

**SỞ Y TẾ HƯNG YÊN
TRUNG TÂM KIỂM SOÁT BỆNH TẬT**

Số: 146 /CV-KSBT
V/v truyền thông nhân Ngày sức khỏe
Tâm thần thế giới (10/10).

**CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc**

Hưng Yên, ngày 30 tháng 9 năm 2025

Kính gửi:

- Các cơ sở y tế trên địa bàn tỉnh;
- UBND xã/phường.

Theo sáng kiến của Liên đoàn Sức khỏe Tâm thần Thế giới, ngày 10/10/1992 một sự kiện diễn ra trên toàn cầu, ngày Sức khỏe Tâm thần thế giới lần đầu tiên được tổ chức với mục đích giáo dục, nâng cao nhận thức và ủng hộ sự nghiệp chăm sóc sức khỏe tâm thần. Từ đó, ngày 10/10 hàng năm được lấy làm ngày Sức khỏe Tâm thần thế giới (WMHD – World Mental Health Day).

Chủ đề ngày Tâm thần thế giới năm nay được chọn để phát động là: "Tiếp cận dịch vụ chăm sóc Sức khỏe Tâm thần trong thảm họa và tình huống khẩn cấp". Chủ đề nhấn mạnh vào tầm quan trọng của việc chăm sóc sức khỏe tâm thần trong các thảm họa thiên nhiên như bão, lũ lụt, sóng thần, động đất,... hay các tình huống khẩn cấp như xung đột, chiến tranh, tai nạn,...

Thực hiện Công văn số 437/CV-BV ngày 29/9/2025 của Bệnh viện Tâm thần Trung ương 2 về việc truyền thông giáo dục sức khỏe nhân ngày Sức khỏe tâm thần thế giới. Trung tâm Kiểm soát bệnh tật Hưng Yên kính đề nghị các cơ sở y tế trên địa bàn tỉnh, UBND các xã/phường chỉ đạo các tổ truyền thông triển khai tổ chức các hoạt động tuyên truyền như treo băng rôn, khẩu hiệu tuyên truyền, tư vấn sức khỏe tâm thần cho người dân, tổ chức mít tinh, tọa đàm, lồng ghép các hoạt động truyền thông sức khỏe khác,... nhằm hưởng ứng ngày Sức khỏe Tâm thần Thế giới (10/10), đảm bảo hiệu quả và phù hợp với tình hình thực tiễn địa phương (*Tài liệu tham khảo phục vụ công tác truyền thông đính kèm công văn*).

Xin trân trọng cảm ơn!

Nơi nhận:

- Như trên;
- Viện TTTW2 (để b/c);
- Sở Y tế (để b/c);
- Lãnh đạo TT;
- Khoa/phòng: KH-NV, PKĐK, TTGDSK;
- Lưu: VT, TTGDSK.



Nguyễn Anh Đức

CHỦ ĐỀ NGÀY SỨC KHỎE TÂM THẦN THẾ GIỚI 10/10/2025:

(Ban hành theo CV số 437/CV-BV ngày 29/9/2025 của Bệnh viện Tâm thần TƯ 2)

“Tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần trong thảm họa và tình huống khẩn cấp”

Chủ đề này dường như rất phù hợp với tình hình toàn cầu hiện nay, ngày càng có nhiều thảm họa và tình huống khẩn cấp xảy ra. Những thảm họa và tình huống khẩn cấp này ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của con người như thế nào? Liệu có đủ khả năng tiếp cận các dịch vụ để duy trì, nếu không muốn nói là cải thiện, sức khỏe tâm thần hay không?

❖ Hàng triệu người trên toàn thế giới đã và đang bị ảnh hưởng bởi thảm họa và tình trạng khẩn cấp.

❖ Gần một phần ba số người bị ảnh hưởng bởi thảm họa có thể phải chịu những hậu quả nặng nề trong bối cảnh sức khỏe tâm thần.

❖ Các rối loạn sức khỏe tâm thần do thảm họa và tình trạng khẩn cấp gây ra đòi hỏi kỹ năng, kiến thức và năng lực đặc biệt của các chuyên gia.

❖ Các hướng dẫn và báo cáo quốc tế khuyến nghị nhiều hoạt động, hình thức hỗ trợ và hành động khác nhau để cung cấp hỗ trợ sức khỏe tâm thần và tâm lý xã hội (MHPSS) trong các trường hợp khẩn cấp.

❖ Hỗ trợ sức khỏe tâm thần trong các trường hợp khẩn cấp đòi hỏi "một sự xem xét lại toàn diện" của các chuyên gia và những người khác.

❖ Tác động của các trường hợp khẩn cấp và thảm họa rất đa dạng và phức tạp. Đối với những người bị ảnh hưởng và đối với những người hỗ trợ được triển khai.

❖ Chủ đề năm nay cũng nhằm nhấn mạnh rằng đây là những lĩnh vực mà các rối loạn sức khỏe tâm thần có thể xảy ra thường xuyên hơn, rằng nhiều người trong số những người bị ảnh hưởng này cần được hỗ trợ sức khỏe tâm thần chuyên nghiệp, và sự hỗ trợ cần thiết phải đến được với họ.

❖ Việc thường xuyên tiếp xúc với chấn thương, cùng với áp lực phải hỗ trợ trong những điều kiện khắc nghiệt và đầy thách thức, có thể gây gánh nặng to lớn cho sức khỏe tâm thần của tất cả các chuyên gia.

Thông tin chính

• Hầu hết những người bị ảnh hưởng bởi các trường hợp khẩn cấp đều trải qua căng thẳng tâm lý, và tình trạng này, thường cải thiện theo thời gian.

