

Warszawa, 13.10.2020 r.

Pan
Dr Adam Niedzielski
Minister Zdrowia
ul. Miodowa 15
00-952 Warszawa

Petycja od pacjentów o wsparcie rozwijania leczenia środowiskowego w Centrach Zdrowia Psychicznego, o przedłużenie ich pilotażu do końca 2022 roku, by potem stworzyć je w każdym powiecie.

Szanowny Panie Ministrze,

my, pacjenci z doświadczeniem kryzysu psychicznego, jesteśmy grupą ludzi, którzy zwykle milczą, którzy starają się być niewidzialni w obawie przed reakcją tych, którzy mogą dowiedzieć się o naszych zaburzeniach. Grupą, z którą skleja się wiele krzywdzących stereotypów. Jedną z bardziej wykluczonych, jeśli nie najbardziej. Pan Minister może stać się naszym głosem, stanąć w naszej obronie, wesprzeć w naszych staraniach o to, żebyśmy nie byli spychani na margines życia. Skazani na litość i lęk, które budzimy. Pana głos może przyczynić się i do tego, że będziemy mieli szybką, skuteczną, przyjazną, środowiskową pomoc w Centrach Zdrowia Psychicznego ale i do tego, by zmieniał się nasz społeczny wizerunek. Chcemy więc ogromnie poprosić Pana Ministra o wsparcie decyzjami kielkującej transformacji leczenia psychiatrycznego ze skoncentrowanego na izolacji w szpitalu na rzecz rozwijania leczenia środowiskowego dostępnego w Centrach Zdrowia Psychicznego. Leczenia blisko domu, włączającego w terapię bliskich, podążającego formami pomocy za dynamiką kryzysu. Dla nas, osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego, jest to jak prośba o wodę i powietrze.

Wielu z nas w momencie kryzysu musi zmierzyć się z odtrąceniem przez przyjaciół, rodzinę, pracodawców. Bardzo prosimy, żeby Pan Minister przy nas został wspierając nas w zdrowieniu. Szpital bywa konieczną pomocą, kiedy zaostrza się kryzys, ale finansowanie pełnych łóżek w psychiatrii wymusza szpitalne leczenie, oparte często na długich hospitalizacjach. Opieka środowiskowa może sprawić, że będziemy mogli unikać często traumatycznego pobytu w szpitalu lub sprawić, że hospitalizacja będzie jak najkrótsza. Leki, które dostajemy od psychiatrów pomagają opanować objawy choroby, ale poza nimi jest jeszcze potrzebne wsparcie osób, które na różne sposoby

mogą nam pomóc, żebyśmy nie tracili ról matki, męża, pracownika, ucznia. Ogromna konstelacja takich ludzi jest właśnie w Centrach Zdrowia Psychicznego, składająca się z lekarzy, pielęgniarek środowiskowych, psychoterapeutów, psychologów, terapeutów zajęciowych, pracowników socjalnych oraz asystentów zdrowienia czyli ludzi, którzy doświadczyli kryzysu, opanowali go i po odpowiednim szkoleniu wspierają chorych trwających w kryzysie i ich bliskich. Leczenie środowiskowe pozwala zachować rytm życia. Przy takim wsparciu można pracować, uczyć się, realizować swoje pasje, kochać i bawić się. Dzięki takiemu leczeniu jest ogromna szansa utrzymać nas w staraniach o wspólne dobro, bez skazywania na łądownie na rentach, utrwalanie w chorowaniu. Praca, nauka i rodzina mają ogromną terapeutyczną moc. Do tego jeżeli pracujemy, nie tworzymy ogromnych kosztów, jakim jest korzystanie z rent. Płacimy podatki, jesteśmy przydatni.

