



Slimību profilakses un kontroles centrs

## Psihiskā veselība

Psihiskā veselība ir nozīmīga un neatņemama vispārējās veselības komponente. Pasaules veselības organizācija veselību definē kā pilnīgu fizisku, garīgu (psihisku) un sociālu labklājību, nevis tikai stāvokli bez slimības vai fiziskiem trūkumiem. Savukārt specifiski psihiskā veselība ir labklājības stāvoklis, kad indivīds spēj īstenot savu potenciālu, tikt galā ar ikdienas stresu, produktīvi strādāt un dot ieguldījumu sabiedrībā. Laba indivīda un kopējā sabiedrības psihiskā veselība ir būtisks nosacījums stabilas, drošas un labklājīgas sabiedrības veidošanai.

Svarīgākie psihiskās veselības veicināšanas aspekti ir sabiedrības informētības palielināšana par ar psihisko veselību saistītiem jautājumiem, stigmas (aizspriedumu) mazināšana pret psihisku saslimšanu, palīdzības iespēju popularizēšana, pašnāvību profilakse, starpsektoru sadarbības veicināšana psihiskās veselības jomā u.c.

©SPKC 2016. Visas tiesības rezervētas.