

10 OKTOBER: WERELDDAG GEESTELIJKE GEZONDHEID



Ongeveer een achtste van de wereldbevolking, of met andere woorden ong. 450 miljoen mensen heeft last van een of meer geestelijke gezondheidsklachten. De laatste gezondheidsenquête in België (2004) toont aan dat een op vier mensen in de loop van hun leven te kampen hebben met een of andere psychische problematiek. Een kwart van de wereldbevolking zou baat hebben bij geestelijke gezondheidszorg.

Geestelijke gezondheidsproblemen maken geen onderscheid in leeftijd, geslacht, rijkdom, intelligentie, overtuiging of status. ***Iedereen kan er dus mee te maken hebben!***

Daarom organiseren de World Federation for Mental Health (WFMH) en de World Health Organisation (WHO) samen sinds 1992 jaarlijks de Werelddag voor Geestelijke Gezondheid. Het doel van deze dag is het brede publiek bewust te maken van wat geestelijke gezondheid is en van de problemen die daar rond kunnen ontstaan.

Volgens de WHO hebben geestelijk (of psychisch) gezonde personen een gevoel van welzijn, autonomie, competentie. Ze voelen zich in staat de eigen intellectuele en emotionele mogelijkheden te verwezenlijken. Geestelijk ongezonde mensen hebben last van psychische klachten of zelfs van psychische stoornissen.

Deze klachten of stoornissen brengen vaak sterk lijden met zich mee met toenemende economische en sociale kosten. Mensen met geestelijke gezondheidsproblemen hebben heel vaak te kampen met onbegrip, sociale isolatie, een lagere levenskwaliteit en zelfs een hoger sterfterisico.

In 2009 roept de WFMH op tot een grotere samenwerking tussen de verschillende gezondheidsdiensten, zowel deze die zich richten naar lichamelijke als deze naar geestelijke gezondheidsproblemen.

Heel wat organisaties in Vlaanderen doen inspanningen en zetten acties op om de geestelijke gezondheid, en ook de zorg daar voor, onder de aandacht te brengen. Meer info over vroegere acties vind je op www.andersgewoon.be