



Spolufinancováno  
Evropskou unií

# Analytické podklady pro Krajský plán péče o duševní zdraví v Libereckém kraji pro období 2026-2030

Červenec 2025

# Obsah

|     |   |    |
|-----|---|----|
| 1.  | Úvod .....  | 1  |
| 1.1 | Kontext a cíle analýzy .....  | 1  |
| 1.2 | Základní terminologie a fakta .....   | 2  |
| 1.3 | Metodologický postup .....  | 5  |
| 2.  | Děti a mládež .....   | 1  |
| 2.1 | Výzkum duševního zdraví žáků (11-19 let) v Libereckém kraji .....   | 1  |
| 2.2 | Závěry a doporučení k systémovým opatřením.....   | 10 |
| 3.  | Dospělí .....   | 1  |
| 3.1 | Analýza stavu duševního zdraví a potřeb dospělé populace v Libereckém kraji .....   | 3  |
| 3.2 | Primárně pečující osoby s předškolními dětmi jako specificky ohrožená skupina .....                                       | 13 |
| 3.3 | Osoby již zasažené problémy v oblasti duševního zdraví .....  | 19 |
| 3.4 | Projekce budoucích potřeb sociálních služeb a podpory duševního zdraví z perspektivy stárnutí a vývoje obyvatelstva ..... | 25 |
| 3.5 | Doporučení k systémovým opatřením .....   | 36 |
| 4.  | Senioři .....   | 1  |
| 4.1 | Popis problematiky .....  | 1  |
| 4.2 | Kvalitativní analýza potřeb seniorů .....   | 1  |
| 4.3 | SWOT analýza služeb, které souvisí s duševním zdravím .....   | 6  |
| 4.4 | Doporučení pro podporu duševního zdraví seniorů v různých situacích .....   | 13 |
|     | Seznam literatury .....   | 16 |
|     | Seznam zkratk .....   | 19 |
|     | Seznam tabulek .....  | 21 |
|     | Seznam grafů .....  | 22 |
|     | Přílohy .....   | 24 |
|     | Příloha 1: Dotazníky WHO-5, PHQ-9 a GAD-7 .....   | 24 |
|     | Příloha 2: Doplnující otázky v dotazníku pro dospělé populaci .....   | 25 |

# 1. Úvod

Analytické podklady pro Krajský plán péče o duševní zdraví v Libereckém kraji pro období 2026-2030 (dále také „Analýza“) jsou zpracovány jakou součástí projektu „Podpora procesů v rámci reformy péče o duševní zdraví v Libereckém kraji“, registrační č. CZ.03.02.02/00/22\_006/0001329.

Zpracovatelem analýzy je Ernst & Young, s.r.o. (dále také „EY“ či „Dodavatel“) na základě smlouvy uzavřené mezi EY a Libereckým krajem (dále také „Zadavatel“ či „Kraj“).

## 1.1 Kontext a cíle analýzy

Tato Analýza slouží jako podklad pro tvorbu **Krajského plánu péče o duševní zdraví v Libereckém kraji pro období 2026-2030**. Analýza se vztahuje ke třem hlavním oblastem kopírujícím cílové skupiny, kterými jsou:

1. Děti a mladiství
2. Dospělí
3. Senioři.

U každé z těchto tří cílových skupin je zjišťován stav duševního zdraví a úroveň potřeb a poptávky po službách, které s duševním zdravím souvisí. Konkrétní témata vycházející pro každou cílovou skupinu a jejich řazení v Analýze jsou zobrazena v tabulce 1.

**Tabulka 1: Kapitoly Analýzy**

|        |                                   |   |
|--------|-----------------------------------|---|
| Kap. 1 | Úvod                              | Kontext a cíle Analýzy a definice základních termínů.   |
| Kap. 2 | Děti a mladiství                  | Téma 1: Výzkum duševního zdraví žáků (11-19 let) v Libereckém kraji   |
| Kap. 3 | Dospělí                           | Téma 1: Analýza stavu duševního zdraví a potřeb dospělé populace v Libereckém kraji<br>Téma 2: Projekce budoucích potřeb sociálních služeb a podpory duševního zdraví z perspektivy stárnutí a vývoje obyvatelstva<br>Téma 3: Osoby již zasažené problémy v oblasti duševního zdraví<br>Téma 4: Primárně pečující osoby s předškolními dětmi jako specificky ohrožená skupina |
| Kap. 4 | Senioři                           | Téma 1: Kvalitativní analýza potřeb seniorů (65+)<br>Téma 2: SWOT analýza služeb, které souvisí s duševním zdravím seniorů  |
|        | Seznam literatury a další seznamy | Kapitola obsahuje seznam literatury a dalších zdrojů využitých v rámci Analýzy, seznam zkratk, tabulek a grafů.   |
|        | Přílohy                           | Součástí příloh jsou plné verze využitých dotazníků.  |

## 1.2 Základní terminologie a fakta

Tato podkapitola vymezuje pojem duševního zdraví a přibližuje základní strukturu systému péče o duševní zdraví v České republice. Následně představuje rozsah veřejných výdajů do této oblasti na úrovni Libereckého kraje a představuje organizace podpořené z krajského rozpočtu či rozpočtu obcí v roce 2024.

Zjištění této Analýzy, týkající se stavu duševního zdraví populace, jejich potřeb a dostupnosti služeb souvisejících s duševním zdravím, slouží jako podpora při tvorbě strategie pro rozvoj sociálních služeb a sítě Kraje. Tento přístup odpovídá principům **tvorby politik založených na důkazech** (evidence-based policy making, EBPM), který využívá systematický sběr a analýzu dat pro tvorbu informovaných rozhodnutí ve veřejných politikách (Cairney, 2016). Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj (OECD, 2021) na základě diskusí s experty a stakeholdery stanovila rámec, podle kterého je možné hodnotit výkonnost a schopnost systému péče o duševní zdraví. Rámec obsahuje 6 hlavních principů, který by měl dobrý systém péče o duševní zdraví splňovat:

1. Je orientovaný na jednotlivce, který prožívá duševní onemocnění.
2. Má dostupné, vysoce kvalitní služby v oblasti duševního zdraví.
3. Uplatňuje integrovaný, mezioborový přístup k duševnímu zdraví.
4. Předchází duševním onemocněním, podporuje prevenci a duševní pohodu.
5. Má silné vedení a dobrou správu.
6. Je orientovaný na budoucnost a je inovativní.

Tato analýza je zpracována v souladu s uvedenými principy.

### 1.2.1 Vymezení pojmu duševní zdraví

Duševní zdraví, klíčové téma této Analýzy, lze podle Světové zdravotnické organizace (WHO, 2022) charakterizovat jako **stav duševní pohody, který umožňuje lidem zvládat stres běžného života, uvědomovat si své schopnosti, dobře se učit a pracovat a přispívat své komunitě**. V této definici je obsaženo několik klíčových principů duševního zdraví, například:

- Duševní zdraví není pouze absence duševních poruch.
- Duševní zdraví je komplexní škála prožívaná u každého člověka individuálně a různě.
- Duševní zdraví umožňuje člověku realizovat svůj potenciál.

Duševní zdraví je také základní lidské právo, integrální komponent celkového zdraví a důležitá společenská hodnota. Duševní zdraví je ovlivněno vnějšími faktory, jako je stav společnosti, ekonomiky nebo životního prostředí (OECD, 2021).

### 1.2.2 Systém péče o duševní zdraví v České republice

V České republice (ČR) je systém péče o duševní zdraví rozdělen na lůžkové a ambulantní služby. Strategie reformy psychiatrické péče z roku 2013 nabádá ke zlepšení koordinace jednotlivých složek péče a posílení služeb v přirozeném prostředí pacienta, například pomocí komunitní péče<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> [reformaspsychiatrie.cz/sites/default/files/2021-03/Strategie\\_reformy\\_psychiatrické\\_péče.pdf](https://reformaspsychiatrie.cz/sites/default/files/2021-03/Strategie_reformy_psychiatrick%C3%A9_p%C3%A9%C4%8Dy.pdf)



#### Lůžková psychiatrická péče

Lůžková péče je zajišťována především psychiatrickými léčebnami nebo nemocnicemi a psychiatrickými odděleními nemocnic. Počet lůžek **akutní psychiatrické péče** mezi lety 2010 a 2017 klesl na 1300 lůžek. Od roku 2018 jejich počet mírně narůstá a jeho podíl na celkovém lůžkovém fondu je více než 5 %. Tento trend souvisí také s transformací psychiatrických nemocnic a léčeben, které redukují fond následné lůžkové péče a začínají poskytovat péči akutní. Důsledkem toho je postupný nárůst geografické dostupnosti akutní lůžkové péče v ČR. Počet lůžek **následné lůžkové péče** se snižuje, od roku 2010 dodnes klesl asi o 15 %. Následná péče je prováděna formou komunitní podpory a zdravotní péče, což je v souladu s reformou psychiatrické péče (Národní portál psychiatrické péče, 2021).



#### Ambulantní psychiatrická péče

Na území ČR funguje okolo 1 000 **ambulantních poskytovatelů psychiatrických zdravotních služeb**. Jejich dostupnost je regionálně velmi odlišná. Nejčastější diagnózy, kvůli kterým pacienti vyhledávají psychiatry, jsou neurotické, stresové a somatoformní poruchy (37,3 %) a organické duševní poruchy spolu s Alzheimerovou chorobou (14,7 %) (Národní portál psychiatrické péče, 2025).



