Léčit depresi lze i online. Kapacity jsou stále volné, hlásí odborníci

30.4.2024 - | PROTEXT

V posledních několika letech ZP MV ČR upozorňuje, že náklady na léčbu úzkostných stavů vzrostly o téměř 40 procent, zvýšil se také počet klientů, kteří se s depresí a úzkostmi u ambulantních specialistů léčí, nebo jsou hospitalizováni, anebo opakovaně čerpají lázeňskou léčebně rehabilitační péči.

„Zatímco v roce 2020 činily náklady na léčbu pacientů s úzkostnými stavy 120 187 760 korun, v roce 2023 pojišťovna vydala 197 624 836 korun,“ uvádí Jana Schillerová, mluvčí Zdravotní pojišťovny ministerstva vnitra ČR.

„Řada lidí říká, že má „depku“, ale často se jedná pouze o horší náladu, která nutně nemusí znamenat vážnější depresi. Abychom mohli mluvit o klinické depresi, tedy depresi, která vyžaduje odbornou intervenci, musí depresivní příznaky trvat alespoň 14 dnů většinu času dne,“ upozorňuje Ján Praško, psychiatr a psychoterapeut z Centra duševní rehabilitace v Berouně.

Zhoršená dostupnost odborníků

V ČR ale dlouhodobě chybí odborníci v oblasti duševního zdraví, zejména psychiatři a kliničtí psychologové. Ti současní stárnou a jejich kapacity jsou přeplněné. Průměrný věk klinických psychologů je u nás 54 let, nejvíc psychologů starších 65 let je v Královehradeckém a Jihočeském kraji.

„Loni naše pojišťovna řešila 524 podnětů na nedostupnost psychiatrické péče, v roce 2022 to bylo 186 podnětů. Více než polovina se týkala pomoci s hledáním psychiatra pro dospělé i děti. Nejvíce jich přišlo z Ústeckého kraje a hlavního města Prahy,“ dodává mluvčí Jana Schillerová.

Pomoci může online psychoterapie

Velkou pomocí při chronické léčbě deprese, úzkostných stavů nebo syndromu vyhoření může být online terapie. Vhodná je pro pacienty s již potvrzenou diagnózou, kteří mohou být pod dohledem odborníků z pohodlí svého domova. Zároveň při ní odpadá problém s dostupností klinického psychologa nebo psychoterapeuta.

„Ve světě jsou distanční on-line programy velmi rozšířené. Vhodné jsou zejména pro pacienty s mírnou a středně těžkou formou deprese nebo úzkostné poruchy. Pacient se v tomto případě učí sám se svými příznaky a problémy zacházet,“ dodává Ján Praško, spoluautor digitální terapeutické platformy Mindwell.

ZP MV ČR na podporu duševního zdraví přispívá z fondu prevence dětem i dospělým až 4000 korun na 10 sezení u psychoterapeuta. Příspěvek lze využít na služby psychoterapeutů, a to jak na individuální, tak na párové, rodinné nebo skupinové konzultace. Od letošního roku pojišťovna dále rozšířila seznam odborníků, na které se mohou pojištěnci obrátit.

Nově je možné příspěvek čerpat na psychoterapii, poskytovanou členy České psychoterapeutické společnosti, tedy nad rámec zdravotní péče poskytované u poskytovatelů zdravotních služeb.

Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR *je s více než 1,3 milionu klientů druhou největší*

zdravotní pojišťovnou v zemi. Na českém trhu působí už od roku 1992 a má smlouvy se všemi významnými zdravotnickými zařízeními. Pojišťovna získala ocenění Finančně nejzdravější zdravotní pojišťovna v zemi, a to pro rok 2020 i 2021.

https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/lecit-depresi-lze-i-online-kapacity-jsou-stale-volne-hlasi-odbornici/2512769