

PROBLEMS IN MENTAL HEALTH PROTECTION IN MODERN SOCIETY

Amela Salihović

University of Sarajevo- The Faculty of Health Studies, Sarajevo, Bosnia and Herzegovina
amela.salihovic@fzs.unsa.ba

Minja Bondžulić

University of Sarajevo- The Faculty of Health Studies, Sarajevo, Bosnia and Herzegovina
minja.bondzulic@fzs.unsa.ba

Dalila Karapuš

University of Sarajevo- The Faculty of Health Studies, Sarajevo, Bosnia and Herzegovina
dalila.karapus@fzs.unsa.ba

Jasmina Mahmutović

University of Sarajevo- The Faculty of Health Studies, Sarajevo, Bosnia and Herzegovina
jasmina.mahmutovic@fzs.unsa.ba

Abstract: Mental, physical and social well-being are interrelated parts of health that represent an indispensable importance for the overall health of individuals. Mental health is of crucial importance for the overall health of individuals, countries and communities. A mentally healthy individual is able to use available resources in a dynamic environment. Components that contribute to internal mental balance are: cognitive, social, control over one's own emotions, empathy, fulfilling and realizing social roles, positive harmony of physical and psychological well-being of the organism. The organization of the health care system in many countries of the world prioritizes physical health over mental health. The World Health Organization informs that: mental, neurological and substance abuse disorders account for 10% of the global burden of disease and 30% of the burden of non-fatal diseases; it is estimated that every fifth young person has a mental disorder; depression is a common mental disorder, globally it is estimated that 5.0% of adults suffer from depression; about half of mental disorders begin before the age of 14; almost 800,000 people die by suicide every year, 1 person dies by suicide every 40 seconds. Mental health disorders can develop in any age group, however, the risk factors for the development of mental disorders are: poverty, unemployment, displaced persons, children, adolescents, abused persons and persons of the third age. The family, as the basic unit of society, represents the first level in protection mental health, after that the work environment, educational institutions, but also public places where the population resides play a major role. Research results report that the development of mental disorders is influenced by genetics, which can be stimulated by socioeconomic factors and the lifestyles of individuals. A way of life that dictates faster social changes, social isolation, violence, poverty, stress in the environment, somatic diseases and violation of human rights are the most common risk factors for the impairment of mental health. Overcoming the stigma associated with mental health is an international issue. More than 70% of people in need of mental health services had no access to care. The mental health treatment gap adds to the enormous burden of mental illness worldwide. Reducing stigma can lead to a narrowing of that gap. Stigma is conceptualized as the simultaneous occurrence of several dimensions: labeling, stereotyping, separation, loss of status and discrimination. It is necessary to provide health care users with timely information, to strengthen awareness of the importance of preserving mental health, to present the possibilities of treatment of diseases, to enable insight and knowledge about basic human rights, and in this way to reduce obstacles in the treatment of mental disorders. Special attention should be paid to the operation of a multisectoral approach in the preservation of mental health, all with the aim of better monitoring, assessment, successful action and long-term planning in the mental health segment. Given that mental health is an inseparable component of general health, financial support is necessary in order to preserve and improve mental health.

Keywords: mental health, problems in mental health protection, risk factors, stigma, education and promotion

PROBLEMI U ZAŠTITI MENTALNOG ZDRAVLJA U MODERNOM DRUŠTVU

Salihović Amela

Univerzitet u Sarajevu- Fakultet zdravstvenih studija, Sarajevo, Bosna i Hercegovina
amela.salihovic@fzs.unsa.ba

Bondžulić Minja

Univerzitet u Sarajevu- Fakultet zdravstvenih studija, Sarajevo, Bosna i Hercegovina
minja.bondzulic@fzs.unsa.ba

Karapuš Dalila

Univerzitet u Sarajevu- Fakultet zdravstvenih studija, Sarajevo, Bosna i Hercegovina
dalila.karapus@fzs.unsa.ba

Mahmutović Jasmina

Univerzitet u Sarajevu- Fakultet zdravstvenih studija, Sarajevo, Bosna i Hercegovina
jasmina.mahmutovic@fzs.unsa.ba