#### Komunitní péče

Příkladem komunitní péče jsou **centra duševního zdraví (CDZ)**. Jsou zdravotně-sociální službou, která poskytuje péči lidem se závažným duševním onemocněním v jejich vlastním sociálním prostředí. Klíčovým konceptem u CDZ je case management, při kterém multidisciplinární tým poskytuje klientům terénní i ambulantní služby s cílem dosáhnout jejich soběstačnosti. CDZ působí regionálně se spádovým územím cca 100 tisíc obyvatel. Tým je složen z psychiatrických sester, sociálních pracovníků, pracovního konzultanta, psychiatra, psychologa a peer konzultanta, někde i adiktologa (Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2020; Psychoportál, 2025).



#### Neziskové organizace

Nestátní neziskové organizace (NNO) jsou důležitým aktérem v péči o duševní zdraví v ČR, doplňují státní a komerční sektor v oblastech, které nesou dostatečně pokryty tradičními institucemi. Jsou tak klíčovými partnery pro zajištění péče a pokroku v procesu reformy psychiatrické péče (Fokus ČR, 2025).

### 1.2.3 Příspěvky na péči o duševní zdraví v Libereckém kraji

Financování služeb péče o duševní zdraví z rozpočtů Kraje a obcí v Libereckém kraji se mezi roky 2022 a 2024 zvyšovalo, jak je uvedeno v Tabulce 2. V roce 2022 činila podpora 48,4 mil. Kč, což odpovídá 0,18 % souhrnných výdajů rozpočtů Kraje a obcí na území kraje. V roce 2023 podpora vzrostla na 50,7 mil. Kč, nicméně podíl na celkovém rozpočtu poklesl na 0,16 %, což ukazuje na nižší tempo růstu podpory oproti celkovému růstu výdajů. Pro rok 2024 dosáhla podpora výše 63,3 mil. Kč, ale finální údaj o výši celkových výdajů rozpočtu chybí. Tento vývoj naznačuje, že ačkoli finanční podpora absolutně roste, není její růst v poměru k rostoucím rozpočtům automatický. Zároveň lze pozorovat, že významnějším zdrojem financování je národní rozpočet společně s příspěvky z fondů Evropské unie (EU).

**Tabulka 2: Příspěvky na péči o duševní zdraví v Libereckém kraji**

|             |               |                |                   |        |
|-------------|---------------|----------------|-------------------|--------|
| <b>2022</b> | 48 432 482 Kč | 132 270 223 Kč | 27 628 000 000 Kč | 0,18 % |
| <b>2023</b> | 50 707 885 Kč | 177 224 377 Kč | 31 611 000 000 Kč | 0,16 % |
| <b>2024</b> | 63 343 118 Kč | 203 090 259 Kč | -                 | -      |

Zdroj: vlastní zpracování podkladů od Zadavatele a na základě Českého statistického úřadu (ČSÚ, 2024) a Liberecký kraj (2024)

Tabulka 3 zachycuje subjekty, které v Libereckém kraji působí v oblasti péče o duševní zdraví a které obdržely finanční podporu z krajského či obecního rozpočtu, a nezohledňuje například: zdravotnická zařízení (psychiatrické ambulance, nemocnice), služby hrazené plně ze zdravotního pojištění, služby financované čistě z národních dotačních titulů, evropských fondů, nadací nebo soukromých zdrojů. Pro správné hodnocení potřeb a dopadů péče je vždy nutné zohledňovat také celostátní rámec a mezioborové přesahy.

**Tabulka 3: Seznam organizací podpořených z krajského rozpočtu či rozpočtu obcí v roce 2024**

|                           |                     |  |                           |  |
|---------------------------|---------------------|--|---------------------------|--|
| FOKUS Liberec<br>o.p.s.   | ADVAITA, z. ú.      | Návrat, o.p.s.                               | Maják NMPS,<br>z.ú.       | Centrum intervenčních<br>a psychosociálních služeb<br>LK, p.o. |
| FOKUS Semily, z. s.       | Most k naději, z.s. | Charita Česká<br>Lípa                        | Maják Hrádek<br>z.ú.      | Domov důchodců Sloup<br>v Čechách, p.o.                        |
| FOKUS Turnov, z.s.        | Lexus               | Charita Liberec                              | Maják Plus, z.ú.          |  |
| Sdružení TULIPAN,<br>z.s. |                     | Naděje                                       | Člověk v tísní,<br>o.p.s. |  |
| Rythmus Liberec           |                     | Sociální služby<br>města České<br>Lípy, p.o. | Rodina v centru,<br>z.ú.  |  |
|                           |                     | Charita Most                                 | Diakonie ČCE              |  |

Zdroj: vlastní zpracování podkladů od Zadavatele

<sup>2</sup> Zdroj: Liberecký kraj, 2024. *Finanční zdroje kraj*.

