

Duševní zdraví seniorů v ČR

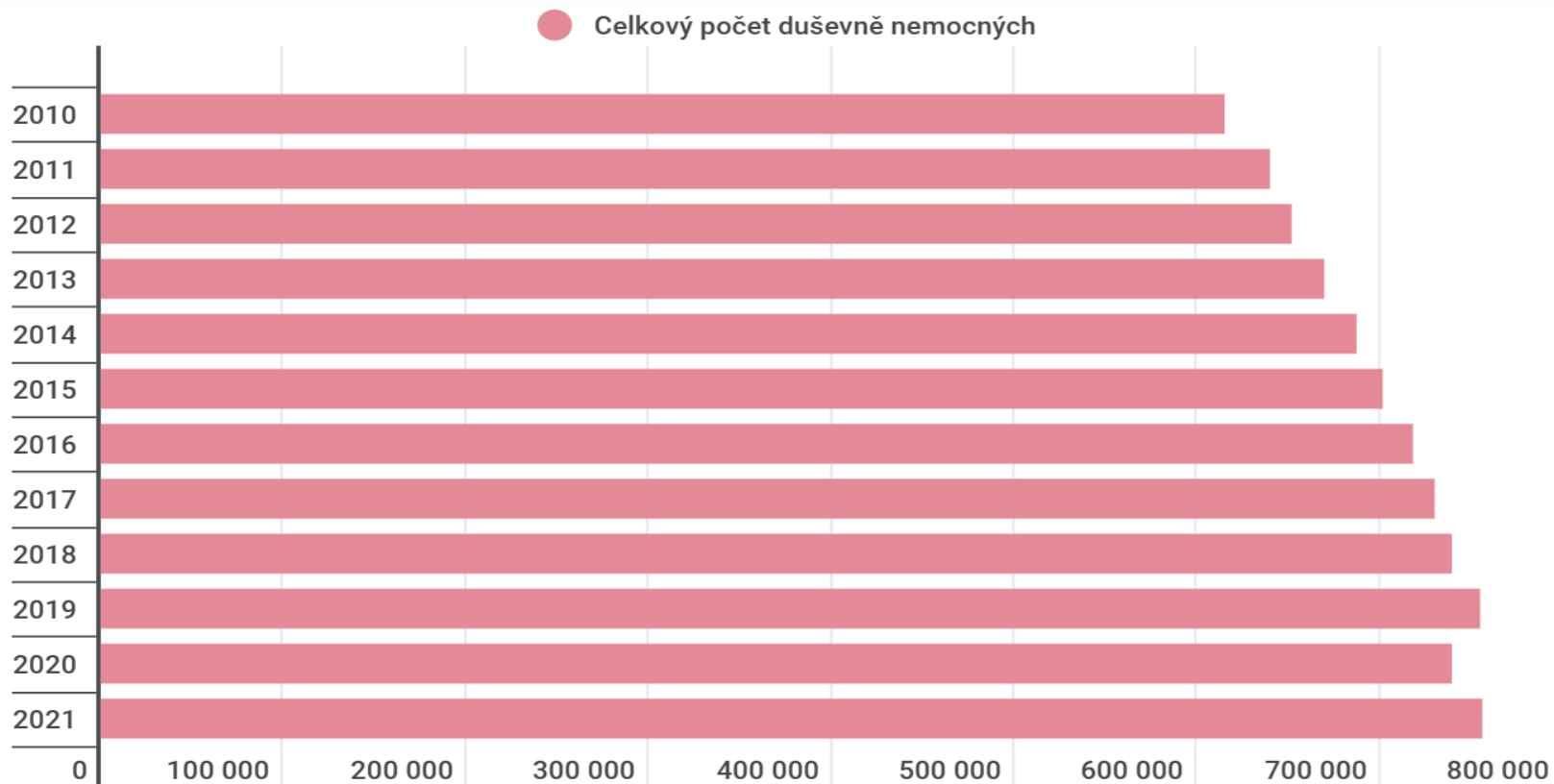
Mgr. Klára Gramppová Janečková
Linka seniorů, Elpida o.p.s.



Senioři v populaci

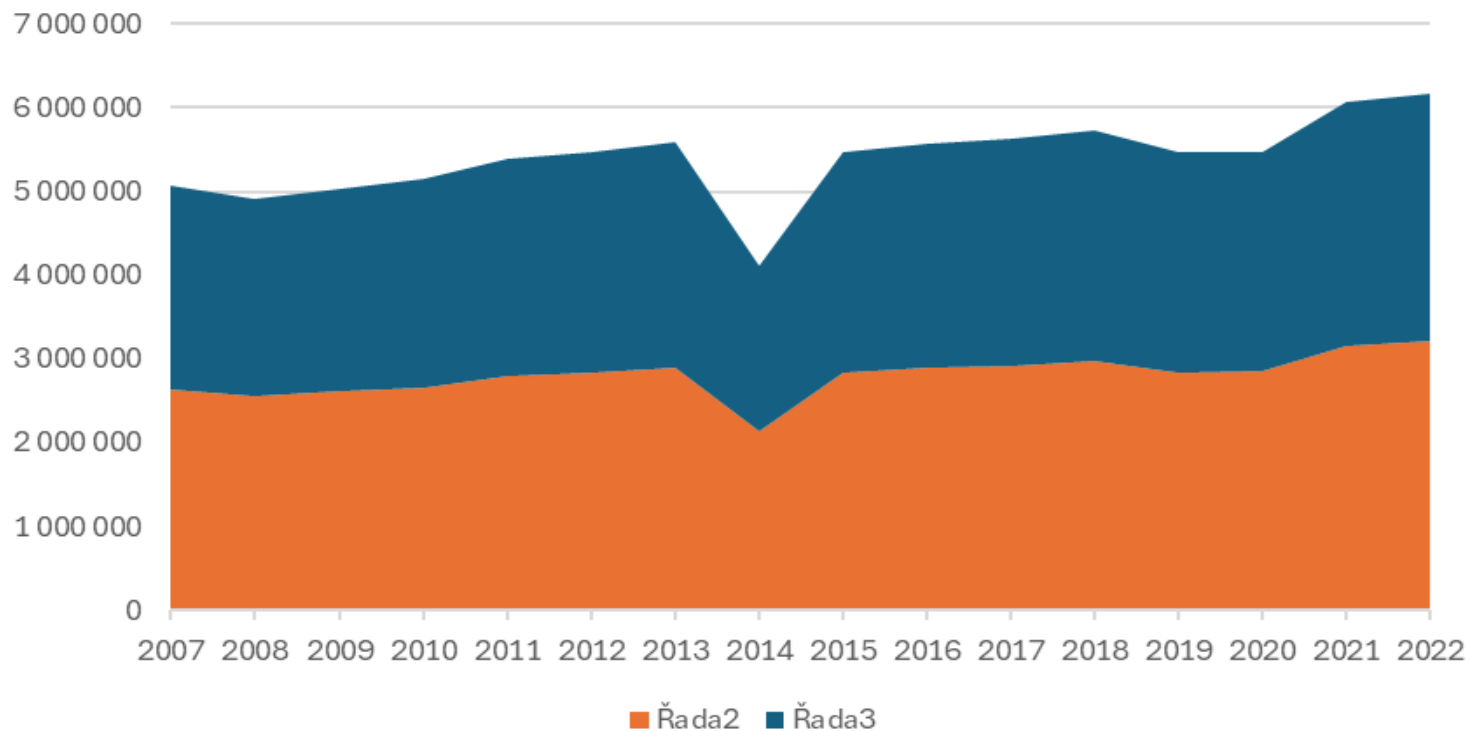
- **Aktuální stav:** obyvatelé ve věku 65 a více let tvoří cca 22 % populace České republiky.
- **Dlouhodobá projekce:** Do roku 2050 se předpokládá nárůst počtu seniorů na 3 miliony, tedy téměř 30 % populace. [Ministerstvo práce a sociálních věcí](#)





Zdroj: NZIP

Absolutní počty pacientů v oboru psychiatrie



Zdroj: NZIP

DUŠEVNÍ ZDRAVÍ V ČR

- **Roste počet pacientů, kteří vyžadují psychiatrickou péči, hlavně u dětí a mladistvých a u seniorů.**
- **Velký nárůst je vidět u neurotických, stresových a takzvaných somatoformních poruch**, kdy psychické potíže způsobují opakovaná fyzická onemocnění různého druhu. Tvoří téměř 40 procent pacientů.
- **Sebevraždu spáchají v Česku každý den přibližně čtyři lidé.**
- **Lidé s vážným duševním onemocněním často žijí v chudobě**, dožívají se nižšího věku, častěji zneužívají alkohol a jiné návykové látky.
- **Běžná populace má v oblasti duševního zdraví malé znalosti** a duševně nemocné lidi vnímá negativně. Řada lidí proto svou nemoc skrývá a nechce vyhledat odbornou pomoc, což snižuje šance na zotavení.

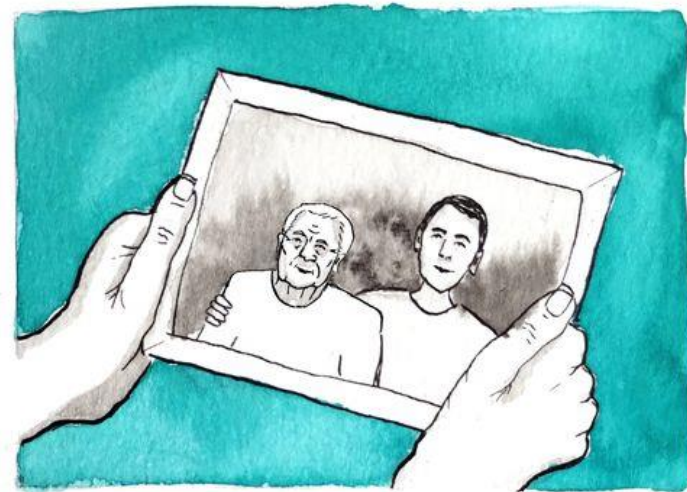
Zdroj: Národní akční plán pro duševní zdraví 2020–2030

DUŠEVNÍ ONEMOCNĚNÍ VE VYŠŠÍM VĚKU

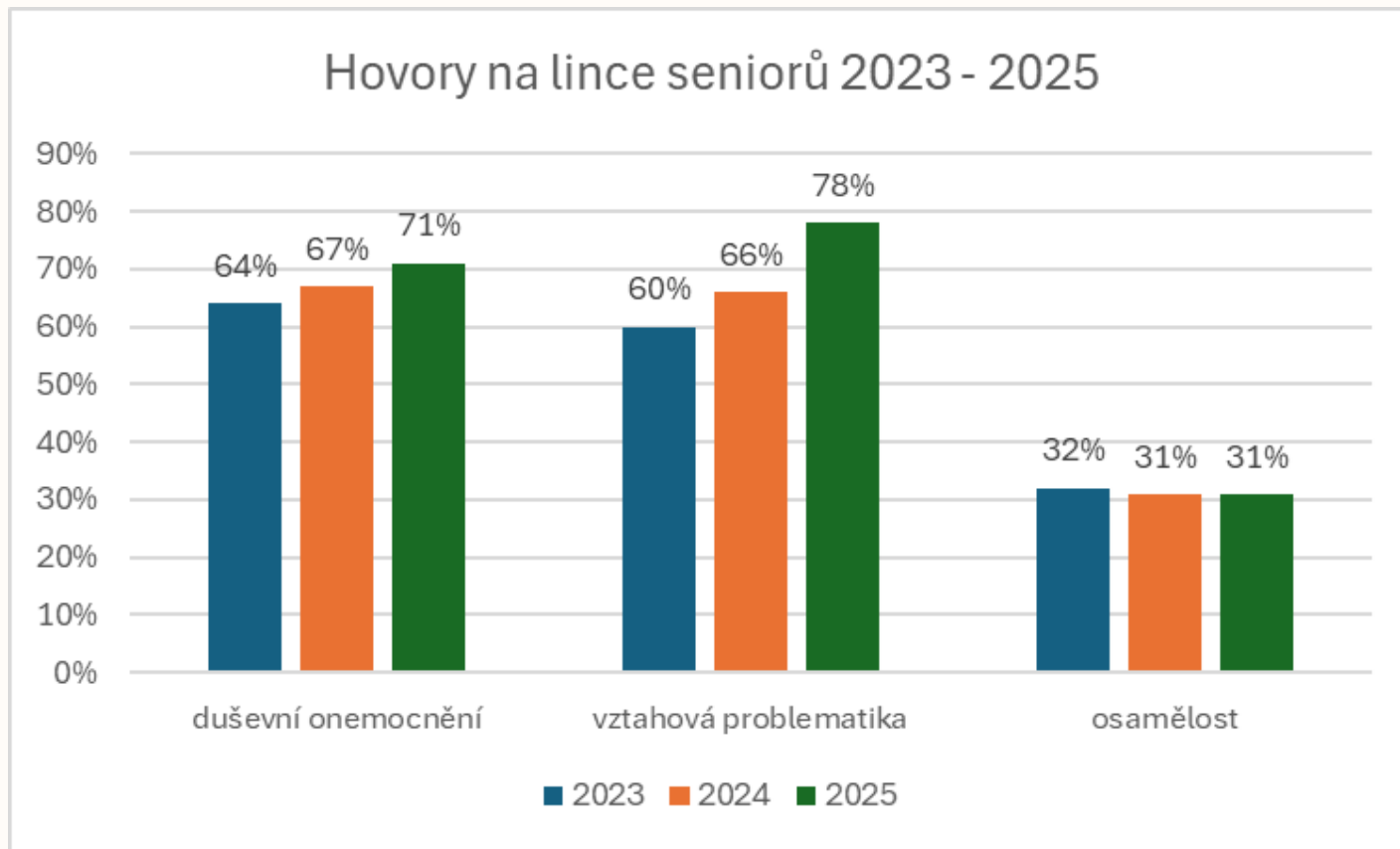
- **Deprese: 6% populace nad 65 let.** Depresivní příznaky, které nesplňují všechna diagnostická kritéria pro depresivní fázi, ale přesto negativně ovlivňují kvalitu života, se vyskytují u **20 až 30 % seniorů**.
- **Demence:** V populaci nad 65 let trpí demencí přibližně **10 % osob**. Výskyt demence se s věkem zvyšuje; ve věku 65 let je postiženo 5 % obyvatel, přičemž každých dalších 5 let se prevalence zdvojnásobuje. **Ve věku 80 let dosahuje 25–30 %**
- **Úzkostné poruchy: 10 % populace nad 65 let**

