

Centar za zdravlje mladih Grada Zagreba

Grad Zagreb pokrenuo je Centar za zdravlje mladih (CZM) pri Domu zdravlja Zagreb-Istok na lokaciji Heinzelova ul. 62a. Centar je smješten u atraktivnom prostoru koji ne podsjeća na zdravstvenu ustanovu, osmišljen kao projekt nadstandarda i ujedno novi pristup unapređenju i očuvanju zdravlja mladih na području Grada Zagreba. Aktualna gradska uprava je kao odgovor na rastuće potrebe u području mentalnog zdravlja odlučila 2022. godine unaprijediti aktivnosti CZM-a, povećati dostupnost zdravstvenih sadržaja vezanih za zaštitu mentalnog zdravlja, zaštitu spolnog i reproduktivnog zdravlja te promociju zdravih stilova života djece i mladih. Tako je do kraja 2023. godine uspostavljeno ukupno pet savjetovališta.

Savjetovalište za mentalno zdravlje uspostavljeno je zato što su klinički pokazatelji i znanstvena istraživanja jasno upozorili na rastuće potrebe za brzo dostupnom podrškom mentalnom zdravlju djece i mladima. Podatci na globalnoj razini pokazuju da s mentalnim poremećajem živi jedno od sedmero djece i adolescenata u dobi od 10 do 19 godina (prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji, 2021), uz tendenciju porasta psihičkih poremećaja i suicidalnosti među adolescentima i mladima (Twenge, Cooper, Joiner, Duffy i Binau, 2019). Istraživanja provedena kod djece i mladih u Republici Hrvatskoj govore o negativnom utjecaju proživljenih iskustava pandemije i potresa na aspekte funkcioniranja i vještine važne za područje edukacije (motivacija, navike učenja, razumijevanje i usvajanje gradiva) i mentalno zdravlje, jasno vezujući proživljene stresne i traumatske događaje s jačanjem simptoma anksioznosti, depresije i posttraumatskog stresa (Buljan Flander i sur., 2021; Jokić i Ristić Dedić, 2021). Stoga je bilo opravdano proširenje usluga CZM-a upućenih djeci i mladima besplatno, bez uputnice te djelomično i kroz *drop-in* uslugu. Ustav-



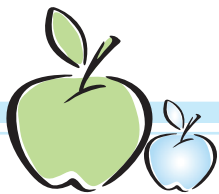
Centar za zdravlje mladih

Heinzelova ul. 62a

ljeno *Savjetovalište za mentalno zdravlje*, osim djeci i mladima, usluge pruža roditeljima/skrbnicima, učiteljima, nastavnicima i stručnim suradnicima u osnovnim i srednjim školama. U skladu s procijenjenim potrebama i psihologjskom obradom, djeca i mladi imaju mogućnost biti uključeni u individualne i/ili grupne programe jačanja mentalnog zdravlja te dobiti *online* podršku i savjetovanje ako nisu u mogućnosti ostvariti dolazak u Centar. Pružanje podrške roditeljima putem psihoedukativne i savjetodavne aktivnosti provedeno je davanjem smjernica u razvijanju djelotvornog i uvažavajućeg odnosa spram djeteta, pomoći u usvajanju novih znanja i vještina, osiguravanju podrške u nošenju s teškoćama na koje nailaze te destigmatizaciji traženja pomoći u roditeljstvu, što doprinosi boljem funkcioniranju svih članova obitelji. Što se tiče učitelja, nastavnika i stručnih suradnika u osnovnim i srednjim školama, uključuje ih se u stručna predavanja, simpozije, edukacije i timske stručne sastanke kroz koje stječu nova znanja i vještine, ali i stvaraju mrežu za postupanje i pružanje usluga djeci i mladima s poteškoćama u području cjelokupnog psihološkog funkcioniranja. U Savjetovalištu za mentalno zdravlje pri CZM-u od osnutka 2022. godine usluge su pružala četiri psihologa. Od sredine 2024. ugovorena su još dva psi-

hologa koja će nastaviti raditi na unapređenju uspostavljene mreže intersektorske suradnje u lokalnoj zajednici (već započeti projekti suradnje s Gradskim uredom za obrazovanje, sport i mlade, Gradskim uredom za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s invaliditetom te osnovnim i srednjim školama u Gradu Zagrebu).

U području zaštite spolnog i reproduktivnog zdravlja djeluje *Savjetovalište za prevenciju HPV-a i drugih spolno prenosivih infekcija te očuvanje spolnog i reproduktivnog zdravlja*. U okviru ovoga Savjetovališta osigurani su besplatni ginekološki pregledi za sve djevojke do 29 godina koje nemaju izabranog ginekologa ili žive izvan svog mjesta prebivališta (npr. studentice). Pregledi su organizirani na dvije lokacije, Mirogojska 16 (od 2004.) i Heinzelova 62a (od 2022.) kao dodatna aktivnost pri Centru za zdravlje mladih. Provedbu aktivnosti osiguravaju stručnjaci Nastavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“ kao nadstandard Grada Zagreba. U Savjetovalištu se timskim pristupom i suradnjom liječnika školske medicine te ginekologa rješavaju najčešći i najvažniji zdravstveni izazovi školske djece, mladih i studenata iz područja spolnog i reproduktivnog zdravlja. U okviru ovog Savjetovališta djeluje CheckPoint Zagreb – Centar za savjetovanje i testiranje na spolno prenosiv-



ve infekcije udruge HUHIV koji provodi dva puta tjedno *drop-in* brzo probirno testiranje na spolno prenosive infekcije (SPI), i to testiranje na HIV, hepatitis C, sifilis, klamidiju i gonoreju. Putem CheckPointa Zagreb također je omogućeno Savjetovanje o zaštiti spolnog i reproduktivnog zdravlja udruge HUHIV telefonom ili e-poštom. Od 11. travnja 2022. godine u Centru za zdravlje mladih također se provodi kampanja organiziranog cijepljenja mladih u dobi do 25 godina protiv HPV-a.

