

## **2 Μαΐου 2018: Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας της Μητέρας**

Η ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ ([www.fainareti.gr](http://www.fainareti.gr)) για δεύτερη χρονιά, ενώνει τη φωνή της μαζί με αυτές διακεκριμένων επιστημονικών ενώσεων και φορέων του εξωτερικού στη **διεθνή πρωτοβουλία** για την ανακήρυξη της πρώτης Τετάρτης κάθε Μαΐου σε **Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας της Μητέρας**.

Οι περιγεννητικές ψυχικές διαταραχές (ΠΨΔ), όπως η κατάθλιψη (προγεννητική και επιλόχεια), αγχώδεις διαταραχές, ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή, κλπ., πλήττουν 2 στις 10 γυναίκες στην εγκυμοσύνη μέχρι και ένα έτος μετά τον τοκετό και η μη αντιμετώπιση τους επιφέρει σημαντικές επιπτώσεις. Αποτελώντας την πιο συχνή «επιπλοκή» της περιγεννητικής περιόδου, οι ΠΨΔ μπορεί να επιφέρουν σοβαρές συνέπειες, συμπεριλαμβανόμενων του κινδύνου για αυτοκτονία, τις μαιευτικές επιπλοκές, την παγίωση και χρονιότητα των ψυχικών διαταραχών, τις δυσκολίες στη σχέση του ζευγαριού, τα αυξημένα διαζύγια. Επιπλέον, τα παιδιά των γυναικών που πάσχουν από κάποια ΠΨΔ, έχουν αυξημένο κίνδυνο να εμφανίσουν συναισθηματικά, συμπεριφορικά και γνωστικά προβλήματα, κατά την ανάπτυξή τους.

Σε ποσοστό άνω του 70%, οι γυναίκες που πάσχουν από περιγεννητικές ψυχικές διαταραχές (ΠΨΔ) παραμένουν χωρίς διάγνωση, επειδή δεν γίνονται αντιληπτά τα συμπτώματά τους και η βαρύτητα αυτών, από τις ίδιες, τους οικείους τους, ακόμα και από τους επαγγελματίες υγείας με τους οποίους έρχονται σε επαφή. Ως εκ τούτου, δεν έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες που παρέχουν επαρκή υποστήριξη και θεραπεία.

Ιδιαίτερη μνεία πρέπει να γίνεται στις γυναίκες που έρχονται αντιμέτωπες με αποβολές, ενδομήτριο ή νεογνικό θάνατο, το ποσοστό των οποίων ανέρχεται στο 20-25% των γεννήσεων. Τέλος, δεν πρέπει να ξεχνάμε τις γυναίκες που γενούν πρόωρα ή όσες νοσηλεύουν το παιδί τους στη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών. Όλες οι παραπάνω γυναίκες αντιμετωπίζουν ιδιαίτερα πειστικές καταστάσεις, που ενδέχεται να οδηγήσουν σε επιλόχειες ψυχικές διαταραχές και ως εκ τούτου, έχουν αυξημένη ανάγκη για εξειδικευμένες υπηρεσίες ψυχικής υγείας.

Η ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ, λειτουργεί, από το 2009, το πρώτο εξειδικευμένο **Κέντρο Ημέρας για τη Φροντίδα της Ψυχικής Υγείας της Γυναίκας (Επιλόχεια Διαταραχή)** στην Ελλάδα, έχοντας ως βασική μέριμνα την πρόληψη, την έγκαιρη ανίχνευση των συμπτωμάτων ήδη από την εγκυμοσύνη, την παρέμβαση και τη θεραπευτική αντιμετώπιση, ώστε να μειωθούν οι επιπτώσεις των περιγεννητικών ψυχικών διαταραχών στο κοινωνικό σύνολο. Επίσης, λαμβάνοντας υπόψη την έλλειψη εξειδικευμένων δομών και τις ανάγκες των γυναικών σε όλη την Ελλάδα, από το 2014 η ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ ξεκίνησε τη λειτουργία της **Τηλεφωνικής Γραμμής Υποστήριξης της Ψυχικής Υγείας της Εγκύου και της Νέας Μητέρας (210-9319054)**.



Με αφορμή την πρωτοβουλία της Διεθνούς Επιστημονικής κοινότητας για την ανάδειξη της σημασίας της ψυχικής υγείας της μητέρας, η ΦΑΙΝΑΡΕΤΗ συμμετέχει στη Διεθνή Ενημερωτική Εκστρατεία, προσπαθώντας να εγείρει την ευαισθητοποίηση της ελληνικής κοινωνίας για την κρισιμότητα των Περιγεννητικών Ψυχικών Διαταραχών και την αναγκαιότητα της πρόληψης και της θεραπείας.

Ας ανακηρύξουμε την πρώτη Τετάρτη του Μαΐου κάθε χρόνου ως

### **Ημέρα Ψυχικής Υγείας της Μητέρας**

Η ψυχική υγεία της μητέρας μας αφορά όλους