LINKA SENIORŮ

- **Anonymní a bezplatná** služba distanční krizové pomoci
- Od roku 2001
- **Registrovaná sociální služba**
- **21000 volajících ročně** z celé ČR
- **Poskytuje krizovou intervenci a krizovou stabilizaci**
- **Preventivní služba** - pomáhá klientům např. zůstat v domácím prostředí
- **Psychologové a sociální pracovníci**

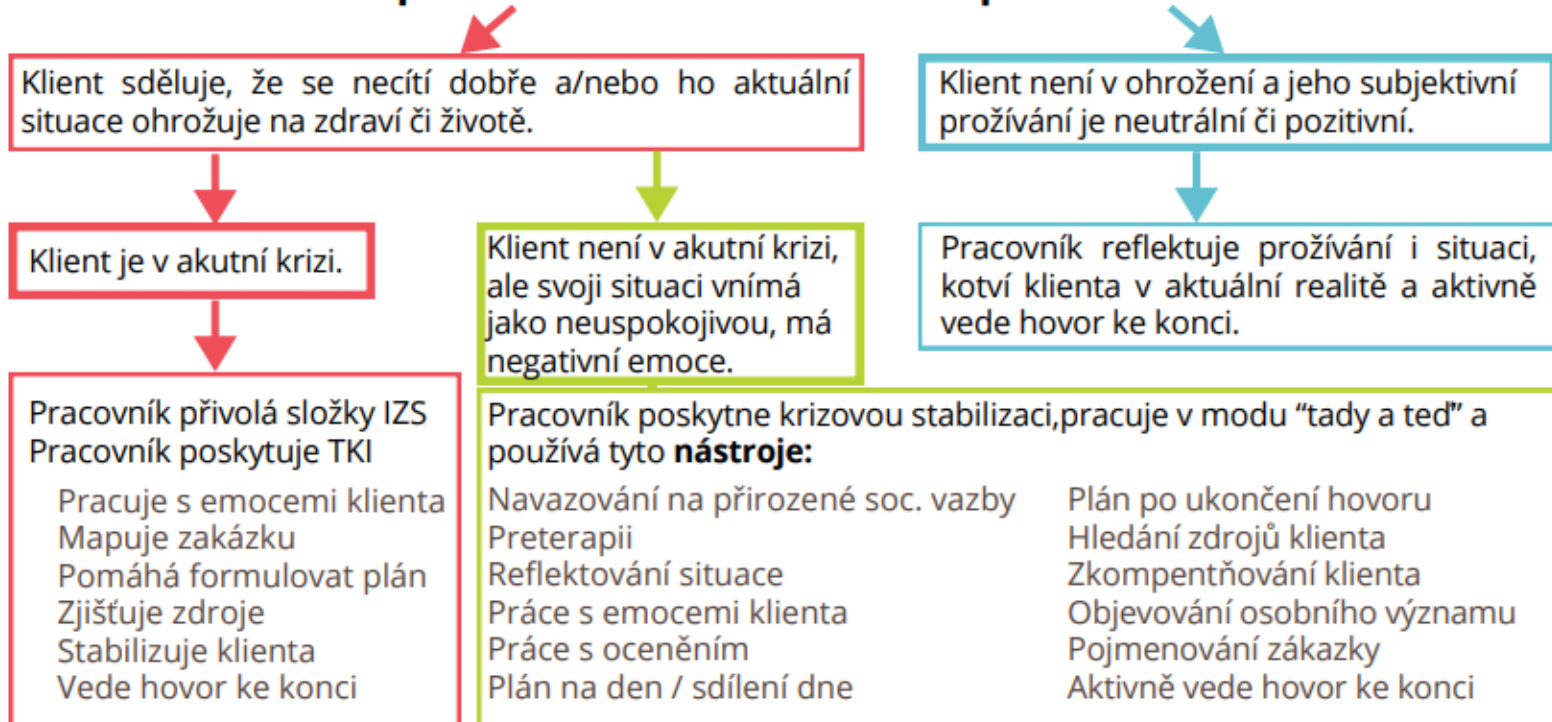


PROBLEMATIKA HOVORŮ NA LINCE SENIORŮ



Práce na krizové lince Linka seniorů

Mapování situace a aktuálního prožívání klienta



SUICIDÁLNÍ PROBLEMATIKA

Český statistický úřad (ČSÚ): Podle infografiky ČSÚ z roku 2023 tvořili senioři ve věku 65 let a více přibližně 30 % všech sebevražd v České republice.

V období 2017–2021 byla sebevražednost u mužů i žen nejvyšší ve věku 55–59 let

Národní ústav duševního zdraví (NUDZ): Podle zprávy NUDZ z roku 2023 bylo z celkového počtu 1 302 sebevražd v České republice 309 spácháno osobami staršími 70 let.

PROČ SENIOŘI NEDOSTATEČNĚ VYUŽÍVAJÍ POMOCI V OBLASTI DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

VNITŘNÍ PŘEKÁŽKY

Přesvědčení, že deprese a
úzkosti ke stárnutí patří
Touha pomoci si sám
Stigma
Nedostatečná motivace

VNĚJŠÍ PŘEKÁŽKY

Finanční náklady
Dostupnost
Mobilita
Nedostatek odborníků
Kvalita služeb

PŘEKÁŽKY U ODBORNÍKŮ NA DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Ageismus – koncept stárnutí se
ztrátovým deficitem
