

Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego - 10 października

Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego ustanowiony został w 1992 przez Światową Federację Zdrowia Psychicznego (World Federation for Mental Health, działająca od 1948) z inicjatywy sekretarza generalnego organizacji Richarda Huntera.

Początkowo Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego nie miał określonego charakteru. Za generalne cele przyjęto upowszechnienie polityki zdrowia psychicznego oraz edukację społeczną w zakresie profilaktyki zaburzeń emocjonalnych i psychicznych. Każdego roku Federacja wybiera do promowania nowy temat.

Według Światowej Organizacji Zdrowia zaburzenia psychiczne stają się jednym z głównych problemów zdrowotnych, powodujących niesprawność życiową ludzi. Wzrost ryzyka zachorowań jest nierozzerwalnie związany z rozwojem cywilizacyjnym, dynamicznym tempem życia, przewlekłym stresem i długotrwałym brakiem wypoczynku. Taki tryb życia skutkuje pojawianiem się nerwic i innych zaburzeń lękowych, depresji oraz psychoz. Zaburzenia psychiczne wpływają na pogorszenie funkcjonowania w pracy, zagrażają rodzinie, wielokrotnie są przyczyną samobójstw.

Obecnie WHO szacuje, że zaburzenia psychiczne dotyczą już co piątej osoby na świecie.