



Škola za medicinske
sestre Mlinarska

RAZUMIJEVANJE MENTALNOG ZDRAVLJA KROZ POVIJEST

Pripremili: Ana Crnogorac, Iva Lončar, Lana Matić, Luka
Mlojo 5.A

Mentor: Dora Kuharić, mag.med.techn.

Nastavni predmet: Zdravstvena njega psihijatrijskog
bolesnika

Zagreb, 23.09.2024.

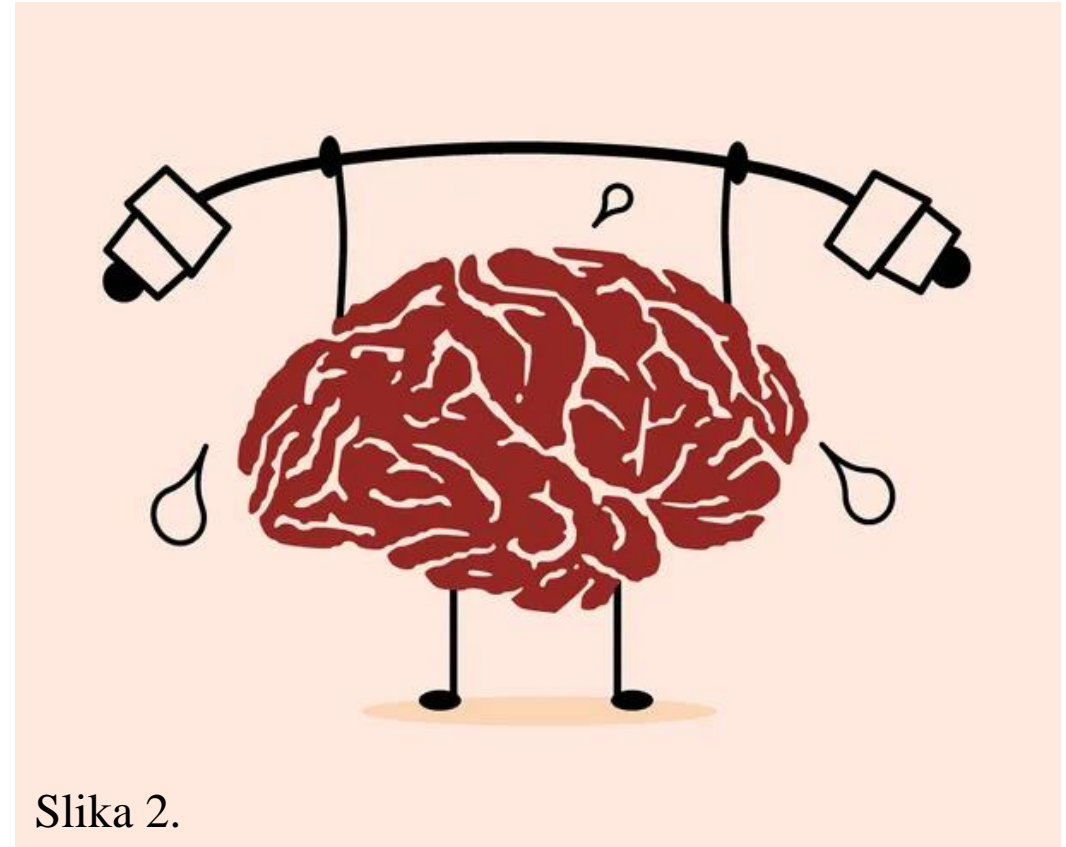


SAŽETAK

1. Što je mentalno zdravlje?
2. Povijesni stavovi o poremećajima mentalnog zdravlja.
3. Kako je Vrapče doprinijelo očuvanju mentalnog zdravlja?
4. Koje se mjere danas provode u svrhu zaštite mentalnog zdravlja?

ŠTO JE MENTALNO ZDRAVLJE?

- stanje dobrobiti u kojem pojedinac ostvaruje svoje potencijale, može se nositi s normalnim životnim stresovima
- utječe na način na koji mislimo, osjećamo i ponašamo se
- omogućava pojedincima da se nose sa izazovima, rade produktivno i daju doprinos svojoj zajednici



Slika 2.