Centra Zdrowia Psychicznego pomagają błyskawicznie. Wystarczy tam przyjść, by w punkcie zgłoszeniowo koordynacyjnym przyjął nas specjalista, który na podstawie rozmowy zaproponuje plan leczenia. W pilnych przypadkach pomoc musi ruszyć nie później niż w ciągu 72 godzin a często rusza natychmiast. Mogą to być regularne wizyty u psychiatry, psychoterapia grupowa lub indywidualna, leczenie w trybie dziennym, kiedy pacjent przychodzi codziennie na kilka godzin zajęć terapeutycznych na oddział dzienny, by po nich wrócić do domu. Jest to wreszcie pomoc zespołu leczenia środowiskowego oparta na wizytach w domu pacjenta. Pracy z nim i jego bliskimi. W przypadkach nagłych, zagrożenia zdrowia i życia jak myśli samobójcze, ciężka depresja czy ostry stan psychotyczny, Centrum zapewnia całodobową opiekę. Przy wielu centrach powstają kluby pacjenta i grupy wsparcia dla naszych bliskich. Do Centrum Zdrowia Psychicznego po pomoc można przyjść samemu lub z kimś z rodziny, żeby czuć się różnie. Już teraz w ramach pilotażu Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego mamy 31 Centrów z opieką dostępną dla około 10 procent dorosłych mieszkańców Polski. Sprawdziło się w pełni rozwiązanie polegające na finansowaniu Centrów w drodze ryczałtu, którego wielkość zależy od liczby mieszkańców na danym obszarze, a nie od liczby wykonanych punktów czy procedur. Więcej o Centrach można przeczytać na ich stronie czp.org.pl. Tam też jest ich pełna lista.

Do Centrum Zdrowia Psychicznego można się zgłosić z diagnozą schizofrenii czy choroby afektywnej dwubiegunowej ale też przeżywając żalobę, czy pragnąc wrócić do równowagi po utracie pracy, doświadczając bezsenności, kłopotów ze skokami nastroju, lęków czy innych objawów załamania zdrowia psychicznego. Dzięki rozwijaniu się leczenia środowiskowego możemy unikać zaostrenia się kryzysu do takiego stanu, że konieczna jest już tylko hospitalizacja i możemy wracać szybciej do zdrowia po pobycie w szpitalu. Lekarze nie muszą nas wypisywać w nieznane, gdzie trzeba samemu szukać wsparcia ale trafiamy w dobre ręce leczenia środowiskowego. Doświadczenie pacjentów objętych leczeniem środowiskowym wskazuje, że przestają

wracać do szpitala. Na leczeniu środowiskowym opiera się psychiatria w wielu państwach w Europie, na przykład we Włoszech, Niemczech i w Finlandii, skąd nasi lekarze czerpią inspiracje do zmodyfikowania systemu leczenia w Polsce.

Nas pacjentów z doświadczeniem kryzysu psychicznego nie jest mało. Na depresję w Polsce choruje około miliona osób. Milion ma za sobą epizod psychiatryczny. 400 tysięcy doświadcza chorowania na schizofrenię. Co czwarta osoba doświadczyła, doświadcza, bądź doświadczy kryzysu psychicznego. To może być nasz sąsiad, współpracownik, pasażer spotkany w tramwaju. Teraz w związku z sytuacją wywołaną przez COVID-19 kryzysów i załamień jest więcej. Ludzie tracą pracę, martwią się o zdrowie i o swoich bliskich. Solidne i przemyślane wsparcie w kryzysach psychicznych jest w tej chwili bardzo potrzebne.

Dlatego prosimy o decyzję w sprawie dalszej reformy tak, żeby do końca 2027 roku Centrum Zdrowia Psychicznego powstało w każdym powiecie. Wiemy, że warunkiem przygotowania dobrego gruntu dla wprowadzania reformy w całym kraju jest przedłużenie do końca 2022 roku pilotażu Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego. „Wszyscy wiedzą, że czegoś nie da się zrobić, aż przychodzi taki jeden, który nie wie, że się nie da, i on to robi” (Albert Einstein).