

## **ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ 7 АПРЕЛЯ 2017 Г.**

### **Краткая информация о кампании**

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ, ОТМЕЧАЕМЫЙ КАЖДЫЙ ГОД 7 АПРЕЛЯ В ДЕНЬ ОСНОВАНИЯ ВОЗ, ЯВЛЯЕТСЯ УНИКАЛЬНОЙ ВОЗМОЖНОСТЬЮ МОБИЛИЗОВАТЬ ДЕЙСТВИЯ В ОТНОШЕНИИ КАКОЙ-ЛИБО ТЕМЫ В ОБЛАСТИ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ, ВОЛНУЮЩЕЙ ЛЮДЕЙ ВО ВСЕМ МИРЕ.

**ТЕМОЙ КАМПАНИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ВСЕМИРНОГО ДНЯ ЗДОРОВЬЯ 2017 Г. БУДЕТ ДЕПРЕССИЯ.**

От депрессии страдают люди всех возрастов, всех категорий населения и во всех странах. Депрессия причиняет психические страдания, негативно отражается на способности человека выполнять даже самые простые повседневные задачи и иногда может иметь катастрофические последствия для взаимоотношений человека с близкими и друзьями, а также способности человека зарабатывать себе на жизнь. В крайних случаях депрессия может привести к самоубийству – на сегодня второй ведущей причиной смерти среди людей в возрасте 15-29 лет.

Тем не менее, депрессия поддается профилактике и лечению. Более глубокое понимание того, что собой представляет депрессия и как ее можно предотвратить или излечить, поможет развеять негативные стереотипы, связанные с этим заболеванием, и подтолкнуть большее число людей к тому, чтобы обратиться за помощью.

### **Девиз**

Девиз кампании: «Депрессия: давай поговорим».

### **Что такое депрессия?**

Депрессия – это заболевание, которое характеризуется постоянным состоянием уныния и потерей интереса к видам деятельности, которые обычно приносят удовлетворение, а также неспособностью делать повседневные дела, в течение, по меньшей мере, двух недель. Кроме того, у людей, страдающих депрессией, обычно присутствует несколько из перечисленных ниже симптомов: нехватка энергии, снижение аппетита, сонливость или бессонница, тревога, снижение концентрации, нерешительность, беспокойство, чувство собственной ничтожности, вины или отчаяния, а также мысли о причинении себе вреда или самоубийстве.

Депрессия – распространенное психическое расстройство, от которого страдают люди всех возрастных и социальных групп во всех странах мира.

Риск депрессии усугубляется бедностью, безработицей, жизненными событиями, такими как потеря близкого человека или разрыв отношений, физической болезнью и проблемами, вызванными алкогольной или наркотической зависимостью.

ДЕПРЕССИЯ ПРИЧИНЯЕТ ПСИХИЧЕСКИЕ СТРАДАНИЯ, НЕГАТИВНО ОТРАЖАЕТСЯ НА СПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА ВЫПОЛНЯТЬ ДАЖЕ САМЫЕ ПРОСТЫЕ ПОВСЕДНЕВНЫЕ ЗАДАЧИ И ИНОГДА МОЖЕТ ИМЕТЬ КАТАСТРОФИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ДЛЯ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ЧЕЛОВЕКА С БЛИЗКИМИ И ДРУЗЬЯМИ.

НЕЛЕЧЕНАЯ ДЕПРЕССИЯ МОЖЕТ ПОМЕШАТЬ ЧЕЛОВЕКУ ВЕСТИ ТРУДОВУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И УЧАСТВОВАТЬ В ЖИЗНИ СЕМЬИ И СООБЩЕСТВА.

В КРАЙНИХ СЛУЧАЯХ ДЕПРЕССИЯ МОЖЕТ ДОВЕСТИ ДО САМОУБИЙСТВА.

СУЩЕСТВУЮТ ЭФФЕКТИВНЫЕ СРЕДСТВА ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ ДЕПРЕССИИ. КАК ПРАВИЛО, ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ДЕПРЕССИИ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ЛИБО РАЗГОВОРНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ, ЛИБО ПРИЕМ АНТИДЕПРЕССАНТОВ, ИЛИ ЖЕ СОЧЕТАНИЕ ЭТИХ ДВУХ МЕТОДОВ.

ПРЕОДОЛЕНИЕ НЕГАТИВНЫХ СТЕРЕОТИПОВ, СВЯЗАННЫХ С ДЕПРЕССИЕЙ, ПОЗВОЛИТ ПОМОЧЬ БОЛЬШЕМУ ЧИСЛУ ЛЮДЕЙ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ.

РАЗГОВОР С ЛЮДЬМИ, КОТОРЫМ ВЫ ДОВЕРЯЕТЕ, МОЖЕТ БЫТЬ ПЕРВЫМ ШАГОМ К ИЗБАВЛЕНИЮ ОТ ДЕПРЕССИИ.

ДЕПРЕССИЯ МОЖЕТ БЫТЬ ПУГАЮЩИМ, ИЗНУРИТЕЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ. МИЛЛИОНЫ ЛЮДЕЙ ВО ВСЕМ МИРЕ ЖИВУТ С ДЕПРЕССИЕЙ. МНОГИЕ ИЗ ЭТИХ ЛЮДЕЙ И ИХ СЕМЕЙ БОЯТСЯ ГОВОРИТЬ О СВОЕЙ БОРЬБЕ, И НЕ ЗНАЮТ, КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ. ТЕМ НЕ МЕНЕЕ, ДЕПРЕССИЯ В ЗНАЧИТЕЛЬНОЙ СТЕПЕНИ ПРЕДОТВРАЩАЕТСЯ И ЛЕЧИТСЯ. ПРИЗНАТЬ НАЛИЧИЕ ДЕПРЕССИИ И ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ ЭТО ПЕРВОЕ И НАИБОЛЕЕ ВАЖНОЕ, ЧТО НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ.