

23 lutego 2023



Razem Możemy Pokonać Depresję - to hasło sobotniego meczu Industrii Kielce - MMTS Kwidzyn

Jako partner wydarzenia Świętokrzyskie Centrum Psychiatrii w Morawicy zaprasza na sobotni mecz Industria Kielce w PGNiG Superliga. Będzie on poświęcony bardzo ważnemu tematowi - depresji. 23 lutego obchodzony jest Światowy Dzień Walki z Depresją, dlatego podczas najbliższego ligowego meczu organizatorzy chcą pokazać, że wspólnie możemy pomóc osobom, które zmagają się z tą chorobą oraz podkreślić jak rozpoznać jej symptomy.

#RazemMożemyPokonaćDepresję - to hasło będzie towarzyszyło przy okazji sobotniego spotkania w Hali Legionów. W holi Hali Legionów staną stoiska, na których będzie można otrzymać pomocne informację lub umówić się na wizyty.

Partnerami meczu są Świętokrzyskie Centrum Psychiatrii w Morawicy, Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Fundacja „Razem Pokonamy Depresję” oraz 4ECO.

Po meczu zapraszamy kibiców zainteresowanych wiedzą na temat depresji do spotkania z trójką specjalistów i zawodników naszej drużyny, którzy opowiedzą o swoich doświadczeniach.

Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją

23 lutego w Polsce obchodzony jest Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją, który został ustanowiony przez Ministra Zdrowia w 2001 roku. Według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), depresja jest **czwartą najpoważniejszą chorobą na świecie i jedną z głównych przyczyn samobójstw**. Na depresję choruje na świecie około 350 mln ludzi. W Polsce stanowi 3-4% wszystkich występujących zaburzeń psychicznych, a cierpi na nią prawdopodobnie około 1,5 mln osób. Wielu ekspertów wskazywało, że statystyki występowania depresji z pewnością wzrosły w czasie pandemii, jednak określenie stanu faktycznego skali tego zjawiska jest trudne z uwagi na fakt, iż wiele osób nie przyznaje się do tej choroby.

Depresja jest chorobą ciała i ducha, która może dotknąć każdego. Nie jest ona uwarunkowana płcią, wiekiem czy statusem społecznym. Jest to bardzo podstępna i wyniszczająca choroba, która ma związek z długotrwałym zaburzeniem nastroju i emocji, objawiającym się przede wszystkim smutkiem i przygnębieniem, ale też problemami z koncentracją, utratą zainteresowań, myślami samobójczymi, niską samooceną, zmniejszeniem apetytu, zniechęceniem do wszelkich aktywności oraz zaburzeniami snu. Mimo, że depresja to realne cierpienie, przez wielu jest bagatelizowana i sprowadzana do banalnego obniżenia nastroju, chwilowej fanaberii lub lenistwa. Lepsze zrozumienie tego, czym jest depresja, w jaki sposób można jej zapobiegać i leczyć, pomoże zmniejszyć stygmatyzację związaną z tą chorobą i zachęcić więcej osób do szukania pomocy.

Osoby cierpiące na depresję wymagają specjalistycznej pomocy. Konieczna jest konsultacja psychiatryczna i psychologiczna. Wcześniej postawiona diagnoza daje możliwość podjęcia właściwego leczenia w postaci farmakoterapii i psychoterapii. Tak jak każdy stan chorobowy, tak i stan depresyjny potrzebuje określonego czasu leczenia. Choroba ta, jak żadna inna, wymaga ze strony najbliższego otoczenia wiedzy na jej temat i ogromnej dozy empatii ukierunkowanej na chorego. Wymaga zrozumienia i akceptacji choroby.

Nie traćmy czasu, szukajmy pomocy u specjalistów dla siebie i swoich bliskich!

źródło: gov.pl