



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
**ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ  
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ**



Ημερομηνία: 9/10/2015

Ταχ. Δ/ση : Λ. Αλεξάνδρας 34-Αθήνα  
Ταχ. Κώδικας :11473  
Τηλέφωνο :210-8213905/210-8213334  
FAX :210-8213760  
E-mail :ppta@otenet.gr  
Website :www.psf.org.gr

**ΠΡΟΣ  
ΜΜΕ**

## **Επιστημονικό Τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία»**

### **Δελτίο Τύπου**

#### **10 Οκτωβρίου: ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

Κάθε χρόνο - σε όλο τον κόσμο - αυτή η μέρα είναι αφιερωμένη στην ενημέρωση γύρω από θέματα ψυχικής υγείας και στη στήριξη των σχετικών ενεργειών.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (WHO) με αφορμή την παγκόσμια μέρα ψυχικής υγείας για το 2015, στοχεύει στο να αναδείξει την αναγκαιότητα της διασφάλισης της αξιοπρέπειας των ατόμων με ψυχική νόσο.

Χιλιάδες άτομα σε όλον τον κόσμο που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές στερούνται των βασικών ανθρωπίνων δικαιωμάτων τους. Η κακή ποιότητα φροντίδας λόγω **έλλειψης εξειδικευμένων επαγγελματιών υγείας** και ειδικών δόμων προσαρμοσμένων στις ανάγκες τους, οδηγεί σε περαιτέρω παραβιάσεις της ατομικότητάς τους.

Σύμφωνα με τις κατευθυντήριες οδηγίες της **Διεθνούς Οργάνωσης για τη Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία (ΙΟΡΤΜΗ)**, αναγνωρισμένη σαν υποομάδα της Παγκόσμιας Οργάνωσης Φυσικοθεραπείας (W.C.P.T) από τον Ιούνιο του 2011 και το νεοσύστατο (2014) **Επιστημονικό Τμήμα «Φυσικοθεραπεία στην Ψυχική Υγεία» του Ν.Π.Δ.Δ «Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών», ο ρόλος της επιστήμης της φυσικοθεραπείας είναι όχι μόνον σημαντικός στη θεραπεία των ψυχικών διαταραχών αλλά αποτελεί και αναπόσπαστο μέρος της ομάδας διεπιστημονικής προσέγγισης.**

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία είναι **ανθρωποκεντρική** και εφαρμόζεται σε παιδιά, εφήβους και ενήλικες και σε ήπια, μέτρια και σοβαρά, οξεία και χρόνια ψυχικά

προβλήματα. Παρέχεται σε δομές τόσο της πρωτοβάθμιας, όσο και της δευτεροβάθμιας φροντίδας υγείας.

Η **θεμέλια αρχή** της φυσικοθεραπείας στην ψυχική υγεία είναι η βελτίωση της ευεξίας και η ενδυνάμωση του ατόμου με την προώθηση της σωματικής δραστηριότητας, της άσκησης, της αύξησης της επίγνωσης του σώματος και της λειτουργικής κίνησης, συγχωνεύοντας σωματικά και ψυχικά στοιχεία του ατόμου.

Η φυσικοθεραπεία στην ψυχική υγεία βασίζεται σε επιστημονικά δεδομένα και κλινικές αποδείξεις και συμβάλλει στην αντιμετώπιση μια πληθώρας ψυχικών διαταραχών τόσο στους ενήλικες - όπως **κατάθλιψη, αγχώδεις διαταραχές, ψυχώσεις, διαταραχές προσωπικότητας, άνοια**, κλπ - όσο και στα παιδιά και εφήβους που πάσχουν από διαταραχές στο **φάσμα του αυτισμού, ελλειμματική προσοχή και υπερκινητικότητα, προβλήματα συμπεριφοράς, νοητική στέρηση, μαθησιακές δυσκολίες, αναπτυξιακές διαταραχές**, κλπ.

Επιπρόσθετα, η πλειοψηφία των ανθρώπων με ψυχικά προβλήματα έχουν και συχνά **συνοδά νοσήματα**, τα όποια οι φυσικοθεραπευτές αντιμετωπίζουν με επιτυχία συμβάλλοντας στη **πρόληψη & μείωση** των περισσότερων **παραγόντων θνησιμότητας** τους.

Τα μέσα που έχει στη θεραπευτική του φαρέτρα ο φυσικοθεραπευτής στη ψυχική υγεία είναι πολλά. Ενδεικτικά:

- **«Εργαλεία» αξιολόγησης**
- **Μάλαξη**
- **Κινησιοθεραπεία**
- **Βιοαναδράση (biofeedback)**
- **Πλειάδα τεχνικών χαλάρωσης, κλπ**

Σύμφωνα δε και με πρόσφατες μελέτες (G. Cooney, 2013, Brendon, 2014, V. Narayanan, 2015, P. Ekkekakis, 2015 και των συνεργατών τους), η φυσικοθεραπεία είναι τόσο **κλινικά** όσο και **οικονομικά αποτελεσματική**.

Η φυσικοθεραπεία διεθνώς συμβάλλει στην διατηρησιμότητα της αξιοπρέπειας των ψυχικά πασχόντων συνανθρώπων μας, πρέπει όμως και η πολιτεία να δώσει το δικαίωμα να το πράξει και στον Ελλαδικό χώρο, στελεχώνοντας επαρκώς με φυσικοθεραπευτές τις αντίστοιχες ψυχιατρικές δομές. Ο Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσιοθεραπευτών (Ν.Π.Δ.Δ) μπορεί να βοηθήσει προς αυτή την κατεύθυνση.

**ΓΙΑ ΤΟ Κ.Δ.Σ. ΤΟΥ Π.Σ.Φ.**

**Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ**

**ΛΥΜΠΕΡΙΔΗΣ ΠΕΤΡΟΣ**

**Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ**

**ΤΡΙΓΩΝΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ**