

25.36x16.89	1	עמוד 12	השבוע	מעריב -	28/02/2017	57436774-3
אוניברסיטת חיפה - 8079						

«אוניברסיטת חיפה:

בחוג לפסיכולוגיה מציעים טיפול חינוכי לסובלים מדיכאון

5.5% מהאוכלוסייה בישראל סובלים מדיכאון קליני ■ פסיכולוגים שעברו הכשרה בקמפוס החיפאי נרתמו למתן טיפול ללא תשלום ובלי תור ■ ראש הפרויקט: "הבעיה עם המטופלים היא שהם מתפקדים כרגיל, עד שמשהו קורה"



אוניברסיטת חיפה. 16
מבנים לבני 18' 60"
צילום: הדס פרוש, פלאש 90

יונתן הללי

החוג לפסיכולוגיה באוניברסיטת חיפה מציע טיפול פסיכולוגי ללא תשלום לאנשים הסובלים מדיכאון. הטיפול, שאותו מעניקים פסיכולוגים שעברו הכשרה אינטנסיבית, ייחודי בכך שהוא מתמקד בשיטות שנבדקו ונמצאו כיעילות מבהינה מדעית. "חלק מהייחוד שלנו הוא שאנו מתאימים לכל מטופל או מטופלת את השיטה המתאימה להם ביותר על פי המידע המעודכן ביותר הקיים ביום", הסבירה פרופ' סיגל זלכה-מנו, שעומדת בראש המיזם.

בישראל סובלים כ-5.5% מהאוכלוסייה מדיכאון קליני. רק בשבוע שעבר פרסם ארגון הבריאות העולמי כי בעשור האחרון חלה עלייה של 18% בשיעור האנשים בעולם הסובלים מדיכאון. על פי הערכות הארגון, עד 2020 דיכאון קליני יהפוך למחלה השנייה בשכיחות הנכות שהיא גורמת. מכיון שדיכאון היא מחלה שיכולה לעבור ואז לשוב, אחוז האנשים שסבלו מדיכאון קליני לפחות פעם אחת בחייהם הוא גדול מאוד.

הטיפול בחינם בקמפוס החיפאי אורך 16 מפגשים ומיועד לבני 18 עד 60. לדברי זלכה-מנו, אחת הבעיות בטיפול באנשים דיכאוניים

היא העובדה שרבים מהם נושרים ולא מסיימים את הטיפול, פעמים רבות מכיוון שהם מקבלים טיפול שאינו מתאים להם. הטיפול המדובר מתמקד בגישה המחקרית העדכנית ביותר ששמה דגש על כך שלכל אדם יש מאפיינים שונים ולכן הוא זקוק לטיפול שונה וייחודי. "כך, למשל, בזכות המחקרים שלנו מהשנים האחרונות אנחנו יכולים לדעת על פי כמה מאפייני אישיות למי מתאים טיפול פסיכולוגי ואת מי עדיף להפנות לקבלת תרופות".

מחירו של הטיפול המוצע נמוך יותר מבשוק הפרטי, והתורים בקמפוס זמינים יותר מבקופות החולים או במרפאות לבריאות הנפש בבתי החולים.

אלא שפרופ' זלכה-מנו מציינת מכשול נוסף שניצב בפני הסובלים מדיכאון קליני. לדבריה, ישנם מיתוסים שגויים רבים לגבי דיכאון, ופעמים רבות מטופלים אינם בטוחים אם מה שהם חווים הוא אכן דיכאון קליני. "ישנו סטריאוטיפ שלפיו מי שסובל מדיכאון יושב כל היום בבית ולא עושה כלום, כשבפועל, אנשים יכולים לתפקד ב-100% ולסבול מדיכאון. אלה אנשים שכשקורה להם משהו, האנשים סביבם אומרים 'לא האמנו שיש להם בעיה'", אמרה.