

## Kampaň upozorní ženy v těhotenství a po porodu na pomoc při duševních obtížích

*6. 11. 2023, KLECANY – V České republice až každá pátá žena zažije v těhotenství nebo po porodu příznaky duševní nepohody, deprese nebo úzkosti. Zároveň až 75 % z nich nevyhledá žádnou pomoc. Odborníci z Centra perinatálního duševního zdraví Národního ústavu duševního zdraví (NUDZ) proto připravili unikátní screeningový program, který pomáhá včas zachytit možné potíže a odkázat ženu na vhodnou formu pomoci. Tento týden startuje osvětová kampaň, která ženy na možnost screeningu upozorní.*

Screening projektu Perinatal aktuálně probíhá ve 22 porodnicích, což je přibližně čtvrtina všech porodnic v ČR. „Naším cílem samozřejmě je, aby tento screening, který je pro ženy zcela zdarma, nabízely všechny porodnice v Česku a zároveň aby si o něj ženy mohly požádat u svého gynekologa,“ popisuje vedoucí Centra perinatálního duševního zdraví NUDZ Antonín Šebela. Forma screeningu byla již otestována napříč republikou a výsledky budou představeny na chystané konferenci Perinatální duševní zdraví, která se koná 24. listopadu v Praze. O možnosti preventivního screeningu má informovat mediální kampaň, která startuje tento týden na vybraných rádiích a v on-line prostoru.

### Včasná pomoc šetří stovky hodin trápení

„Cílem kampaně je informovat o tom, že obtíže mohou nastat, ale když se je podaří včas podchytit, dají se velmi úspěšně řešit. Kampaň cílí jak na ženy, které zakládají rodinu nebo o jejím založení přemýšlí, tak na jejich okolí, které může být ženě v tomto náročném období velkou oporou. Zároveň má ženy motivovat, aby se nebály požádat o screening u svého gynekologa či v porodnici. V případě, že jejich lékař dosud do projektu Perinatal.cz zapojen není, stačí, když kontaktuje naše centrum. Poskytování této služby je jednoduché, zdarma, a vyžaduje jen informovat ženu a nabídnout jí možnost vyplnit krátký dotazník, a to např. na tabletu nebo pod internetovým odkazem. Ten automaticky vyhodnotí riziko rozvoje duševních obtíží a nabídne ženě možnost relevantní pomoci,“ popisuje výzkumnice Centra Kristýna Hrdličková.

Pro projekt Perinatal je tato forma kampaně pilotní a použité mediatypy a formáty mají oslovit zejména ženy v perinatálním období a jejich blízké. Spoty, které mohou lidé zhlédnout v on-line prostoru a zaslechnout ve vybraných rádiích, přibližují, jak se může cítit žena, která v perinatálním období zažívá duševní nepohodu. Ústředním motivem je sdělení, že včasná pomoc šetří stovky hodin trápení. Pro rádia byl vybrán inovativní formát s větší stopáží. Kampaň v rádiích potrvá dva týdny, v on-line prostoru do poloviny prosince.

### Perinatální duševní zdraví získává větší pozornost

„Téma duševního zdraví obecně bylo dlouho opomíjeno a teprve postupně získává pozornost, kterou si zaslouží. Perinatální duševní zdraví je oblastí, o jejíž specifikách toho dost nevěděla ani řada odborníků v péči o duševní zdraví. S narůstajícími snahami o osvětu, lepším přístupem k zdrojům i změnami ve společenském vnímání problému se tato situace postupně lepší, ale stále máme před sebou dlouhou cestu. Společenské vnímání duševní pohody v těhotenství a po porodu bohužel stále staví na řadě mýtů, pomoc není vždy dostupná a odborníků, kteří by se tématu perinatálního duševního zdraví aktivně věnovali, není dostatek. Naše poznatky ze screeningů a následné podpory potvrzují, že včasná pomoc je velmi efektivní a má pozitivní dopad na duševní zdraví a psychosociální pohodu ženy. Výsledky aktuálně připravujeme k publikaci ve vědeckých časopisech a představíme je právě na chystané konferenci,“ uzavírá Kristýna Hrdličková. Projekt Perinatal.cz je financován z Fondů EHP.

**Pro další informace prosím kontaktujte:**

Mgr. Jan Červenka

tiskový mluvčí

E-mail: [jan.cervenka@nudz.cz](mailto:jan.cervenka@nudz.cz)

Telefon: +420 774 851 335