

Túl későn, túl keveseknek jut segítség: rendszerszintű változás kell a mentális ellátásban - Unoka Zsolt az MTA podcastjában

Hónapokig tartó várakozás, megszakadó betegutak, területi egyenlőtlenségek: a mentális problémákkal küzdők sokszor csak akkor jutnak megfelelő segítséghez, amikor állapotuk már súlyossá vált. A hazai mentális ellátás problémáiról és a lehetséges változásokról Prof. Dr. Unoka Zsolt pszichiáterrel, pszichoterapeutával, a Semmelweis Egyetem Általános Orvostudományi Kar Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikájának igazgatóhelyettesével, az Országos Mentális Egészség Hálózat egyik elindítójával beszélgetett a Biztos hang podcastban Simon Tamás és Gilicze Bálint.

A hazai mentális ellátás megújításának igénye sok különböző terület szakembereit hozta össze az Országos Mentális Egészség Hálózatban. A kezdeményezés első, júniusi konferenciáján több mint ezren vettek részt; pszichiáterek és pszichológusok mellett háziorvosok, gyógypedagógusok, tanárok, civil szervezetek és más érintett szakmák képviselői is bekapcsolódtak a közös munkába. A cél nem egy-egy részprobléma kijavítása, hanem olyan rendszerszintű változások előkészítése, amelyek a megelőzéstől és a korai felismeréstől a kezelésen át a rehabilitációig folytonosabbá és hozzáférhetőbbé tehetik a mentális ellátást Magyarországon.

A problémák már az iskolában látszanak, a segítség mégis gyakran késik

A mentális problémák egy része már gyermek- és serdülőkorban felismerhető lenne, ezért Unoka Zsolt szerint az iskolának a jelenleginél sokkal nagyobb szerepet kellene kapnia a megelőzésben és a korai segítségnyújtásban. Ehhez elegendő számú iskolapszichológusra, valamint olyan szakmai teamekre lenne szükség, amelyek nemcsak a gyerekeket, hanem a pedagógusokat is támogatják. Nagy osztálylétszámok mellett, megfelelő mentálhigiénés képzettség és szakmai háttér nélkül ugyanis a tanároktól sem várható el, hogy egyedül kezeljék ezeket a helyzeteket.

A korai segítség azért különösen fontos, mert egy kezdetben még jól kezelhető probléma megfelelő támogatás nélkül súlyosbodhat. Az ADHD esetén például megfelelő felismeréssel és segítséggel az érintett gyerek jól működő felnőtté válhat, míg támogatás nélkül iskolai kudarcok, később akár szerhasználat és más súlyos problémák is megjelenhetnek. A megelőzés és a korai beavatkozás ezért nemcsak az érintettek életminősége, hanem a későbbi társadalmi költségek szempontjából is meghatározó.

Ha azonban már szakellátásra van szükség, sok család újabb akadályokkal találkozhat. Unoka Zsolt szerint az ország jelentős részén hiányos a gyermek- és serdülőpszichiátriai ellátás, ezért előfordul, hogy más megyébe kell utazni, majd hosszú várakozás következik. Ráadásul ezeknek a problémáknak jelentős része nem oldható meg pusztán gyógyszeres kezeléssel: pszichoterápiára, fejlesztésre, sok esetben pedig a család bevonására is szükség van.

Szakadékok a betegutakban: sokszor nincs hová

továbbküldeni a beteget

A hazai mentális ellátás egyik alapvető problémája Unoka Zsolt szerint az, hogy az egyes ellátási szintek nem kapcsolódnak megfelelően egymáshoz. Már az alapellátásnál megjelenik a gond: a háziorvos felismerheti, hogy valakinek pszichológiai segítségre lenne szüksége, de sok esetben nincs könnyen elérhető szolgáltatás, ahová továbbküldhetné. A háziorvosi praxisközösségek közelében pszichológiai teamekre, alacsony intenzitású beavatkozásokra, klinikai szakpszichológusokra és pszichoterapeutákra lenne szükség. Így számos problémát még azelőtt lehetne kezelni, hogy súlyossá válna és pszichiátriai szakellátást igényelne.

Miközben nagy a szakemberigény, a pszichológusképzésből kikerülőök egy részét a rendszer nem tudja megfelelően bevonni a közfinanszírozott ellátásba. Unoka Zsolt arra is felhívta a figyelmet, hogy a klinikai szakpszichológusi képzéshez szükséges álláshelyek száma korlátozott, a további képzés pedig jelentős anyagi terhet ró a pszichológusokra. Így olyan szakemberek is a magánellátás felé fordulnak, adott esetben a „szürke zónában”, akik egyébként a közellátásban dolgozhatnának.

Különösen éles törést jelent a 18. életév. Aki addig gyermek- és serdülőpszichiátriai ellátásban részesült, egyik napról a másikra kerül át a felnőttrendszerbe, és ezzel az addigi terápiás kapcsolata is megszakadhat. Hasonló szakadék jelenhet meg a kórházi kezelés után is: a beteg már nem szorul akut fekvőbeteg-ellátásra, de ettől még nem feltétlenül épült fel. Ha a következő gondozói időpontra hónapokat kell várnia, könnyen visszaeshet. Így jöhet létre a beszélgetésben említett „forgóajtórendszer”: a beteg állapota javul a kórházban, hazakerül, megfelelő további segítség híján ismét rosszabbul lesz, majd újra kórházi kezelésre szorul.

Nem több különálló ellátás kell, hanem működő rendszer

A szükséges megoldások közül több már ma is létezik Magyarországon – a gond az, hogy csak elszigetelt helyeken. Vannak jól működő rehabilitációs és közösségi pszichiátriai programok, amelyek megfelelő csapatomunkával képesek csökkenteni a visszaesés kockázatát, és segíteni a betegek visszatérését az önálló életbe és a munka világába. Az ellátás színvonala azonban erősen függ attól, hogy valaki hol él: egymás mellett vannak magas színvonalon működő „foltok” és olyan területek, ahol ugyanezek a lehetőségek hiányoznak.

A mentális egészségügy megújítása ezért nem szűkíthető le az egészségügy átalakítására. A megelőzésben az oktatásnak, a kezelésben az egészségügynek, a rehabilitációban pedig a szociális ellátórendszernek is szerepe van, és ezeknek a területeknek egymással együttműködve kellene működniük. A korai beavatkozásra és a rehabilitációra fordított forrásokat pedig nem pusztán kiadásként, hanem hosszú távú társadalmi befektetésként érdemes kezelni: sokkal nagyobb veszteséget jelenthet, ha valaki megfelelő segítség hiányában kiesik az oktatásból, illetve a munka világából.

Ezt a rendszerszintű megközelítést szeretné képviselni az Országos Mentális Egészség Hálózat is. A kezdeményezés célja, hogy minél több érintett szakma bevonásával feltérképezze a problémákat, összegyűjtse a hazai adatokat és a működő jó gyakorlatokat, majd ezek alapján konkrét, szakmailag megalapozott javaslatokat fogalmazzon meg. Nem egyetlen részterület javításáról van tehát szó, hanem egy olyan ellátási rendszer kialakításáról, amelyben a megelőzéstől a rehabilitációig nem szakad meg a segítség útja.

A podcast epizód [ide klikkelve hallgatható meg](#).

Sajtókapcsolat:

- MTA Kommunikációs Főosztály
- +36 1 411 6321
- sajto@titkarsag.mta.hu

Eredeti tartalom: Magyar Tudományos Akadémia

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:

<https://hellosajto.hu/?p=33174>