Održavanje ravnoteže između obaveza i odmora

Traženje podrške/pomoći kada je potrebno

Bavljenje aktivnostima koje donose radost i opuštanje

Podrška obitelji, prijatelja ili stručnjaka ključna je za održavanje dobrog mentalnog zdravlja



NAJČEŠĆI PSIHIČKI POREMEĆAJI

- Depresija
- Anksiozni poremećaji
- Bipolarni poremećaj
- Shizofrenija
- PTSP (Posttraumatski stresni poremećaj)
- OKP (Opsesivno – kompulzivni poremećaj)
- Poremećaji prehrane
- Poremećaji ličnosti



POVIJESNI STAVOVI O POREMEĆAJIMA MENTALNOG ZDRAVLJA KROZ POVIJEST

- biološko, nadnaravno i psihološko objašnjenje
- djelo zlih duhova, demona, bogova ili vještica koji su preuzeli kontrolu nad osobom
- ponašanje suprotno vjerskim učenjima tog vremena
- trepanacija – metoda liječenja
- egzorcizam – grčke, hebrejske, egipatske i kineske kulture
- bičevanje, izgladnjivanje, stvaranje buke...

Slika 4.



GRČKO – RIMSKA MISAO

- odbacuju ideju opsjednutosti demonima
- Hipokrat (460.-377.pr.Kr.) – „Mentalni su poremećaji slični fizičkim te imaju prirodne uzroke.”
- patologija, trauma glave, moždana disfunkcija te nasljeđe
- melankolija, manija te frenitis
- neravnoteža humora (tekućina)
- Platon (429.-347.pr.Kr.) – „Mentalno bolesni nisu odgovorni za vlastite postupke.”
- socijalno okruženje te rano učenje o mentalnim poremećajima
- masaža i tople kupke

Slika 5.



SREDNJI VIJEK (5.-15.stoljeće)

- moć Crkve i pad Rimskog carstva
- odbacuju Hipokratovo učenje
- opsjednutost vragom te životinjama
- egzorcizam, bičevanje, molitve, dodirivanje relikvija, pjevanje, posjećivanja svetih mjesta i svete vode
- zatvoreni, premlaćivani te ubijeni
- grupna histerija/masovno ludilo
- Bubonska kuga, glad, rat, siromaštvo
- pred kraj srednjeg vijeka - znanost i medicina ponovno su pozvane da objasne psihičke poremećaje



HUMANIZAM I POKRET MORALNOG LIJEČENJA

- ljudska dobrobit i jedinstvo pojedinca
- vještice su bile mentalno poremećene i nisu bile opsjednute demonima ili samim Vragom
- um je poput tijela podložan bolestima
- 16. stoljeće broj azila i utočišta povećan
- tretiranje ljudi kao životinje
- London 1547. – bolnica Bethlem, turistička atrakcija
- 18. stoljeće - važnost pružanja poštovanja, moralnog vodstva i humanog postupanja
- azili postali mjesto pravog liječenja

RAD PSIHIJATRIJSKE BOLNICE VRAPČE U HR

- individualizirani pristup
- resocijalizacija i rehabilitacija
- radna terapija
- rekreativne aktivnosti
- sudjelovanje u projektima
- organizacija javnozdravstvenih aktivnosti



CENTAR ZA
DNEVNOBOLNIČKO LIJEČENJE
REHABILITACIJU I EDUKACIJU



RAD PSIHIJATRIJSKE BOLNICE VRAPČE U RH

- Omogućila: - pristup najsiromašnijima
- unaprijeđenje stručnih kompetencija
- sigurno okruženje
- Promicala: - svijest građana
- edukaciju skrbnika ranjivih osoba
- zdr. stil života





RAD BOLNICE VRAPČE

- potiče i provodi istraživanja
- diskriminacija i stigma

OČUVANJE MENTALNOG ZDRAVLJA

- suština očuvanja= rano prepoznavanje
- u današnje vrijeme sve se više piše i priča o mentalnom zdravlju
- psihološka otpornost je jako važna za mentalno zdravlje

Slika 13.



ŠTO POZITIVNO PRIDONOSI MENTALNOM ZDRAVLJU?

- razgovor s najbližima, pružanje podrške
- prihvaćanje vlastitih emocija
- tjelesna aktivnost, kvalitetan san i prehrana
- održavanje rutine
- vježbe disanja



Slika 14.

TIJEKOM COVIDA-19



Slika 15.

