

«Το παιδί μου το φέρνει πολύ βαριά που είναι άνεργος. Έχει σπουδάσει Κοινωνιολογία και εδώ και μήνες προσπαθεί να βρει δουλειά αλλά μάταια. Έχει κλειστεί στον εαυτό του και δεν

μιλάει σε κανέναν. Δεν θέλει να έχει προσωπική ζωή, σχεδόν δεν βγαίνει από το σπίτι. Τι να κάνει κιάλας χωρίς λεφτά; Φοβάμαι μήπως βάζει με το μυαλό του άσχημες σκέψεις». Το ίδι-

ότυπο SOS εκπέμπεται από μητέρα που καλεί στην τηλεφωνική γραμμή του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγιεινής (στον αριθμό 1034) για τον 26χρονο γιο της.

Συγκλονιστικά τα στοιχεία έρευνας του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγιεινής

Η οικονομική κρίση οδηγεί τους Έλληνες στην κατάθλιψη

Οι ηλικίες 36-50 αντιμετωπίζουν αυξημένη πίεση και υφίστανται τη μεγαλύτερη ψυχολογική επιβάρυνση

ΡΕΠΟΡΤΑΖ **ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΟΛΛΙΑ,**
ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΟΥΛΙΠΟΥΛΟΣ

Η απόγνωση έρχεται να προστεθεί στα οικονομικά και κοινωνικά προβλήματα, η αίσθηση του σημερινού αδιεξόδου πνίγει την όποια ελπίδα για το μέλλον. Τα στοιχεία αποτυπώνουν μια πραγματικότητα ζοφερή: έρευνα του ΕΠΨΥ ως προς τις κλήσεις στην τηλεφωνική γραμμή για την κατάθλιψη – στην οποία συγκρίνεται το πρώτο εξάμηνο του 2010 με αυτό του 2011 – διαπιστώνει εντυπωσιακή έξαρση αρνητικών συμπτωμάτων.

Οι Έλληνες που τηλεφωνούν για βοήθεια διακατέχονται από «πεομένη διάθεση - λύπη» (79,6%), καθώς και από έλλειψη ενδιαφέροντος για τις καθημερινές δραστηριότητές τους (45,3%), σπερούνται δύναμης και ενέργειας (41,2%), δυσκολεύονται να χαλαρώσουν (40,4%), ακόμη και να κοιμηθούν ομαλά (29,6%). Τα ποσοστά χτυπούν κόκκινο στις κλίμακες κατάθλιψης υποδηλώνοντας σοβαρές διαταραχές, οι οποίες ενίοτε αποκτούν σάρκα και οστά μέσα από ψυχοσωματικά συμπτώματα – αυξημένα κατά 52,1% σε σχέση με πέρυσι!

Εμπιστευτικές συνομιλίες

Οι τηλεφωνικές κλήσεις στο ΕΠΨΥ δεν μαγνητοφωνούνται. Οι συνομιλίες είναι απόρρητες και εμπιστευτικές. Οι ανθρώπινες ιστορίες που βγαίνουν στην επιφάνεια είναι αποτέλεσμα της εκ των υστέρων καταγραφής που γίνεται από τους κλινικούς ψυχολόγους - συνομιλητές των αιτούντων βοήθεια και τους ψυχιάτρους που εποπτεύουν την όλη διαδικασία στο πλαίσιο αξιολόγησης της γραμμής. Είναι όμως ικανές να σκιαγραφήσουν μέσα από προσωπικές πτυχές τη γενικευμένη αγωνία για το αύριο.

«Τα στοιχεία της γραμμής βοήθειας για την κατάθλιψη εμφανίζουν την ψυχολογική επιβάρυνση από την οικονομική κρίση να πλήττει κυρίως την κατ' εξοχήν παραγωγική ηλικιακή ομάδα (36-50 ετών), άτομα δηλαδή που κατά κανόνα έχουν να αντιμετωπίσουν πολλαπλές υποχρεώσεις, οικογενειακές και άλλες» τονίζει η κυρία **Μαρίνα Οικονόμου-Λαλιώτη**, επίκουρη καθηγήτρια Ψυχιατρικής, η οποία και έχει την επιστημονική ευθύνη της γραμμής του ΕΠΨΥ. «Ωστόσο, και τα άτομα νεότερης ηλικίας (21-35 ετών) συχνά αναφέρουν έντονο άγχος για την έλλειψη επαγγελματικών προοπτικών αλλά και τους όρους που προδιαγράφουν το εργασιακό μέλλον τους».

Σε πολλές περιπτώσεις η οικονομική επισφάλεια φαίνεται να σχετίζεται με την εκδήλωση ή την επιδείνωση καταστάσεων συνδεδεμένων με υψηλά επίπεδα άγχους, όπως κρίσεις



Μαρτυρίες

Αγωνίες πίσω από το ακουστικό

Προσωπικές ιστορίες με βάση κλήσεις που έγιναν στη γραμμή 1034 του ΕΠΨΥ, του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγιεινής.

■ «Δεν αντέχω, κλαίω, δεν βλέπω φως»

«Κάθε μέρα ξυπνάω με τον φόβο ότι οι τράπεζες θα μας τα κατασχέσουν όλα, ακόμη και το σπίτι που μένουμε. Ο άντρας μου είναι πιο ψύχραιμος από μένα ή τουλάχιστον έτσι δείχνει. Αλλά εγώ δεν αντέχω, κλαίω συνέχεια, δεν βλέπω κανένα φως. Έχω άγχος, μελαγχολία, όλα τα βλέπω μαύρα. Πρέπει να αλλάξω σχολείο στα παιδιά, δεν μπορούμε πια να πληρώνουμε τα ιδιωτικά. Πιο πολύ γι' αυτά κλαίω, είναι κρίμα κι άδικο να γκρεμίζονται όλα όσα θεωρούσαν δεδομένα».

Γυναίκα, 48 ετών

■ «Όλα αυτά με κάνουν να νιώθω άχρηστος»

«Δουλεύω από μικρό παιδί και τώρα ξαφνικά στην ανεργία... Με απέλυσαν. Σε αυτή την ηλικία κανείς δεν σε παίρνει στη δουλειά. Δεν είναι μόνο το οικονομικό, οι υποχρεώσεις, το πώς θα ταϊσεις την οικογένειά σου, είναι ότι η κατάσταση με έχει κάνει να νιώθω άχρηστος. Δεν μπορώ να κοιτάξω τη γυναίκα μου στα μάτια, δεν μου λέει τίποτα αλλά ξέρω τι σκέφτεται. Ντρέπομαι για τον εαυτό μου, δεν θέλω να βγαίνω από το σπίτι».

Ανδρας, 46 ετών

■ «Φοβάμαι τι άλλο θα μας βρει»

«Δεν μπορώ να κοιμηθώ, να φάω τις τελευταίες μέρες. Το άγχος με παραλύει. Φοβάμαι τι άλλο θα μας βρει. Με έχει επηρεάσει η κρίση και ο τρόπος που φέρονται στους συνταξιούχους. Αλλιώς τα υπολόγισα, πίστευα ότι είχα εξασφαλισμένα τα γεράματά μου, ότι θα ζήσω αξιοπρεπώς το υπόλοιπο της ζωής μου. Πάει πα... Δεν έχω κανέναν να με κοπιάξει άμα συμβεί κάτι, παιδιά δεν έχω. Είναι και η πικρία για τους κόπους μιας ζωής που σε πνίγει, για το τίποτα δούλευα τόσα χρόνια; Κάθομαι και τις σπριφογυρίζω στο μυαλό μου αυτές τις σκέψεις και αρρωσταίνω, δεν ξέρω πού να αποταθώ».

Ανδρας, 68 ετών

θεια τη στιγμή που πρέπει;

«Ο χρόνος αναμονής μπορεί να φθάσει ως και τα δύο χρόνια» σημειώνει η κυρία **Ειρήνη Μπαρδάνη**, παιδοψυχίατρος, διευθύντρια του Ιατροπαιδαγωγικού Κέντρου Παλλήνης, που λειτουργεί ως εξωνοσοκομειακή μονάδα του Σιομανόγλειου Γενικού Νοσοκομείου Αττικής. Η κυρία Μπαρδάνη μιλάει για την έλλειψη προσωπικού σε αντιδιαστολή με την υπερπληθώρα περιστατικών. Η ίδια είναι εξάλλου στέλεχος κατά το... ήμισυ του Κέντρου, αφού Δευτέρα και Παρασκευή είναι υποχρεωμένη να το εγκαταλείπει για να επισκεφθεί ξενώνες.

«Είναι αρκετές οι περιπτώσεις στις οποίες βλέπουμε περιστατικά, και μάλιστα σοβαρά, που ζήτησαν αρχικώς ραντεβού το 2009. Πρόκειται για ανθρώπους που δεν έχουν άλλη επιλογή, δεν μπορούν να αντεπεξέλθουν στις οικονομικές απαιτήσεις της ιδιωτικής βοήθειας, δεν έχουν βρει άκρη ούτε με άλλες δημόσιες υπηρεσίες. Μας πιέζουν, θυμώνουν, δεν έχουμε και εμείς τρόπο να ικανοποιήσουμε τα αιτήματά τους...».

Επιπτώσεις και στα παιδιά

Η ίδια επισημαίνει ότι οι συνέπειες της οικονομικής κρίσης δεν αφήνουν ανέγγιχτα τα παιδιά. «Παρατηρούμε όξυνση στις αγχώδεις διαταραχές και στις φοβίες. Πολλά παιδιά "αποσύρονται", κάποια δεν αφήνουν τους γονείς να βγουν από το σπίτι, άλλα παρουσιάζουν εκνευρισμό και πτώση στη σχολική επίδοση».

«Τον Σεπτέμβριο του 2010 ο χρόνος αναμονής για ένα καινούργιο περιστατικό που ζητούσε ραντεβού ήταν μία εβδομάδα. Σήμερα είναι δύομισι μήνες» σχολιάζει από την πλευρά του ο διευθυντής του Κέντρου Ψυχικής Υγείας Βύρωνας - Καισαριανής και αναπληρωτής καθηγητής του Πανεπιστημίου Αθηνών κ. **Δημήτρης Πλουμπίδης**.

«Περίπου το 1/3 του συνόλου αυτών που ζητούν βοήθεια επισκέπτονταν στο παρελθόν ιδιώτες γιατρούς αλλά πλέον δεν μπορούν να αντεπεξέλθουν στο έξοδο. Και πριν από την εποχή του μνημονίου είχαμε περιστατικά που αντανακλούν το κοινωνικό μπάχαλο της τελευταίας δεκαετίας, ανθρώπους που χρωστούν δόσεις δανείων ή πιστωτικές κάρτες, τώρα όμως η κατάσταση έχει οξυνθεί. Οσοι απευθύνονται το τελευταίο διάστημα στο Κέντρο εμφανίζουν στην πλειονότητά τους κρίσεις πανικού και σημάδια κατάθλιψης, συμπτώματα που μπορούν να συνδεθούν άμεσα με τη συγκρία. Σε πρώτη φάση χορηγούμε φαρμακευτική αγωγή για τη μείωση του άγχους καθώς αυτό στρεβλώνει την ούτως ή άλλως δύσκολη καθημερινότητά τους».

πανικού, προβλήματα ύπνου και φοβίες. Αρκετές είναι παράλληλα οι περιπτώσεις στις οποίες η ανεργία αναφέρεται ως παράγοντας που επιδεινώνει και διαιωνίζει μια καταθλιπτική συμπτωματολογία δημιουργώντας έναν φαύλο κύκλο καθώς τα συμπτώματα της κατάθλιψης εμποδίζουν με

τη σειρά τους το άτομο να αναζητήσει με επιτυχία μια νέα θέση εργασίας και να ανταποκριθεί σε εργασιακές υποχρεώσεις. Ο αντίκτυπος δε της οικονομικής δυσπραγίας στην αυτοκτονικότητα είναι σημαντικός, ιδίως στον ανδρικό πληθυσμό.

Οι κλήσεις εξυπηρετούν πολλές

φορές το «επείγον» του πράγματος, αμβλύουν προσωρινά τον πόνο, αποτρέπουν αυτοκτονίες, παραπέμπουν σε, ασφαλώς δημόσιες, ψυχιατρικές υπηρεσίες. Τι γίνεται όμως όταν και αυτές οι δομές δοκιμάζονται από την κρίση; Όταν συρρικνώνονται σταδιακά αδυνατώντας να παράσχουν βοή-