

## سلامت روان و بهزیستی همگانی را در اولویت جهانی قرار دهید

MAKE MENTAL HEALTH & WELL-BEING  
FOR ALL A GLOBAL PRIORITY



۳

## سلامت روان و بهزیستی همگانی در دوران پسا کرونا



یکی از مهمترین مراحل موفقیت یک برنامه، میزان اثر بخشی و دستیابی آن برنامه به اهداف از پیش تعیین شده است. برای رسیدن به این مهم، پایش و نظارت در کلیه مراحل اجرای طرح یا برنامه از اهمیت بسزایی برخوردار است.

برای موفقیت در برنامه‌های مرتبط با ارتقای سلامت روان و بهزیستی همگانی در دوران پسا کرونا که در بخش‌های قبل به آن اشاره شد، باید سیستم نظارتی قوی در نظر گرفت تا با پایش درست موفقیت برنامه‌ها را تضمین نماید.



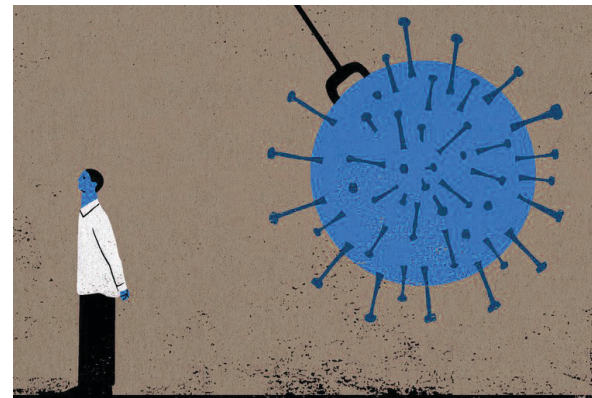
افزایش شیوع اختلالات روانپزشکی مثل افسردگی و اختلالات اضطرابی و آسیب‌های اجتماعی از جمله خودکشی، خشونت، و اعتیاد در دوران پسا کرونا قابل پیش بینی است و بنابراین در حیطه حاکمیت راهبردهای زیر باید مد نظر قرار گیرد:

- \* اولویت دادن به موضوع سلامت روان در سیاست گذاری‌های عمومی کشور
- \* افزایش حساسیت مدیران دستگاه‌های مختلف به حوزه سلامت روان
- \* توجه به عدالت در ارائه خدمات سلامت روان از طریق افزایش دسترسی به خدمات
- \* جریان سازی فرهنگی و ارزش گذاری اجتماعی موضوع سلامت روان
- \* برنامه ریزی آموزش عمومی و ارتقاء سواد سلامت روان جامعه
- \* ظرفیت سازی و تربیت نیروی متخصص، متعهد و کارآمد در حوزه خدمات سلامت روان

همه گیری کووید-۱۹ از همان ابتدا اثرات وسیعی در حوزه سلامت روان جامعه داشته و این اثرات ادامه خواهد داشت. در شروع همه گیری کووید، مردم با یک بیماری ناشناخته مواجه بودند و ابهام ناشی از ابعاد بیماری، سیر و پیش آگهی آن، عدم اطلاع دقیق از روش های درمانی و پیشگیری از ابتلا و همچنین نگرانی از عدم دسترسی به خدمات لازم بهداشتی درمانی، یقیناً موجب افزایش میزان تنش، استرس و اضطراب زیادی در میان مردم شده بود. با گذشت زمان و شناخت بیشتر مسئولین نظام سلامت و متخصصین حوزه بهداشت و درمان از روش های درمانی، روش های پیشگیری و همچنین تدابیر اتخاذ شده برای افزایش دسترسی مردم به وسایل محافظت شخصی، چهره آثار روانشناختی به مرور تغییر کرده و روی دیگری از این آثار کم خودش را نشان داد. آغاز تدابیر بهداشتی از جمله قرنطینه های سراسری، تعطیلی مدارس و دانشگاه ها و مراکز فرهنگی هنری و ورزشی و تدابیری همچون فاصله گذاری اجتماعی، موجب بروز پیامدهای منفی دیگری نیز از جمله پیدایش علائم افسردگی در میان جمعیت عمومی و همچنین بروز تعارضات بین فردی و مشکلات ارتباطی در میان مردم شد.

## پیامدهای روانشناختی در ایام همه گیری کرونا:

از همان ابتدای همه گیری کووید-۱۹ در شهرووهان کشور چین، مطالعات متعددی با هدف بررسی اثرات این بیماری بر سلامت روان گروه های مختلف انجام شد که نتایج آن منتشر شد. پس از گسترده تر شدن همه گیری کووید-۱۹ و اعلام رسمی آن به عنوان همه گیری از سوی سازمان جهانی بهداشت در تاریخ ۱۱ مارس ۲۰۲۰، و درگیر شدن اکثریت کشورهای جهان، همزمان با مطالعات پیرامون ابعاد مختلف این بیماری، مطالعاتی نیز جهت بررسی آثار روانشناختی و روانپزشکی آن بر گروه های مختلف جمعیتی در همه کشورها آغاز شد. دبیر کل سازمان ملل نیز در تاریخ ۱۳ می ۲۰۲۰، خدمات سلامت روان را بخش مهمی از پاسخ کشورها به مشکلات همه گیری کووید-۱۹ برشمرد و از همه کشورها خواست تا سیاست هایی اتخاذ کنند که افراد آسیب دیده از نظر سلامت روان را مورد حمایت قرار دهند و از حقوق و کرامت آن ها پشتیبانی کنند.



## ارتقاء سلامت روان و بهزیستی در دوران پسا کرونا:

با توجه به شواهد افزایش بروز پیامدهای روانشناختی و آسیب های اجتماعی به دنبال همه گیری کووید-۱۹ در دنیا بر اساس تجربیات و مطالعات صورت گرفته، به نظر می رسد که نظام سلامت کشورها باید توجه به موضوعات سلامت روان را در اولویت قرار دهند. راه کارها و تدابیر مختلفی برای پیشگیری از بروز برخی پیامدهای روانشناختی در میان مردم و همچنین شناسایی به موقع مشکلات و ارائه مراقبت های درمانی لازم وجود دارد. با اتخاذ این تدابیر، می توان امیدوار بود که این عوارض به خوبی مدیریت شده و افراد دارای مشکلات روانشناختی، دسترسی به خدمات بهداشتی درمانی لازم را داشته باشند و به مرور از میزان شیوع مشکلات کاسته شود.

ارتقاء سلامت روان و بهزیستی همگانی در دوران پسا کرونا را در چند حیطة می توان مورد بحث و بررسی قرار داد: حیطة حاکمیت، حیطة کاهش عوامل خطر، حیطة مراقبت، حیطة نظارت و پایش.