Kako bi očuvali mentalno zdravlje ljudi su trebali:

1. Povezati se.
2. Odvojiti trenutak i obratiti pažnju.
3. Uzvratiti pažnju.
4. Učiti nove stvari.
5. Biti aktivni.

ZAKLJUČAK

- važno je čuvati mentalno zdravlje jer ono direktno utječe na kvalitetu života, sposobnost donošenja odluka, odnose s drugim ljudima te sposobnost suočavanja sa stresom
- pristupi liječenja mentalnih bolesti su uvijek u razvoju
- bolnica Vrapče je svojim radom smanjila stigmatizaciju duševnih bolesnika u društvu
- očuvanje mentalnog zdravlja ovisi o samom pojedincu, ali i njegovim najbližima

LITERATURA

- Jukić V. Bolnica Vrapče kao učilište (Mjesto i uloga Bolnice „Vrapče“ u edukaciji iz psihijatrije). Socijalna psihijatrija [Internet]. 2016 [pristupljeno 22.09.2024.];44(4):259-282. Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/174627>
- Hrastić Novak L, Ožić S. Centar za mentalno zdravlje (Center for Mental Health). Hrvatski Časopis za javno zdravstvo [Internet]. 2006 [pristupljeno 22.09.2024.];2(8). Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/298939>
- Jukić V. BOLNICA VRAPČE KAO NAKLADNIK – STRUČNJACI BOLNICE KAO AUTORI KNJIGA (povodom 136. obljetnice Bolnice Vrapče). Socijalna psihijatrija [Internet]. 2015 [pristupljeno 22.09.2024.];43(3). Dostupno na: <https://hrcak.srce.hr/156975>
- Čavar F. Očuvanje mentalnog zdravlja. Centar za reproduktivno mentalno zdravlje [internet]. [pristupljeno 22.9.2024.] Dostupno na: <https://centarzareproduktivnomentalnozdravlje.hr/ocuvanje-mentalnog-zdravlja>
- Jordan A. Cummings. Historical Perspectives on Mental Illness. Social Sciences [Internet]. [Pristupljeno: 22.09.2024.]. Dostupno na: [https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Psychology/Psychological_Disorders/Abnormal_Psychology_\(Cummings\)/02%3APerspectives_on_Abnormal_Behaviour/2.01%3A_Historical_Perspectives_on_Mental_Illness](https://socialsci.libretexts.org/Bookshelves/Psychology/Psychological_Disorders/Abnormal_Psychology_(Cummings)/02%3APerspectives_on_Abnormal_Behaviour/2.01%3A_Historical_Perspectives_on_Mental_Illness)
- Ingrid G. Farreras. History of Mental Illness. Hood College. NOBA [Internet]. 2024. [Pristupljeno: 22.09.2024.]. Dostupno na: <https://nobaproject.com/modules/history-of-mental-illness>

IZVORI SLIKA

- Slika 1.: <https://www.civildaily.com/news/caregiver-burden-in-mental-health/>
- Slika 2.: <https://www.fsunews.com/story/opinion/2020/03/08/mental-health-first-aid/4994069002/>
- Slika 3. <https://www.mentalhealthctr.com/types-of-mental-health-disorders/>
- Slika 4.: <https://proleksis.lzmk.hr/49185/>
- Slika 5.: <https://proleksis.lzmk.hr/36035/>
- Slika 6.: <https://about-history.com/the-cruel-way-people-with-mental-handicaps-were-treated-in-the-middle-ages-will-make-your-stomach-turn/>
- Slika 7.: <https://bolnica-vrapce.hr/prevenција-napredovanja-demencije-i-delirija/>
- Slika 8.: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSy9oYnqNtj_BZK78PXjp7x7FtBT7tKLJmN4Q&s
- Slika 9.: https://bolnica-vrapce.hr/wp-content/uploads/2023/05/20221107_101300-01.jpg
- Slika 11.: <https://www.vecernji.hr/media/img/7f/74/0cd52011867df99ecc07.jpeg>
- Slika 12.: data:image/jpeg;base64,/9j/4AAQSkZJRgABAQAAQABAAD/2wCEAAkGBxISEhUSEhIWFhU
- Slika 13.: <https://centarzareproduktivnomentalnozdravlje.hr/ocuvanje-mentalnog-zdravlja/>
- Slika 14.: <https://centarzareproduktivnomentalnozdravlje.hr/svjetski-dan-mentalnog-zdravlja/>
- Slika 15.: <https://www.brookings.edu/articles/how-did-covid-19-affect-americans-well-being-and-mental-health/>