

# Campania "Împreună pentru sănătatea mintală! Să înlăturăm stigmatul bolilor mintale!"

Ianuarie 2020

## ARĂTAȚI CĂ VĂ PASĂ!



- Fiți toleranți, arătați bunătate, nu izolați persoanele cu probleme de sănătate mintală, discutați cu acestea, înțelegeți, nu criticați, oferiți ajutor, respectați!

- Informați-vă asupra drepturilor sociale ale pacienților cu boli mintale!

- Alăturați-vă organizațiilor de sprijin a bolnavilor!

- Bolile mintale pot afecta persoane de toate vârstele și categoriile sociale.
- Pentru bolile mintale există tratamente eficiente.
- Informați-vă despre semnele, simptomele și comportamentele specifice bolilor mintale. Pot fi cele precum:
  - tristețe, plâns facil, tulburări ale dispoziției;
  - energie scăzută, oboseală marcată, epuizare;
  - iritabilitate, impulsivitate, accese de furie, agresivitate;
  - anxietate, pierderi de memorie, dificultăți în îndeplinirea îndatoririlor, dezorientare temporo-spațială.
- Adresați-vă specialiștilor în care aveți încredere (medici de familie, psihologi, medici psihiatri).
- Solicitați în cabinetul medicului de familie aplicarea testelor de screening.
- Informați-vă despre problematica sănătății mintale la adresele:  
<https://insp.gov.ro/sites/cnepss/sanatare-mintala/>, <http://cnsm.org.ro/> și la medicul de familie despre drepturile dv. și modalitățile de a beneficia de servicii psihologice și psihiatrice.



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL  
DE SĂNĂTATE PUBLICĂ

**CNEPSS**

CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE  
ȘI PROMOVARE STĂRII DE SĂNĂTATE



CENTRUL REGIONAL DE  
SĂNĂTATE PUBLICĂ SIBIU

Acest material este destinat populației generale

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită