МАЮТЬ ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ СКОЮЮТЬ НАСИЛЬНИЦЬКІ ПРАВОПОРУШЕННЯ

Дуже мало людей, які мають психічні розлади скоюють насильницькі правопорушення, у порівнянні з особами, які не мають психічних розладів. Частіше, про що менше говориться в масмедіях, люди з психічними розладами є жертвами правопорушень або насильницької поведінки.

Міф: Людям з психічними розладами ніколи не стане краще, їх неможливо вилікувати

ПРАВДА: У НАШ ЧАС ЛІКУВАННЯ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ Є НАБАГАТО КРАЩИМ У ПОРІВНЯННІ З ПОПЕРЕДНІМИ ДЕСЯТИЛІТТЯМИ

Дослідники та фахівці постійно розробляють нові методи та можливості лікування. Широкий спектр психофармакологічних препаратів, методів психотерапевтичних втручань, організації служб допомоги та послуг значно розширюють можливості одужання.