U *Savjetovalištu za poremećaje prehrane školske djece i studenata* radi liječnik specijalist školske medicine, a prema potrebi uključuju se i drugi stručnjaci Nastavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“ i Doma zdravlja Zagreb – Istok (nutricionist, kineziolog, psiholog, psihijatar i drugi). U rad Savjetovališta uključena su djeca i mladi registrirani tijekom preventivnih aktivnosti ili oni koji se javljaju samoinicijativno, uz obvezno uključivanje roditelja/staratelja. Nakon objektivne procjene stanja i navika primjenom stručno usuglašenih postupnika, izrađuje se plan intervencije i praćenja u suradnji s nutricionistom. U suradnji s izabranim liječnicima prema indikaciji osiguravaju se dodatni postupci i pretrage te konzultacija s drugim stručnjacima. Savjetovanje uključuje metode bihevioralno – kognitivne, realitetne i psihoanalitičke terapije s naglaskom na opće preventivne mjere, detaljno upoznavanje obiteljske anamneze i okolišnih čimbenika te individualnih potreba

svakog korisnika usluga Savjetovališta. Poseban je naglasak na poticanju odgovornog odnosa i ponašanja prema vlastitom zdravlju i njegovu očuvanju, ali i pružanje konkretnih savjeta o prehrani te izrada individualnih smjernica i jelovnika.

U okviru CZM-a djeluje i *Savjetovalište za mlade s invaliditetom* čiji je cilj unapređenje zdravlja ove ranjive skupine i postizanje što većeg stupnja samostalnosti, samoostvarenja i osnaživanja mladih s invaliditetom. Provode ga djelatnici Nastavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“ kao projekt nadstandarda Grada Zagreba u provođenju mjera i aktivnosti u okviru Zagrebačke strategije izjednačavanja mogućnosti za osobe s invaliditetom. Prema podacima Hrvatskog registra o osobama s invaliditetom Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo u Gradu Zagrebu u rujnu 2021. godine živjelo je 105.291 osoba s invaliditetom, što čini 13 % ukupnog stanovništva grada. Udio djece s teškoćama u razvoju i mladih s invaliditetom iznosi 13,8 % u ukupnom broju osoba s invaliditetom. U šk. godini 2020./2021. u redovni osnovnoškolski sustav bilo je uključeno 5100 učenika s teškoćama u razvoju, u srednje škole preko 2800, a podatci govore da trenutno 367 studenata s invaliditetom studira na Sveučilištu u Zagrebu. Rad u Savjetovalištu uključuje i edukacijsko-rehabilitacijske postupke s pojedincima, obiteljima i skupinama, usmjerene unapređenju i/ili zadržavanju funkcionalnih sposobno-

sti i razvoju individualnih potencijala, stjecanju akademskih, socijalnih, životnih znanja i vještina, profesionalnom osposobljavanju/rehabilitaciji, unapređenju životnog okruženja, mentalnog zdravlja i kvalitete života. Nakon inicijalne procjene stanja i navika, prema potrebi se izrađuje individualni plan intervencije, praćenja i evaluacije.

Važno je istaknuti da se sve aktivnosti CZM-a provode intersektorski u suradnji s partnerima koji su obaviješteni o svim uslugama u okviru programa i vremenskom rasporedu provedbe usluga. Koordinaciju i osiguranje sredstava provodi Gradski ured za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s invaliditetom, dok primjerice Gradski ured za obrazovanje, sport i mlade facilitira suradnju Centra te osnovnih i srednjih škola u Gradu Zagrebu, a osnovne i srednje škole čiji je osnivač Grad Zagreb pružaju informacije djeci, mladima i njihovim obiteljima o aktivnostima CZM-a i koriste se uslugama edukacije i savjetovanja Centra.

Centar za zdravlje mladih dobio je krajem 2023. godine nagradu Hrvatske psihološke komore, a na konferenciji HealthComm Forum u lipnju ove godine dodijeljena mu je srebrna nagrada u kategoriji najboljeg projekta u području mentalnog zdravlja.

Sve informacije o mentalnom zdravlju i podacima o tome gdje potražiti pomoć nalaze se na stranici <https://www.czm.hr/> i <https://mentalnozdravlje.zagreb.hr/>, na mrežnoj stranici Grada Zagreba <https://www.zagreb.hr/>, Facebook stranici, Instagram profilu i YouTube kanalu Centra za zdravlje mladih.

Dr. sc. Mirela Šentija Knežević,
pomoćnica pročelnice, Gradski ured za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s invaliditetom

Mirela.Sentija-Knezevic@zagreb.hr

Jasna Tucak, koordinatorica projekta Zagreb – zdravi grad, Gradski ured za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s invaliditetom

Jasna.tucak@zagreb.hr