• Cứ năm người (22%) đã trải qua chiến tranh hoặc xung đột trong 10 năm trước thì có một người bị trầm cảm, lo âu, rối loạn căng thẳng sau chấn thương, rối loạn lưỡng cực hoặc tâm thần phân liệt.

• Các trường hợp khẩn cấp làm gián đoạn đáng kể các dịch vụ sức khỏe tâm thần và làm giảm khả năng tiếp cận dịch vụ chăm sóc chất lượng.

• Những người mắc các bệnh lý tâm thần nghiêm trọng đặc biệt dễ bị tổn thương trong các trường hợp khẩn cấp và cần được tiếp cận với dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần và các nhu cầu cơ bản khác.

Tổng quan

Hàng năm, hàng triệu người bị ảnh hưởng bởi các trường hợp khẩn cấp như xung đột vũ trang và thiên tai. Những cuộc khủng hoảng này làm gián đoạn gia đình, sinh kế và các dịch vụ thiết yếu, đồng thời tác động đáng kể đến sức khỏe tâm thần. Hầu hết những người bị ảnh hưởng đều trải qua căng thẳng tâm lý. Một số ít sau đó phát triển các tình trạng sức khỏe tâm thần như trầm cảm hoặc rối loạn căng thẳng sau chấn thương.

Các trường hợp khẩn cấp có thể làm trầm trọng thêm các tình trạng sức khỏe tâm thần và các vấn đề xã hội như nghèo đói và phân biệt đối xử. Chúng cũng có thể góp phần gây ra các vấn đề mới, chẳng hạn như ly tán gia đình và sử dụng chất gây nghiện có hại.

Tỷ lệ mắc bệnh

Hầu hết những người bị ảnh hưởng bởi các trường hợp khẩn cấp đều trải qua cảm giác lo lắng, buồn bã, tuyệt vọng, các vấn đề về giấc ngủ, mệt mỏi, cáu kỉnh, tức giận hoặc đau nhức. Sự căng thẳng tâm lý này thường cải thiện theo thời gian, nhưng một số người sau đó phát triển thành bệnh lý sức khỏe tâm thần. Ước tính 22% có thể mắc trầm cảm, lo âu, rối loạn căng thẳng sau chấn thương, rối loạn lưỡng cực hoặc tâm thần phân liệt.

Ước tính có khoảng 13% dân số bị ảnh hưởng bởi xung đột mắc các dạng trầm cảm, lo âu và rối loạn căng thẳng sau chấn thương nhẹ, trong khi các rối loạn tâm thần ở mức độ trung bình hoặc nặng ảnh hưởng đến 9%.

Trong bối cảnh bị ảnh hưởng bởi xung đột, trầm cảm tăng theo tuổi và phổ biến hơn ở phụ nữ. Những người mắc các bệnh lý nghiêm trọng đặc biệt dễ bị tổn thương trong và sau các trường hợp khẩn cấp và cần được tiếp cận với các nhu cầu cơ bản và chăm sóc lâm sàng.

Các hoạt động được khuyến nghị

- Lập kế hoạch chuẩn bị ứng phó khẩn cấp của tất cả các ngành, bao gồm đánh giá nguy cơ và mức độ dễ bị tổn thương, kế hoạch xây dựng năng lực, cơ chế phối hợp và kế hoạch dự phòng.

- Thành lập nhóm liên ngành để phối hợp các hoạt động phù hợp với các hướng dẫn và triển khai kế hoạch.

- Tăng cường sự tự lực của cộng đồng và hỗ trợ xã hội, đảm bảo sự tham gia của các nhóm dễ bị tổn thương, bao gồm cả những người mắc các bệnh lý về sức khỏe tâm thần.

- Định hướng cho các nhân viên tuyến đầu về sơ cứu tâm lý để cung cấp hỗ trợ về mặt tinh thần và thực tế cho những người đang trải qua tình trạng đau khổ cấp tính.

- Chia sẻ các thông điệp chính và thông tin dịch vụ để khuyến khích đối phó tích cực và tìm kiếm sự giúp đỡ.

- Cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần lâm sàng cho các tình trạng ưu tiên tại các cơ sở y tế đa khoa, sử dụng đội ngũ nhân viên được đào tạo và giám sát, cùng các quy trình dựa trên bằng chứng như Hướng dẫn Can thiệp Nhân đạo mhGAP (mhGAP-HIG).

Cung cấp các biện pháp can thiệp tâm lý dựa trên bằng chứng cho những người bị suy yếu do căng thẳng kéo dài. Các biện pháp này nên được thực hiện bởi các chuyên gia hoặc nhân viên cộng đồng được đào tạo và giám sát.

- Bảo vệ và thúc đẩy quyền của những người mắc các bệnh lý tâm thần nghiêm trọng, bao gồm những người đang sống trong các cơ sở như bệnh viện tâm thần, nhà chăm sóc xã hội và phòng khám phục hồi chức năng cho người nghiện ma túy.

- Thiết lập mạng lưới giới thiệu giữa các chuyên gia sức khỏe tâm thần, nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe tổng quát, hỗ trợ cộng đồng và các dịch vụ liên quan khác (ví dụ: trường học, dịch vụ xã hội và dịch vụ cứu trợ khẩn cấp)

Tài liệu tham khảo:

1. <https://wmhdofficial.com/>
2. https://wmhdofficial.com/wp-content/uploads/wmhd-2025-document_v01.pdf
3. <https://www.mentalhealth.org.uk/our-work/public-engagement/world-mental-health-day#:~:text=World%20Mental%20Health%20Day%20is,everyone%20have%20better%20mental%20health.>