V seniorském věku nelze
prostřednictvím psychoterapie
dosáhnout významné změny.



CENTRUM PRO STUDIUM
DLOUHOVĚKOSTI
A DLOUHODOBÉ PÉČE
Fakulta humanitních studií UK

PROČ SENIOŘI NEDOSTATEČNĚ VYUŽÍVAJÍ POMOCI V OBLASTI DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ

- 84 %** seniorů neví, kde a jak hledat psychickou pomoc
- 66 %** seniorů touží pomoci si sám, psychoterapie je zbytečná
- 89 %** **seniorů by využilo psychoterapii, pokud by jim ji doporučil praktický lékař**
- 66 %** seniorů má strach odhalit své osobní problémy
- 57 %** seniorů se bojí, že budou označeni na blázny

*dle výzkumu u lidí 60+ (1224 respondentů)



CENTRUM PRO STUDIUM
DLOUHOVĚKOSTI
A DLOUHODOBÉ PÉČE
Fakulta humanitních studií UK

VĚNUJEME SE SPOLEČNĚ TÉMATU DUŠEVNÍ ZDRAVÍ SENIORŮ



*Prevence formou dostupné
psychoterapie, vzdělávání a besed*



*Linka krizové pomoci seniorům
a prevence sebevražd*



CENTRUM PRO STUDIUM
DLOUHOVĚKOSTI
A DLOUHODOBÉ PÉČE
Fakulta humanitních studií UK

*Oblast výzkumu a studia
dlouhověkosti*



*Poskytovatel zdravotnických
a sociálních služeb*

CÍLE A PODNĚTY

- Nadále zvyšovat povědomí o duševním zdraví i ve vyšším věku
- Pokračování v destigmatizaci
- Podpora aktivního života a aktivního stárnutí
- Nástroj pro praktické lékaře - směřování pacientů na další odbornou pomoc
- Posílení kompetencí praktických lékařů, např. social prescribing