Sažetak: Psihičko, fizičko i socijalno blagostanje su međusobno povezani dijelovi zdravlja koji predstavljaju neizostavan značaj za cjelokupno zdravlje pojedinaca. Mentalno zdravlje je od presudne važnosti za potpuno zdravlje pojedinaca, država i zajednica. Mentalno zdrav pojedinac je sposoban koristiti dostupne resurse u dinamičnom okruženju. Komponente koje doprinose unutrašnjoj mentalnoj ravnoteži su: kognitivne, socijalne, kontrola nad sopstvenim emocijama, empatija, ispunjavanje i ostvarivanje društvenih uloga, pozitivan sklad fizičkog i psihičkog blagostanja organizma. Organizacija sistema zdravstvene zaštite u mnogim država svijeta daje prednost tjelesnom zdravlju u odnosu na mentalno zdravlje. Svjetska zdravstvena organizacija objavljuje da: mentalni, neurološki i poremećaji zloupotrebe supstanci čine 10% globalnog tereta bolesti i 30% tereta nefatalnih bolesti; procenjuje se da svaka peta mlada osoba ima mentalni poremećaj; depresija je uobičajen mentalni poremećaj, globalno se procenjuje da 5 % odraslih pati od depresije; otprilike polovina mentalnih poremećaja počinje prije 14. godine; skoro 800 000 ljudi godišnje umre od samoubistva, 1 osoba umire od samoubistva svakih 40 sekundi. Poremećaji mentalnog zdravlja se mogu razviti u bilo kojoj dobnoj skupini, međutim, faktori rizika za razvoj mentalnih poremećaja su: siromaštvo, nezaposlenost, raseljena lica, djeca, adolescenti, zlostavljane osobe i lica treće životne dobi. Porodica kao osnovna jedinica društva predstavlja prvi nivo u zaštiti mentalnog zdravlja, nakon toga veliku ulogu ima radno okruženje, obrazovne institucije, ali i javna mjesta na kojima stanovništvo boravi. Rezultati istraživanja izvještavaju da na razvoj mentalnih poremećaja utiče genetika koja može biti potaknuta socioekonomskim faktorima i stilovima života pojedinaca. Način života koji nalaže brže društvene promjene, socijalna izolovanost, nasilje, siromaštvo, stres u okolini, somatske bolesti i povrjeđivanje ljudskih prava najčešći su rizikofaktori narušavanja mentalnog zdravlja. Prevazilaženje stigme povezane sa mentalnim zdravljem je međunarodno pitanje. Više od 70% osoba kojima je potrebna usluga mentalnog zdravlja nije imalo pristup njezi. Jaz u liječenju mentalnog zdravlja povećava ogroman teret mentalnih bolesti širom svijeta. Smanjenje stigme može dovesti do smanjenja tog jaza. Stigma se konceptualizira kao istovremena pojava nekoliko dimenzija: etiketiranje, stereotipizacija, odvajanje, gubitak statusa i diskriminacija. Neophodno je korisnicima zdravstvene zaštite pružiti pravovremene informacije, jačati svijest o značaju očuvanja mentalnog zdravlja, predstaviti mogućnosti tretmana oboljenja, omogućiti uvid i saznanja o osnovnim ljudskim pravima, te na taj način smanjiti prepreke u tretmanu mentalnih poremećaja. Posebnu pažnju potrebno je posvetiti djelovanju multisektorijskog pristupa u očuvanju mentalnog zdravlja, a sve s ciljem boljeg praćenja, procjene, uspješnog djelovanja i dugoročnih planiranja u segmentu mentalnog zdravlja. S obzirom da je mentalno zdravlje neodvojiva komponenta opšteg zdravlja, neophodna je finansijska podrška kako bi se očuvalo i unaprijedilo mentalno zdravlje.

Ključne riječi: mentalno zdravlje, problemi u zaštiti mentalnog zdravlja, rizikofaktori, stigma, edukacija i promocija

1. UVOD

Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji (SZO): “Zdravlje je stanje potpunog fizičkog, psihičkog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsustvo bolesti ili onesposobljenosti“ (Damnjanović, 2012).

Psihičko, fizičko i socijalno blagostanje su međusobno povezani dijelovi zdravlja koji predstavljaju neizostavan značaj za cjelokupno zdravlje pojedinaca. Mentalno zdravlje je od presudne važnosti za potpuno zdravlje pojedinaca, država i zajednica. (Petrović, 2016). Mentalno zdrav pojedinac je sposoban koristiti dostupne resurse u dinamičnom okruženju. Komponente koje doprinose unutrašnjoj mentalnoj ravnoteži su: kognitivne, socijalne,

kontrola nad sopstvenim emocijama, empatija, ispunjavanje i ostvarivanje društvenih uloga, pozitivan sklad fizičkog i psihičkog blagostanja organizma. (Galderisi et al, 2017).

Postojanje svijesti o problemima mentalnog zdravlja nacije, posebno mlade populacije, predstavlja primarni segment strateške kulture (Stojimirović et al, 2020) .

Kako se pozitivno mentalno zdravlje i problemi mentalnog zdravlja mogu istovremeno predstaviti, trebalo bi ih posmatrati kao zasebne međusobno zavisne dimenzije i oboje bi trebalo uzeti u obzir u istraživanjima mentalnog zdravlja. Ipak, većina studija iz kliničke psihologije i psihijatrije i dalje se fokusira isključivo na negativne aspekte mentalnog zdravlja (Margaf et al, 2020).

Više od 70% osoba kojima je potrebna usluga mentalnog zdravlja nije imalo pristup njezi. Jaz u liječenju mentalnog zdravlja povećava ogroman teret mentalnih bolesti širom svijeta. Smanjenje stigme može dovesti do smanjenja tog jaza (Ojio et al, 2019). Stigma se konceptualizira kao istovremena pojava nekoliko dimenzija: etiketiranje (kada se identifikuju i imenuju ljudske razlike), stereotipizacija (dominantna kulturna vjerovanja povezuju etiketirane osobe sa neželjenim karakteristikama), odvajanje (etiketirane osobe su grupisane da bi se postigla podjela na "nas" nasuprot "njima"), gubitak statusa i diskriminacija (Niedzwiędz, 2019).

Rezultati istraživanja izvještavaju da na razvoj mentalnih poremećaja utiče genetika koja može biti potaknuta socioekonomskim faktorima i stilovima života pojedinaca. (Damnjanović, 2012). Način života koji nalaže brže društvene promjene, socijalna izolovanost, nasilje, siromaštvo, stres u okolini, somatske bolesti i povređivanje ljudskih prava najčešći su rizikofaktori narušavanja mentalnog zdravlja (Ojio et al, 2019).

Iz perspektive javnog zdravlja, rano otkrivanje problema sa mentalnim zdravljem od suštinske je važnosti, posebno kod mladih odraslih osoba, kako bi se sproveli odgovarajući programi skrininga i intervencije i poboljša dugoročna prognoza u vezi sa budućim rizikom od depresije (Simić Vukomanović et al, 2016).

Poremećaji mentalnog zdravlja se mogu razviti u bilo kojoj dobnoj skupini, međutim, faktori rizika za razvoj mentalnih poremećaja su: siromaštvo, nezaposlenost, raseljena lica, djeca, adolescenti, zlostavljane osobe i lica treće životne dobi. (Damnjanović, 2012).

Svjetska zdravstvena organizacija obavještava da: mentalni, neurološki i poremećaji zloupotrebe supstanci čine 10% globalnog tereta bolesti i 30% tereta nefatalnih bolesti; procenjuje se da svaka peta mlada osoba ima mentalni poremećaj; depresija je uobičajen mentalni poremećaj, globalno se procenjuje da 5,0% odraslih osoba pati od depresije; otprilike polovina mentalnih poremećaja počinje prije 14. godine; skoro 800 000 ljudi godišnje umre od samoubistva, 1 osoba umire od samoubistva svakih 40 sekundi. Samoubistvo je drugi vodeći uzrok smrti kod osoba starosti 15-29 godina; svaka deveta osoba u okruženjima pogođenim sukobima ima umjereni ili teški mentalni poremećaj; osobe kod kojih su dijagnosticirani teški mentalni poremećaji imaju skraćeni životni vijek od 10 do 20 godina u odnosu na opštu populaciju; stope radnika u oblasti mentalnog zdravlja variraju od ispod 2 na 100 000 stanovnika u zemljama sa niskim prihodima do preko 70 na 100 000 u zemljama sa visokim prihodima; manje od polovine od 139 zemalja koje imaju politike i planove za mentalno zdravlje navode da su one usklađene sa konvencijama o ljudskim pravima; globalna ekonomija gubi oko 1 trilion američkih dolara godišnje u produktivnosti zbog depresije i anksioznosti (WHO, 2019).

Uticaj globalnih i specifičnih faktora rizika za narušavanje mentalnog zdravlja u FBiH predstavlja brojne izazove za očuvanje i unapređenje mentalnog zdravlja stanovništva. Federacija Bosne i Hercegovine kao i većina evropskih država nalazi se pred brojnim izazovima očuvanja mentalnog zdravlja, a to su: nedovoljno djelovanje multisektorijskog pristupa, nedovoljna novčana sredstva za očuvanje mentalnog zdravlja, neadekvatna promocija mentalnog zdravlja i prevencija mentalnih poremećaja. (Ministarstvo zdravlja Federacije Bosne i Hercegovine, 2012).

2. SPREČAVANJE NASTANKA PROBLEMA VEZANIH ZA ZAŠTITU MENTALNOG ZDRAVLJA

Svi nivoi prevencije (primarni, sekundarni i tercijarni) predstavljaju važan dio sistema zdravstvene zaštite mentalnog zdravlja. Pravovremena i efektivna prevencija mentalnih poremećaja omogućava bolje opšte blagostanje, mentalno zdravlje i veću funkcionalnost pojedinca. Praćenje i primjenjivanje novih saznanja u struci od strane stručnjaka može predstavljati rezultat raznih vrsta edukacija. Centri za mentalno zdravlje trebaju ispunjavati načela zdravstvene zaštite kroz djelovanje u praksi, a mentalno zdravlje je potrebno integrisati u sveukupnu zdravstvenu zaštitu tokom planiranja, organizacije i finansiranja. Očuvanje mentalnog zdravlja zahtjeva multisektorijski pristup kroz saradnju s sistemima obrazovanja, prava, socijalne zaštite, te nevladinim organizacijama na različitim nivoima djelovanja. Korisnici zdravstvenih usluga u cilju očuvanja i unapređenja zdravlja i prevencije mentalnih poremećaja moraju biti obuhvaćeni sistemom pravovremenog informisanja vezanim za mentalno zdravlje. Stručnjaci iz raznih oblasti kroz multidisciplinarni i multisektorijski pristup kroz organizovanje kampanja protiv stigmatizacije osoba oboljenih od mentalnih poremećaja mogu uticati na smanjenje stigmatizacije, diskriminacije i socijalne isključenosti, te na taj način omogućiti otvoreniji pristup usluga centara za mentalno zdravlje. (Ministarstvo zdravlja Republike Srbije,

2019). Neophodno je korisnicima zdravstvene zaštite pružiti pravovremene informacije, jačati svijest o značaju očuvanja mentalnog zdravlja, predstaviti mogućnosti tretmana oboljenja, omogućiti uvid i saznanja o osnovnim ljudskim pravima, te na taj način smanjiti prepreke u tretmanu mentalnih poremećaja. Posebnu pažnju posvetiti djelovanju multisektorijskog pristupa u očuvanju mentalnog zdravlja, a sve s ciljem boljeg praćenja, procjene, uspješnog djelovanja i dugoročnih planiranja u segmentu mentalnog zdravlja. S obzirom da je mentalno zdravlje neodvojiva komponenta opšteg zdravlja, neophodna je finansijska podrška kako bi se očuvalo i unaprijedilo mentalno zdravlje. (Ministarstvo zdravlja Federacije Bosne i Hercegovine, 2012).

3. MATERIJAL I METODE RADA

Materijal istraživanja predstavljaju naučni radovi objavljeni u relevantnim domaćim i međunarodnim bazama podataka od 2016. do 2021. godine.

Baze podataka koje su se koristile u istraživanju: PubMed, Google Scholar, MEDline, Hrčak, Cochrane Library, Scopus, WoS, SCIndeks.

Pretraživanje rađeno na temelju ključnih reči: mentalno zdravlje, problemi u zaštiti mentalnog zdravlja, rizikofaktori, stigma, edukacija i promocija.

Tip istraživanja – kvalitativna vrsta istraživanja, naučni pregled literature.

4. REZULTATI I DISKUSIJA

Kvantitativna studija pod nazivom Mentalno zdravstvena pismenost provedena je 2020. godine u Hrvatskoj s ciljem istraživanja mentalne zdravstvene pismenosti adolescenata. Rezultati istraživanja pokazuju da su adolescenti uspješnije percipirali depresivne poremećaje, dok su socijalne fobije percipirali u manjoj mjeri. Istraživanje pokazuje da su ispitanici koji su percipirali depresivne poremećaje i socijalne fobije češće tražili podršku od prijatelja i porodice. Autori istraživanja ukazuju na značaj edukacija, pravovremeno informisanje putem sredstava informisanja u podizanju svijesti o očuvanju mentalnog zdravlja, dostupnost stručne pomoći i podrške od strane zajednice predstavlja važne faktore za prevenciju mentalnih poremećaja. (Dundović, 2020).

Istraživanje sprovedeno u Velikoj Britaniji (2021) sistematskim pregledom kvantitativnih i kvalitativnih studija imala je za cilj pronaći i prikazati prepreke i facilitatore za djecu i adolescente koji traže i pristupaju stručnoj pomoći za probleme mentalnog zdravlja. U rezultatima studije autori navode da su identifikovane četiri glavne teme barijere/facilitatora. Skoro sve studije (96%) izvijestile su o preprekama vezani za individualne faktore mladih ljudi, društveni faktori (92%), percepcija mladih o terapijskom odnosu sa stručnjacima (68%), sistemske i strukturne barijere i facilitatore (58%). Zaključak autora je da su potrebne ciljane intervencije zasnovane na dokazima kako bi se smanjila percipirana javna stigma i poboljšalo znanje mladih o problemima mentalnog zdravlja i dostupnoj podršci, uključujući i ono što očekuju od stručnjaka i usluga (Radez et al, 2021).

Gaiha S.M. i saradnici 2020. godine su sprovedli istraživanje u Indiji s ciljem opisivanja javne stigme među mladima i obavještanjem o ciljanim intervencijama za rješavanje takve stigme u Indiji i širom svijeta. Rezultati ovog istraživanja su ukazali na to da javna stigma povezana sa mentalnim zdravljem negativno utiče na traženje pomoći kod mladih ljudi, te stoga autori u zaključku navode da bi buduće intervencije protiv stigme treba da se integrišu sa obrazovnim sistemom, koriste interaktivne/vizuelne medije i da se fokusiraju na probleme mentalnog zdravlja širokim definisanjem (Gaiha et al, 2020).

Istraživanje koje je provedeno u Kanadi 2020. godine istraživalo je povezanost upotrebe pametnih telefona, medija sa razvojem mentalnih poremećaja i suicidom adolescenata. Dokazi iz različitih poprečnih presjeka, longitudinalnih i empirijskih studija ukazuju na to da upotreba pametnih telefona i društvenih medija povećava mentalne tegobe, samopovrjeđivanje i samoubistvo među mladima. Kao zaključak navodi se da bi današnja omladina mogla imati koristi od dokazanih individualnih i sistemskih intervencija koje će omogućiti bolje suočavanje s izazovima koje donosi upotreba pametnih telefona i društvenih medija, da se zaštite od štetnog uticaja i da koriste društvene medije na način koji štiti njihovo mentalno zdravlje (Abi-Jaoude et al, 2020).

Istraživanje koje je provedeno u Australiji imalo je za cilj opisati obrazac pružanja specijalizovane zaštite mentalnog zdravlja za osobe starije od 65 godina u gradskim i seoskim zdravstvenim okruzima u Australiji. U rezultatima ovog istraživanja navodi se da postoji potreba za poboljšanjem produktivnosti i kvaliteta usluga njege i za potpunom integracijom zdravstvene zaštite i socijalnih elemenata pružanja dugotrajne njege starijim osobama kako bi se podstaklo efikasno i pravično pružanje zaštite, a kako bi se to postiglo autori ovog istraživanja navode da je poboljšanje zdravstvene zaštite i socijalnih usluga za starije ljude prioritet u Australiji, iako mentalno zdravlje starijih osoba nije uključeno kao određeni strateški cilj (Tabatabaei-Jafari et al, 2020).

Kvantitativna studija imala je za cilj ispitati stavove studenata sestinstva o osobama s dijagnosticiranim mentalnim poremećajima. Rezultati istraživanja pokazuju da su ispitanici pokazivali predrasude prema ispitivanom oboljenju,

te kao riješenje navedenih rezultata istraživanja navode neophodnu edukaciju i upoznavanje sa oboljelom skupinom. (Zagorščak et al, 2017).

Kvalitativna studija sprovedena 2021. godine u imala je za cilj istražiti percepciju korisnika usluga mentalnog zdravlja o stigmati pripadnika opšte populacije i psihijataru u Meksiku. U rezultatima studije se navodi da su učesnici opštu populaciju smatrali glavnim izvorom stigme. Takođe su smatrali da psihijatri mogu imati negativan stav prema osobama sa mentalnim oboljenjima, što im može predstavljati prepreku za optimalan kvalitet zdravstvene zaštite. Zaključak autora je da većina specijalizovane obuke daje prioritet podučavanju polaznika da identifikuju simptome i pruže tretmane, a ne da rješavaju psihosocijalne probleme. Stoga, potrebna je posebna obuka o efektima stigme mentalnog zdravlja u životu ljudi (Lagunes-Cordoba et al, 2021).

5. ZAKLJUČAK

Najčešće prepreke za traženje pomoći su stigma, samostigma, poteškoće u prepoznavanju problema, nedostatak povjerljivosti, neznanje o tome gdje potražiti pomoć, troškovi vezani sa uslugama mentalnog zdravlja, prethodno loše iskustvo, liste čekanja, neujednačena geografska distribucija usluga, te nepovjerenje u sam zdravstveni sistem. Shodno činjenici da na našim područjima nema velikog broja naučnih radova koji se bave isključivo mentalnim zdravljem i njegovim unapređenjem, dok mediji svakodnevno izvještavaju o lošem mentalnom zdravlju stanovništva i sve većem broju suicida, korisno bi bilo uvesti edukativne programe kroz sve nivoe obrazovnog sistema, gdje bi se težilo ka održavanju dobrog mentalnog zdravlja. Potrebno je usmjeriti aktivnosti ka traženju resursa za jačanje pozitivnog mentalnog zdravlja, a ne naglašavati bolest odnosno psihičke poremećaje, simptome i liječenje. Takođe, potrebna je i edukacija šire javnosti kao i zdravstvenih profesionalaca kako bi se izbjegla stigma i kako bi se istakao značaj ovih problema, prevencije i unapređenja mentalnog zdravlja.

REFERENCE:

- Abi-Jaoude, E., Naylor, K. T., & Pignatiello, A. (2020). Smartphones, social media use and youth mental health. *CMAJ*. 192(6):136-141. doi: 10.1503/cmaj.190434.
- Damnjanović, M. (2012). Karakteristike kvaliteta života mentalnog zdravlja dece i adolescenata koji su u sistemu socijalne zaštite - doktorska disertacija, Beograd: Medicinski fakultet.
- Dundović, I. (2020). Mentalno zdravstvena pismenost maturanata - diplomski rad. Zagreb.
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2017). A proposed new definition of mental health. *Psychiatr Pol*. 18;51(3):407-411. English, Polish. doi:10.12740/PP/74145
- Gaiha, S. M., Taylor Salisbury, T., Koschorke, M., Raman, U., & Petticrew, M. (2020). Stigma associated with mental health problems among young people in India: a systematic review of magnitude, manifestations and recommendations. *BMC Psychiatry*. 20(1):538. doi: 10.1186/s12888-020-02937-x.
- Lagunes-Cordoba, E., Davalos, A., Fresan-Orellana, A., Jarrett, M., Gonzales-Olvera, J., Thornicroft, G., & Henderson, C. (2021). Mental Health Service Users' Perceptions of Stigma, From the General Population and From Mental Health Professionals in Mexico: A Qualitative Study. *Community Ment Health J*. 57(5):985-993. doi: 10.1007/s10579-020-00706-4.
- Margaf, J., Zhang, X. C., Lavalley, K. L., & Schneider, S. (2020). Longitudinal prediction of positive and negative mental health in Germany, Russia and China. *PloS One*. 2020;15(6). doi:10.1371/journal.pone.0234997
- Ministarstvo zdravlja Republike Srbije. (2019). Akcioni plan za sprovođenje Programa o zaštiti mentalnog zdravlja u Republici Srbiji za period 2019-2026. godine. Beograd. Dostupno na: <http://www.zdravlje.gov.rs>
- Ministarstvo zdravlja Federacije Bosne i Hercegovine. (2012). Politika i strategija za zaštitu i unapređenje mentalnog zdravlja u Federaciji Bosne i Hercegovine (2012-2020). Dostupno na: <https://www.fmoh.gov.ba>
- Niedzwiedz, C. L. (2019). How does mental health stigma get under the skin? Cross-sectional analysis using the Health Survey for England. *SSM Popul Health*. 13;8:100433. doi: 10.1016/j.ssmph.2019.100433
- Novaković, N., Vidojević, M., & Lazarević, M. (2016). Modeli podrške osobama sa smetnjama u razvoju u sistemu socijalne zaštite usmereni na unapređivanje mentalnog zdravlja. *Zdravstvena zaštita*. Srbija, 45(2):28-35.
- Ojio, Y., Yamaguchi, S., Ohta, K., Ando, S., & Koike, S. (2019). Effects of biomedical messages and expert-recommended messages on reducing mental health-related stigma: a randomised controlled trial. *Epidemiology and psychiatric sciences*. 22;29:e74. doi:10.1017/S2045796019000714.
- Petrović, A. (2016). Značajni faktori mentalnog zdravlja - diplomski rad. Banja Luka: Fakultet zdravstvenih nauka.
- Radez, J., Reardon, T., Creswell, C., Lawrence, P. J., Evdoka-Burton, G., & Waite, P. (2021). Why do children and adolescents (not) seek and access professional help for their mental health problems? A systematic review of quantitative and qualitative studies. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 30(2):183-211. doi: 10.1007/s00787-019-01469

- Stojimirović, M., & Veljković, J. (2020). Socijalno-ekonomski aspekti mentalnog zdravlja mladih u Beogradu u kontekstu strateške kulture. *72(4):263-287*.
- Simić Vukomanović, I., Mihajlović, G., Kocić, S., Đonović, N., Banković, D., Vukomanović, V., & Đukić Dejanović, S. (2016). Prevalencija i uticaj socioekonomskih faktora na nastanak depresivnosti i anksioznosti na uzorku od 1940 studenata u Srbiji. *Vojnosanitetski pregled. 73(2):169-177*.
- Tabatabaei-Jafari, H., Salinas-Perez, J. A., Furst, M. A., Bagheri, N., Mendoza, J., Burke, D., McGeorge, P., & Slavador-Carulla, L. (2020). Patterns of Service Provision in Older People's Mental Health Care in Australia. *Int J Environ Res Public Health. 17(22):8516*. doi: 10.3390/ijerph17228516.
- WHO. (2019). Mental Health. Dostupno na: [10 facts on mental health \(who.int\)](https://www.who.int/mental-health/facts)
- Zagorščak, K., Buhin Cvek, A., Sajko, M., & Božičević, M. (2017). Stavovi i predrasude studenata Studija sestrinstva prema psihički bolesnim osobama. *Socijalna psihijatrija (internet). 45(3):209-2016*. dostupno na <https://hrcak.srce.hr/190351>