



ΑΡΧΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας – 10 Οκτωβρίου 2026

Μήνυμα του Προέδρου της ΑΑΕΚ, Δρ. Χρίστου Μηνά

Ψυχική υγεία και εξαρτήσεις: ο άνθρωπος στο επίκεντρο της φροντίδας

Η ψυχική υγεία αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της συνολικής υγείας και ευημερίας του ανθρώπου. Οι δυσκολίες ψυχικής υγείας και οι εξαρτήσεις συχνά συνυπάρχουν και αλληλεπιδρούν, δημιουργώντας σύνθετες ανάγκες που απαιτούν συντονισμένη, ολοκληρωμένη και ανθρωποκεντρική αντιμετώπιση.

Με αφορμή την **Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας**, η Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου (ΑΑΕΚ) αναδεικνύει τη σημασία της ισότιμης πρόσβασης σε ποιοτικές υπηρεσίες, της καταπολέμησης του στίγματος και, κυρίως, της παροχής φροντίδας που ανταποκρίνεται στις πραγματικές και συχνά σύνθετες ανάγκες του κάθε ανθρώπου.

Η φετινή εκστρατεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, με μήνυμα **«Lived experiences heard: real voices, real change»**, θέτει στο επίκεντρο τη φωνή των ανθρώπων με βιωμένη εμπειρία. Η ουσιαστική συμμετοχή τους στη διαμόρφωση πολιτικών και υπηρεσιών μπορεί να συμβάλει στη δημιουργία ενός συστήματος φροντίδας περισσότερο προσβάσιμου, συμπεριληπτικού και προσανατολισμένου στις ανάγκες των ανθρώπων.

Η κατεύθυνση αυτή βρίσκεται και στον πυρήνα της **Εθνικής Στρατηγικής για την Ψυχική Υγεία 2025–2028**, στην εκπόνηση της οποίας συμμετείχε και η ΑΑΕΚ. Η Στρατηγική προτάσσει την ολιστική, ανθρωποκεντρική και προσιτή φροντίδα, τη συνεργασία μεταξύ υπηρεσιών και φορέων και τη συμμετοχή των ατόμων με βιωματική εμπειρία. Παράλληλα, αναγνωρίζει τη σημαντική συννοσηρότητα μεταξύ των ψυχικών διαταραχών και των διαταραχών που σχετίζονται με τη χρήση ουσιών.

Ψυχική υγεία και εξαρτήσεις: ανάγκη για ολοκληρωμένη φροντίδα

Για την ΑΑΕΚ, η **συννοσηρότητα** αποτελεί σημαντική πρόκληση στον τομέα της θεραπείας. Η συνύπαρξη διαταραχών ψυχικής υγείας και διαταραχών που σχετίζονται με τη χρήση ουσιών μπορεί να δημιουργήσει αυξημένες και σύνθετες ανάγκες φροντίδας. Η αποτελεσματική αντιμετώπισή τους απαιτεί τη μετάβαση από αποσπασματικές προσεγγίσεις σε ένα μοντέλο στο οποίο οι ανάγκες του ατόμου αντιμετωπίζονται συνολικά, μέσα από τη συνεργασία των αρμόδιων υπηρεσιών.

Η κατεύθυνση αυτή αποτελεί σταθερή προτεραιότητα για την ΑΑΕΚ. Στο πλαίσιο της διεθνούς πρωτοβουλίας **Pledge4Action** της Επιτροπής των Ηνωμένων Εθνών για τα Ναρκωτικά (Commission on Narcotic Drugs), η Κύπρος ανέλαβε τη δέσμευση για ενίσχυση των θεραπευτικών υπηρεσιών για άτομα με συνυπάρχουσες διαταραχές, με απώτερο στόχο την ανάπτυξη εξειδικευμένης φροντίδας για τη συννοσηρότητα.

Σημαντικό βήμα προς αυτή την κατεύθυνση αποτελεί η λειτουργία του **Προγράμματος Εντατικής Θεραπείας Εξαρτήσεων «ΑΧΙΛΛΕΙΟΝ» στην επαρχία Αμμοχώστου**, το οποίο παρέχει υπηρεσίες σε παγκύπρια βάση σε ενήλικα άτομα που αντιμετωπίζουν προβλήματα εξάρτησης από νόμιμες ή παράνομες ουσίες. Το Πρόγραμμα παρέχει ατομικές και ομαδικές θεραπευτικές παρεμβάσεις με στόχο την ψυχολογική απεξάρτηση και την κοινωνική επανένταξη, ενισχύοντας τις διαθέσιμες θεραπευτικές επιλογές σε εθνικό επίπεδο.

Η προσπάθεια αυτή αποτελεί μέρος μιας ευρύτερης πορείας προς την **ολοκληρωμένη αντιμετώπιση της συννοσηρότητας**, με μακροπρόθεσμο στόχο τη δημιουργία εξειδικευμένης Κλινικής Συννοσηρότητας και την περαιτέρω ενίσχυση της συνέχειας και του συντονισμού της φροντίδας.

Από τη φωνή στην ουσιαστική συμμετοχή

Η βελτίωση των υπηρεσιών, ωστόσο, δεν αφορά μόνο την ανάπτυξη νέων θεραπευτικών επιλογών. Αφορά και τον τρόπο με τον οποίο σχεδιάζουμε τη φροντίδα και αντιμετωπίζουμε τους ανθρώπους που χρειάζονται στήριξη. Το στίγμα που εξακολουθεί να συνοδεύει τόσο τις ψυχικές διαταραχές όσο και τις εξαρτήσεις μπορεί να λειτουργήσει ως εμπόδιο στην αναζήτηση βοήθειας, στην πρόσβαση στη θεραπεία και στην κοινωνική επανένταξη.

Το φετινό μήνυμα της Παγκόσμιας Ημέρας Ψυχικής Υγείας μάς υπενθυμίζει ότι η βιωμένη εμπειρία αποτελεί σημαντική πηγή γνώσης. Η φωνή των ανθρώπων που χρησιμοποιούν τις υπηρεσίες και των οικογενειών τους μπορεί να συμβάλει ουσιαστικά στη βελτίωση της ποιότητας, της προσβασιμότητας και της ανταπόκρισης των υπηρεσιών στις πραγματικές ανάγκες τους.

Η ΑΑΕΚ παραμένει προσηλωμένη στην προώθηση μιας προσέγγισης που αντιμετωπίζει τις εξαρτήσεις και τις συνυπάρχουσες διαταραχές με **επιστημονική τεκμηρίωση, σεβασμό στην αξιοπρέπεια και τα δικαιώματα, συνεργασία μεταξύ των υπηρεσιών και επίκεντρο τον ίδιο τον άνθρωπο.**

Η αποτελεσματική αντιμετώπιση της ψυχικής υγείας και των εξαρτήσεων απαιτεί ένα σύστημα φροντίδας που δεν αντιμετωπίζει τις ανάγκες του ανθρώπου αποσπασματικά. Ένα σύστημα που ακούει, συνεργάζεται και ανταποκρίνεται στο σύνολο των αναγκών του, διασφαλίζοντας πρόσβαση σε ποιοτική, ολοκληρωμένη και ανθρωποκεντρική φροντίδα.