**Довідка**

Всесвітній день психічного здоров’я відзначають 10 жовтня з 1992 року з ініціативи Всесвітньої федерації психічного здоров’я за підтримки ВООЗ. Метою Всесвітнього дня психічного здоров’я є скорочення поширеності депресивних розладів, шизофренії, хвороби Альцгеймера, наркотичної залежності, епілепсії, розумової відсталості.

За даними ВООЗ, на психічні захворювання в наші дні страждають більше 450 мільйонів осіб, а в західних країнах кожна сьома людина є або параноїком / шизофреніком, або схильна до депресій і алкоголізму.

25% людей потребують допомоги спеціалістів з вирішення проблем, пов’язаних з незадовільним станом власного психічного здоров’я.

За прогнозами Всесвітньої організації охорони здоров’я до 2020 року психічні розлади увійдуть до першої п’ятірки хвороб, які лідируватимуть за кількістю людських працевтрат, пов’язаних з цими захворюваннями. Психічні розлади обженуть у цьому плані навіть серцево-судинні захворювання, які нині традиційно тримають пальму першості у структурі захворювання населення земної кулі.

Психічне здоров’я кожного в першу чергу залежить від нього самого і його близьких. Задача кожної сучасної людини зберігати свою душевну рівновагу, бути готовою до стресових ситуацій, і за необхідності звертатися за допомогою, а не пускати на самоплив симптоми перевантаження, депресії, емоційної нестійкості.

В Україні 1,2 мільйони жителів (більше 3% усього населення) страждає психічними розладами, і цей показник з кожним роком зростає. Не перший рік Україна займає перше місце за кількістю психічних розладів у Європі – майже 2 мільйони українців щороку стають пацієнтами психіатричних лікарень. За оцінками фахівців, від різноманітних нервових розладів страждає кожен третій українець. Найважливіше, що втрачає людина через нервово-психічні розлади – це працездатність. Інвалідизація від психічних захворювань вийшла на друге місце серед інших захворювань».