



Πρόεδρος
Κ. Σουμάκης
Αντιπρόεδρος
Α. Σαραντάκη
Γ. Γραμματέας
Δ. Ράλλης
Ταμίας
Μ. Καλατζή
Μέλη
Ε. Αυδή
Κ. Καπετανίου
Π. Τατσιοπούλου

President
K. Soumakis
Vice President
A. Sarantaki
G. Secretary
D. Rallis
Treasurer
M. Kalatzi
Members
E. Avdi
K. Karpetaniou
P. Tatsiouroulou

**Ελληνική
Εταιρεία για την
Ψυχική Υγεία
των Βρεφών**

Μαιάνδρου 23, 115
28 Αθήνα

Email:
info@waimhgreece.org.gr

Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας της Μητέρας

«Φροντίζοντας τις μητέρες, φροντίζουμε τα βρέφη»

Η Ελληνική Εταιρεία για την Ψυχική Υγεία των Βρεφών (ΕΕΨΥΒ), με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας της Μητέρας, επισημαίνει τη σημασία της περιγεννητικής ψυχικής υγείας ως θεμελιώδους πυλώνα για την ευημερία της μητέρας, του βρέφους και της οικογένειας ως σύνολο.

Σύμφωνα με διεθνή δεδομένα, έως και **1 στις 5 γυναίκες** εμφανίζει κάποια μορφή περιγεννητικής διαταραχής της διάθεσης ή άγχους (PMADs), κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης ή μέσα στον πρώτο χρόνο μετά τον τοκετό. Ωστόσο, η πλειονότητα των περιστατικών παραμένει **αδιάγνωστη και χωρίς θεραπεία**, με σημαντικές και μακροχρόνιες επιπτώσεις τόσο για τη μητέρα όσο και για το παιδί .

Η περιγεννητική ψυχική υγεία:

- αφορά γυναίκες όλων των ηλικιών, κοινωνικών τάξεων και πολιτισμικών υποβάθρων,
- επηρεάζει όχι μόνο τη μητέρα, αλλά και ολόκληρη την οικογένεια,
- συνδέεται άμεσα με την ψυχοσυναισθηματική και γνωστική ανάπτυξη του παιδιού,
- και αποτελεί βασικό παράγοντα για τη δημόσια υγεία και τη μακροπρόθεσμη κοινωνική ευημερία.

Ιδιαίτερα ανησυχητικό είναι ότι περίπου **7 στις 10 γυναίκες αποκρύπτουν ή υποβαθμίζουν τα συμπτώματά τους**, λόγω στίγματος, φόβου ή έλλειψης ενημέρωσης, ενώ η ψυχική επιβάρυνση επεκτείνεται και στους πατέρες, με περίπου **1 στους 10** να εμφανίζει συμπτώματα κατάθλιψης την ίδια περίοδο .

Παράλληλα, γεγονότα όπως:

- η απώλεια της κύησης,
- ο πρόωρος τοκετός,
- ή η νοσηλεία του νεογνού σε Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας, εντείνουν σημαντικά την ψυχική επιβάρυνση της μητέρας και απαιτούν εξειδικευμένη υποστήριξη.

Η Ελληνική Εταιρεία για την Ψυχική Υγεία των Βρεφών τονίζει ότι:
Δεν υπάρχει υγεία χωρίς ψυχική υγεία.



Η έγκαιρη αναγνώριση, η κατάλληλη φροντίδα και η μείωση του στίγματος αποτελούν βασικές προϋποθέσεις για την υποστήριξη των μητέρων και τη διασφάλιση ενός υγιούς ξεκινήματος για τα παιδιά.

Επίλογος – Κάλεσμα Δράσης

Στην Ελλάδα, η περιγεννητική ψυχική υγεία εξακολουθεί να μην έχει ενταχθεί στις πολιτικές δημόσιας υγείας και στις υπηρεσίες πρωτοβάθμιας φροντίδας.

Η Ελληνική Εταιρεία για την Ψυχική Υγεία των Βρεφών καλεί:

- την Πολιτεία να αναγνωρίσει θεσμικά τη σημασία της περιγεννητικής ψυχικής υγείας,
- τους επαγγελματίες υγείας να ενισχύσουν την έγκαιρη ανίχνευση και παρέμβαση,
- και τις επιστημονικές εταιρείες όμορων πεδίων να συνεργαστούν ενεργά για την ανάπτυξη ολοκληρωμένων υπηρεσιών φροντίδας.

Η επένδυση στην ψυχική υγεία της μητέρας είναι επένδυση στο μέλλον της κοινωνίας

Το ΔΣ της Ελληνικής Εταιρείας για την Ψυχική Υγεία των Βρεφών

Για το Διοικητικό Συμβούλιο

Ο Πρόεδρος

Κ. Σουμάκης
MD, PhD
Μαιευτήρας – Γυναικολόγος,
Διευθυντής Μ/Γ ΕΣΥ
ΓΝΕ “Θριάσιο”

Ο Γεν. Γραμματέας

Δ. Ράλλης
MD, PhD
Επ. Καθηγητής Παιδιατρικής –
Νεογνολογίας ΑΠΘ
ΓΝ Παπαγεωργίου



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ
ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΤΩΝ ΒΡΕΦΩΝ

Hellenic Society for Infant Mental Health, affiliated to WAIMH
Société Hélienne pour la Santé Mentale du Nourrisson, affiliée à WAIMH

