

7 апреля ежегодно отмечается Всемирный день здоровья. Это один из самых ярких дней в календаре здорового образа жизни, потому что здоровье – бесценный дар, который даётся человеку с самого рождения и который, к сожалению, многие не берегут.

Мероприятия Дня проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни. А здравоохранительные организации призваны решить вопрос, что им нужно сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше.

Темой кампании по проведению Всемирного дня здоровья 2017 г. будет депрессия. Девиз кампании: «Депрессия: давай поговорим».

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.

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.

В Республике Алтай в рамках Всемирного дня здоровья традиционно будет организован комплекс мероприятий, призванных привлечь внимание населения к своему отношению к здоровью и к необходимости его сохранения. Сюда входят спортивные мероприятия, дни открытых дверей в Центре здоровья и кабинетах медицинской профилактики для всех желающих, акции, направленные на мотивацию населения к ведению здорового образа жизни.