

## Kaip bendrauti su psichiškai nesveiku žmogumi

Dažnai sutrinkame iš nežinojimo, kaip elgtis su psichiškai nesveiku žmogumi, jei šis netikėtai sustabdo gatvėje, parduotuvėje ar drąsiai užaina į jį staiga. Šalinamės jo gatvėje, nes lyg ir gėda klausytis ekspresyvaus šūkalojimo ar netgi būti nuglėbesčiuotam.

Kretingos psichikos sveikatos centro direktorė, gydytoja psichiatrė Teresė Ramanauskienė tokiais atvejais pataria ne bėgti nuo psichikos ligonio, bet išklausti, nuraminti jį, pritarti, nesielgti piktai, kad neišprovokuotume jo agresijos.



**Klaipėdos psichikos sveikatos centro įkūrėja Teresė Ramanauskienė jau dvejus metus vadovauja Kretingos psichikos sveikatos centrui. Gydytoja teigė, jog psichikos ligonių gėdytis ir bijoti nereikia: „Žmogus nėra kaltas dėl savo ligos: ar ji būtų kūno, ar sielos negalavimas. Tokį žmogų reikia priimti, bendrauti su juo, o ne atstumti“.**

T. Ramanauskienė įsitikinusi, jog visuomenėje vyrauja negeros tendencijos: dar vis manoma, kad psichine liga sergantis žmogus bei jo artimieji yra tarsi „paženklinti“. Visuomenė tarsi nusistatė normas: atseit, kūno liga – normalu, tačiau psichikos liga – jau nebenormalu. Lyg ir gėda autobuse ar traukinyje atsisėsti šalia psichine liga sergančio žmogaus ar stabtelėti ir išklausti jį. Dažnai tokiems žmonėms pasakoma ir nemažai žeidžiančių žodžių.

Ši netikra gėda skaudina ir ligonio artimuosius, nes psichikos liga tarsi „meta dėmę“ ir jiems. Todėl dažnai šeimos nariai būna linkę slėpti ligą, vengia ieškoti medikų pagalbos arba išvis uždaro ligonį, atribodami jį nuo aplinkinių bei išorinio pasaulio.

Reikėtų mokyti visiems žmonėms priimti psichikos ligonius tokius, kokie jie yra, ir elgtis kaip su visais žmonėmis. T. Ramanauskienė teigė, jog psichinių ligonių teises

reglamentuoja ir įstatymai. Pagal Psichikos sveikatos priežiūros įstatymą psichine liga sergantis žmogus negali būti ignoruojamas ar diskriminuojamas. Prieš psichinio ligonio valią negalima apriboti jo teisių uždarant, jeigu jis nekelia pavojaus sau ar aplinkiniams.

Gydytojos žodžiais, tik tokiais atvejais, kai psichikos ligonis elgiasi agresyviai, grasina nusizudyti ar puola kitus, reikia jį per prievartą guldyti ant žemės ir kviesti greitąją pagalbą bei policiją.

„Pastebėjus, kad žmogus – psichinis ligonis, yra didelė problema jį atvesti pas gydytoją pirmąkart. Toks žmogus paprastai pats nenori kreiptis į gydytoją, o prievarta to padaryti negalima. Dažniausiai į psichiatrą kreipiasi artimieji: tuomet jie surašo raštą gydytojui apie ligonio būklę, o gydytojas sprendžia apie ligos eigą. Jeigu yra reikalinga, galima į namus nusiųsti socialinį darbuotoją, - pasakojo gydytoja. – Kreipiantis pakartotinai - nesutramdant ligonio ar paūmėjus jo ligai, situacija medikams jau būna žinoma: atvyksta socialinis darbuotojas arba greitoji, kuri sprendžia, kokia pagalba reikalinga ligoniui“. Į policijos akiratį patekusį psichikos ligonį gydytojams pristato patys pareigūnai.

„Visuomenėje dar gajus įsitikinimas, kad psichikos ligoniai yra agresyvūs ir pavojingi: pasigirsta kaltinimai, kad, neva, niekas nieko nedaro, tik laukia, kada atsitiks nelaimė, o tada jau skambina pavojaus varpais. Deja, šie tvirtinimai yra nepagrįsti: iš tikrųjų reikia bijoti ne psichikos ligonių, o tikrų chuliganų, vagių bei žudikų. Tarp stambius nusikaltimus

– plėšimus, žmogžudystes – įvykdžiusių asmenų psichikos ligonių tėra tik 0,1 proc. Tik vėliau, po įvykdytų nusikaltimų, iš nusikaltėlių yra padaromi, neva, psichikos ligoniai. Nusikaltėliai turi charakterio patologijos problemų, tačiau dažniausiai nėra ligoniai“, - tvirtino T.Ramanauskienė.

Gydytoja išsakė ir netikėtą mintį, kad nėra absoliučiai psichiškai sveikų žmonių: „Kiekvienas turime savų baimių, nerimo, charakterio nukrypimų. Nėra net įmanoma išvesti absoliučiai sveikos psichikos normos“.