<sup>3</sup> Zdroj: ČSÚ, 2024. *Statistická ročenka Libereckého kraje 2024*. Dostupné z: <https://csu.gov.cz/produkty/statisticka-rocenka-libereckeho-kraje-2024>

### 1.3 Metodologický postup

Tato kapitola poskytuje systematický přehled využitých metod šetření a jejich přiřazení k jednotlivým kapitolám Analýzy, jež byly využity pro získání potřebných dat a informací. Tabulka níže poskytuje přehled metod šetření využitých v jednotlivých kapitolách. Metodologie využitá pro dílčí oblasti je dále zkonkretizovaná s ohledem na specifika a zaměření jednotlivých oblastí v relevantních podkapitolách Analýzy.

**Tabulka 4: Matice metod použitých v Analýze**

**Legenda:** ■ – metoda využitá pro vyhodnocení stavu dané cílové skupiny

|                  |   | METODY ŠETŘENÍ |                     |       |       |       |           |                          |              |
|------------------|---|----------------|---------------------|-------|-------|-------|-----------|--------------------------|--------------|
|                  |   | Desk research  | Dotazníkové šetření |       |       |       | Rozhovory | Analýza sekundárních dat | SWOT analýza |
|                  |   |                | WHO-5               | PHQ-9 | GAD-7 | EIU-5 |           |                          |              |
| Děti a mladiství |   | ■              | ■                   | ■     | ■     | ■     |           |                          |              |
| Dospělá populace | Primárně pečující osoby   | ■              | ■                   | ■     | ■     |       | ■         |                          |              |
|                  | Osoby již zasažené duševním onemocněním                                 | ■              |                     |       |       |       | ■         |                          |              |
|                  | Projekce budoucích potřeb   | ■              |                     |       |       |       | ■         |                          |              |
|                  | Analýza stavu péče o duševní zdraví dospělé populace v Libereckém kraji | ■              | ■                   | ■     | ■     |       |           |                          |              |
| Senioři          |   | ■              | ■                   | ■     | ■     |       | ■         | ■                        |              |

Zdroj: vlastní zpracování na základě Zadávací dokumentace

#### Desk research

Metoda desk research byla klíčovým krokem k pochopení současného stavu služeb a potřeb obyvatel a zároveň sloužila jako výchozí metoda pro teoreticko-metodologická východiska, na kterých jsme založili postup zpracování Analýzy. Využili jsme již existující analýzy, vědecké studie, akademické články a data, jako jsou statistické údaje o výskytu duševních onemocnění v Libereckém kraji nebo dostupnosti psychiatrické a psychologické péče, což nám umožnilo zmapovat, jaké služby jsou v Kraji k dispozici a kde se nacházejí největší mezery, bez nutnosti vlastních výzkumů, časově i finančně náročných.

#### Polostrukturované rozhovory

Další metodou, kterou jsme v Analýze využili, je metoda polostrukturovaných rozhovorů s cílovou skupinou, která nám umožnila hlubší porozumění výsledkům dotazníků a rozšíření o kvantitativní data a kontextové informace. Také nám umožnila hlouběji proniknout do tématu, než je tomu u čistě strukturovaných rozhovorů nebo dotazníků, protože poskytla prostor pro spontánní odpovědi a zkoumání souvislostí, které by uzavřenými otázkami zůstaly skryté. Díky

otevřeným otázkám mohli respondenti přinést nové podněty a témata, která výzkumník původně nepředpokládal, což udělalo z polostrukturovaných rozhovorů cenný nástroj pro explorativní výzkum.

### Dotazníkové šetření

Pro mapování aktuálního stavu duševního zdraví v Libereckém kraji jsme využili vlastní dotazníkové šetření se čtyřmi standardizovanými škálami pro hodnocení různých aspektů duševního zdraví. Tuto metodu jsme zvolili pro monitoring stavu duševního zdraví u dětí a mladistvých a u dospělé populace. Jedná se o škály, které byly dříve využity v rámci Národního monitoringu duševního zdraví dětí a adolescentů realizovaným Národním ústavem duševního zdraví (NÚDZ, 2023) a v opakovaných šetřeních agentury Eurofound<sup>4</sup> (2021; 2022).

Existence těchto analýz nám umožnila zasadit výsledky vlastního šetření do širšího kontextu. Škály byly původně vyvinuty pro dospělou populaci, následně došlo k jejich adaptaci i pro demografickou skupinu dětí a mladistvých. V řadě vědeckých studií, včetně studie NÚDZ, byla ověřena jejich validita pro měření charakteristik duševního zdraví u různých cílových skupin, včetně vhodnosti české jazykové mutace.

Konkrétní škály využitě v Analýze jsou (i) World Health Organisation Well-being Index (**WHO-5**), (ii) Patient Health Questionnaire (**PHQ-9**), (iii) Generalised Anxiety Questionnaire (**GAD-7**) a (iv) Excessive Internet Use (**EIU-5**). Tyto škály jsou jednoduché a vyplnění dotazníku není časově náročné, což podporuje jejich vhodnost pro mapování duševního zdraví populace (Johnson et al., 2019; Levis et al., 2019; Topp et al., 2015). Je však nutné zdůraznit, že se **nejedná o klinické diagnostické nástroje, ale screeningové dotazníky**, které slouží k **orientačnímu zhodnocení míry existujících symptomů**. Pro stanovení diagnózy je vždy nezbytné odborné posouzení psychiatrem nebo klinickým psychologem.

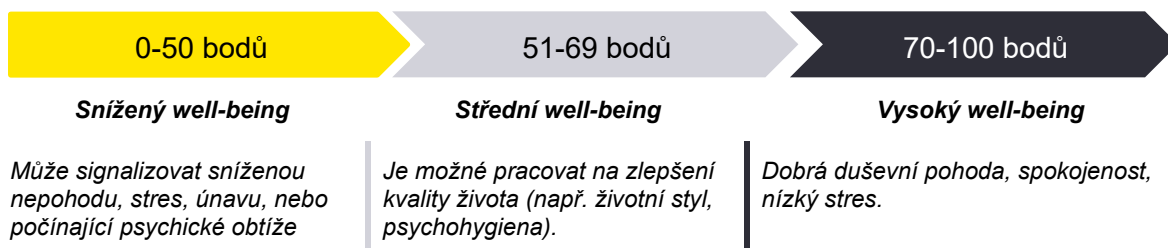
Všechny vybrané nástroje využívají sebe-hodnocení, tedy subjektivní hodnocení dotazovaných oblastí. Níže v textu uvádíme popis jednotlivých škál ve větším detailu. Konkrétní otázky každé škály jsou pak součástí Přílohy č. 1 této Analýzy, které byly doplněny o populační otázky uvedené v Příloze č. 3 této Analýzy.

### WHO-5

Škála WHO-5 **se zaměřuje na well-being, tedy emoční pohodu, a subjektivní psychickou pohodu** v posledních čtrnácti dnech. Formou pěti otázek je zjišťována nálada, pohoda nebo naplnění. Škála vznikla odvozením ze škály WHO-10 a WHO-28. Odpovědi na otázky jsou rozprostřeny na šestibodové Likertově škále od 0 (nikdy) do 5 (celou dobu). Konečné skóre pro výpočet stavu well-beingu vzniká vynásobením celkového skóre čtyřmi, kdy 0 znamená nejhorší a 100 nejlepší subjektivní well-being. Skóre menší než 50 je často používáno jako hranice pro identifikaci snížené pohody a potenciální deprese, přičemž skóre menší než 28 může indikovat závažnou depresi. WHO-5 se vyznačuje vysokou validitou a spolehlivostí v různých kulturních i klinických kontextech a je široce využívána jako screeningový nástroj i měřítko výsledků léčby (Kučera et al., 2023; Topp et al., 2015).

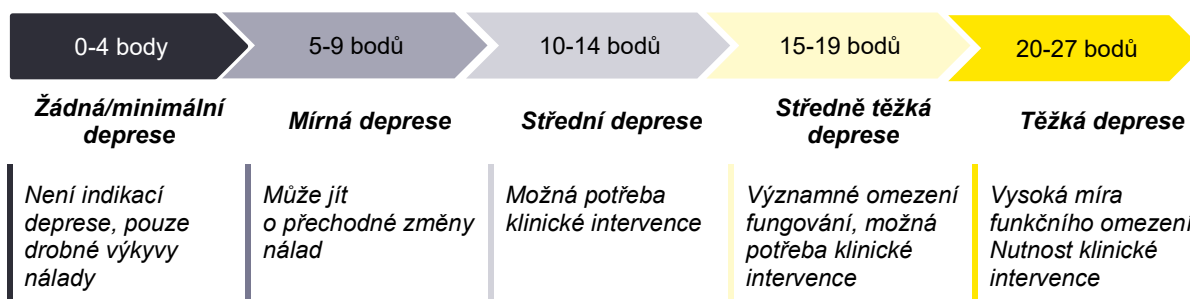
---

<sup>4</sup> Eurofound (2021), *Living, working and COVID-19 (Update April 2021): Mental health and trust decline across EU as pandemic enters another year*, Publications Office of the European Union, Luxembourg.  
Eurofound-ETF (2022), *Living, working and COVID-19 in the European Union and 10 EU neighbouring countries*, Publications Office of the European Union, Luxembourg.



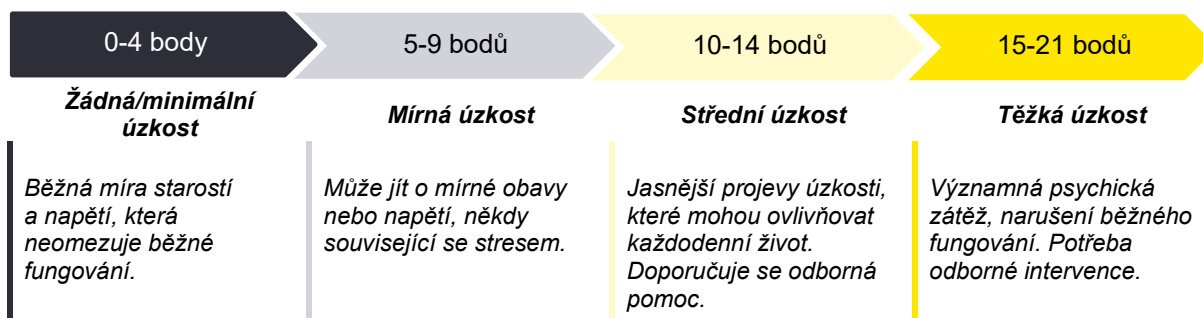
## PHQ-9

Škála PHQ-9 **slouží k hodnocení závažnosti depresivních symptomů** v posledních dvou týdnech. Respondenti odpovídají na devět otázek na Likertově škále od 0 (vůbec ne) do 3 (téměř každý den). Celkové skóre je složeno ze součtu všech odpovědí a poté rozděleno do pěti pásem deprese: žádná nebo minimální deprese (1–4 bodů), mírná deprese (5–9 bodů), střední deprese (10–14 bodů), středně těžká deprese (15–19 bodů) a těžká deprese (20–27 bodů). Skóre  $\geq 10$  obvykle indikuje potřebu klinické intervence, přičemž vyšší skóre vyžaduje kombinaci psychoterapie, medikace nebo obojího (Kučera et al., 2023; Levis et al., 2019).



## GAD-7

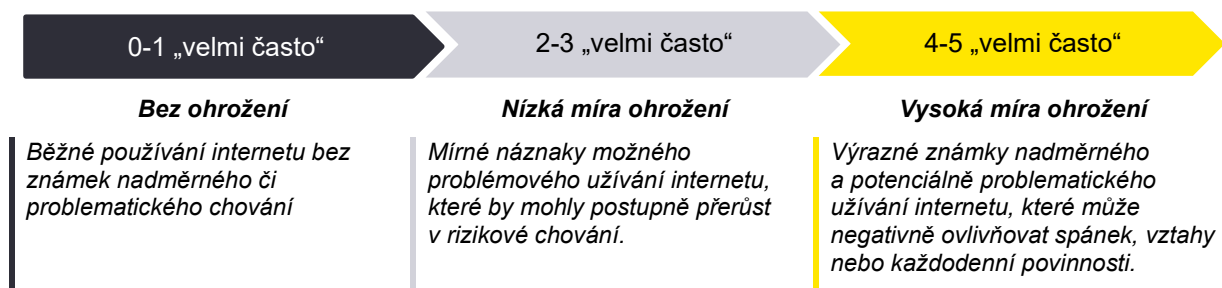
Škála GAD-7 je používána k **hodnocení příznaků úzkostných symptomů** během posledních dvou týdnů. Odpovědi jsou organizovány na Likertově škále od 0 (vůbec ne) do 3 (téměř každý den), respondenti odpovídají, nakolik se na ně vztahují specifické symptomy. Celkové skóre je součtem odpovědí. Výsledné skóre lze rozdělit do čtyř kategorií: žádná nebo minimální úzkost (0–4 bodů), mírná úzkost (5–9 bodů), střední úzkost (10–14 bodů) a těžká úzkost (15–21 bodů). Skóre  $\geq 10$  obvykle indikuje klinicky významnou úroveň úzkosti, která vyžaduje další diagnostické zhodnocení a případnou intervenci, jako je psychoterapie nebo farmakoterapie (Johnson et al., 2019; Kučera et al., 2023).



## EUI-5

Škála excesivního užívání internetu (EIU-5) pomocí pěti položek **ověřuje nadměrné používání internetu**. Nadměrné užívání je v tomto případě chápáno jako takové používání online aplikací, které s sebou nese riziko negativních důsledků, například narušení spánku, vztahů nebo školních povinností. Právě děti a dospívající jsou v této oblasti obzvláště ohroženou skupinou, protože tráví na internetu výrazně více času než předchozí generace a zároveň se u nich v této vývojové fázi snadno formují návyky (Škařupová et al., 2015).

Dotazník obsahuje pět výroků popisujících typické situace spojené s problematickým užíváním internetu. Respondenti pak mají uvést, zda a jak často se jim dané situace staly během posledního roku. Pro odpovědi mohou vybírat na čtyř položkové Likertově škále od „nikdy“ (0 bodů), „ne moc často“ (1 bod), „docela často“ (2 body) a „velmi často“ (3 body). Odpovědi jsou poté vyhodnoceny podle četnosti odpovědí „velmi často“. V případě, že respondent uvedl „velmi často“ u žádného nebo jednoho výroku, je klasifikován jako „bez ohrožení“, v případě 2-3 odpovědí „velmi často“ je s nízkou mírou ohrožení a více než 3 takové odpovědi jej zařadí do skupiny lidí s vysokou mírou ohrožení závislostí na internetu.



## Analýza sekundárních dat

K projekci budoucích potřeb sociálních služeb a podpory duševního zdraví jsme využili metodu predikce na základě lineárního trendu, která spočívá v odhadu lineárního vztahu mezi časem a hodnotou sledované proměnné. Lineární trend byl odhadnut pomocí jednoduché lineární regrese, kde byl čas (v našem případě kalendářní roky 2010–2023) použit jako nezávislá proměnná a příslušná veličina (v našem případě historické hodnoty počtu pacientů s danou diagnózou) jako proměnná závislá. Predikce pak odpovídají hodnotám této regresní přímky za hranicí dostupného časového období. Použitý model lze zapsat ve tvaru:

$$\hat{y}_t = \alpha + \beta * t$$

kde  $\hat{y}_t$  označuje predikovaný počet pacientů v roce  $t$ ,  $\alpha$  je odhadnutá hodnota průsečíku a  $\beta$  vyjadřuje průměrnou roční změnu počtu pacientů.

Tato metoda je srozumitelná, snadno interpretovatelná a praktická zejména v situacích, kdy jsou k dispozici pouze kratší časové řady a omezený rozsah dat. Díky nízkým nárokům na vstupní informace a jednoduché implementaci je vhodná pro orientační predikce i jako výchozí bod pro porovnání s případnými komplexnějšími přístupy. Mezi její omezení patří neschopnost zachytit případné výkyvy či nelinearity v historickém vývoji dané časové řady a citlivost na výběr konkrétního časového úseku, což může ovlivnit spolehlivost výsledků v případě strukturálních změn. Metoda také neumožňuje přikládat větší váhu novějším pozorováním. Predikce byla technicky realizována v prostředí RStudio, ve kterém byla použita funkce `lm()` a `predict()` ze základního prostředí R, které poskytuje vhodné nástroje pro práci s časovými řadami a predikčními modely.

A young girl with dark hair, wearing a brown patterned blouse, is seen from behind, sitting at a wooden desk in a classroom. She has her right arm raised high, with her hand open, as if wanting to answer a question. In the background, other students are visible, including a boy in a light blue shirt and a girl in a green sweater, also with their hands raised. A whiteboard is visible in the background. A large yellow rectangular overlay is positioned in the upper left quadrant of the image, containing the text 'Děti a mladiství' in black.

## **Děti a mladiství**

## 2. Děti a mladiství

NÚDZ v roce 2023 realizoval průlomovou studii duševního zdraví žáků devátých tříd v ČR. Výzkum přinesl unikátní data o stavu adolescentů v oblasti well-beingu i symptomatologie deprese a úzkosti. Výsledky ukazují znepokojivý obraz: více než 50 % žáků vykazuje nízký well-being, 30 % projevuje známky středně těžké až těžké úzkosti a 40 % vykazuje symptomy středně těžké až těžké deprese (Kučera et al., 2023). Nový výzkum Univerzity Palackého odhalil, že asi 16 % mladistvých a dětí v Česku se potýká se sebepoškozováním v takové míře, že by měli vyhledat odbornou pomoc. Celkově jde zhruba o 70 tisíc mladých lidí, většinou dívek (Švihel, 2025). Celosvětově mezi nejčastější duševní problémy u dospívajících patří úzkostné poruchy, které postihují 4,4 % dětí ve věku 10-14 let a 5,5 % adolescentů ve věku 15-19 let. Poruchy chování, jako je porucha pozornosti s hyperaktivitou (ADHD), se vyskytují u 2,9 % mladších dětí a 2,2 % starších dospívajících. Další závažné problémy zahrnují poruchy příjmu potravy a psychózu. Sebevražda je alarmujícím třetím nejčastějším důvodem úmrtí ve věkové skupině 15-29 let (World Health Organisation, 2024).



Duševní zdraví dětí a mladistvých je globální výzvou, protože **celosvětově trpí duševní poruchou přibližně jeden ze sedmi adolescentů ve věku 10–19 let** (World Health Organisation, 2024).

**Asi polovina veškerých duševních onemocnění vypukne před 14. rokem věku života** (Solmi et al., 2022), období dospívání je tak klíčové pro formování duševního zdraví. Fyzické, emocionální i sociální změny činí dospívající osoby zranitelnějšími vůči problémům s duševním zdravím. Děti a dospívající s duševními problémy často čelí stigmatizaci a diskriminaci, problémům s učením, sociálnímu vyloučení nebo problémům s fyzickým zdravím. Tyto faktory mohou mít dlouhodobý dopad na jejich celkovou životní perspektivu, protože duševní zdraví dětí a dospívajících je jedním z determinantů duševního zdraví v dospělosti. Proto je důležité dbát na preventivní opatření, zajistit rovný přístup k péči o duševní zdraví a poskytovat podporu sociálně-emočního učení v rodině i ve škole. Detekce příznaků a vhodná léčba jsou podmínkou pro zlepšení podmínek pro duševně nemocné děti a mladistvé, respektování jejich lidských práv a podporu prožití naplněného života. Včasná intervence, komplexní péče a dostupná podpora jsou významné pro včasné rozpoznání příznaků a zahájení léčby (McGorry & Mei, 2018).

### 2.1 Výzkum duševního zdraví žáků (11-19 let) v Libereckém kraji

Výzkum duševního zdraví žáků byl realizován prostřednictvím dotazníkového šetření. Metodologie se opírá o čtyři standardizované sebereportovací škály: WHO-5, PHQ-9, GAD-7 a EIU-5. Tyto nástroje neslouží ke klinické diagnostice duševních onemocnění, ale jedná se o screeningové dotazníky, které orientačně hodnotí míru existujících symptomů. Konkrétní otázky každé škály jsou součástí přílohy č. 1. Analýzy a postup jejich vyhodnocení je detailně popsán v kapitole 1.3.

Dotazníkové šetření bylo realizováno tak, aby splňovalo výzkumné standardy SIMAR s důrazem na dotazování dětí, mládeže a zranitelných osob.<sup>5</sup> Respondenti byli oslovovaní

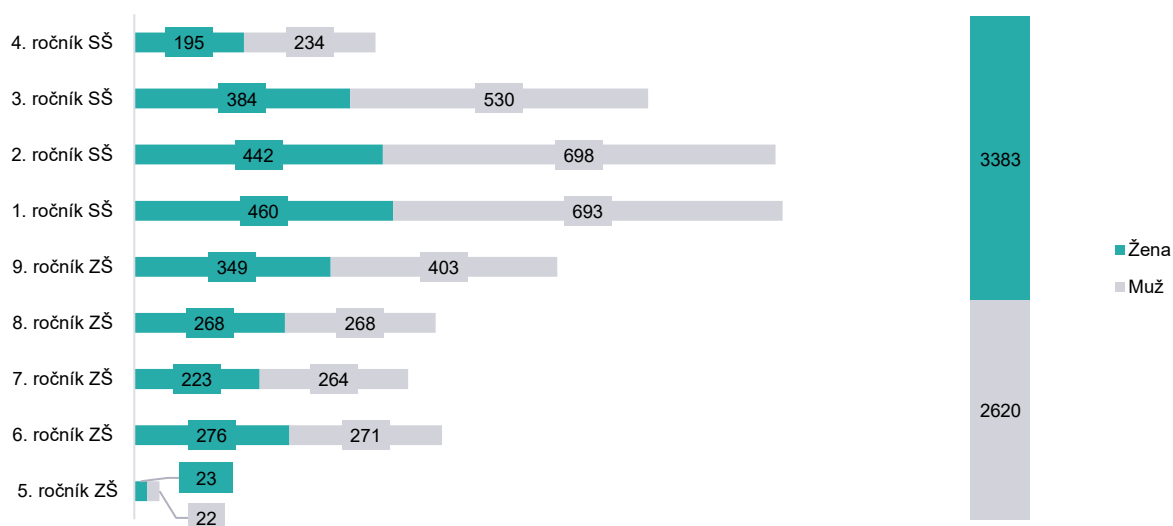
<sup>5</sup> SIMAR. *Standard 09: Pravidla realizace výzkumných šetření s dětmi, mládeží a dalšími zranitelnými osobami.* (2021). Kniha standardů SIMAR. [https://simar.cz/assets/media/files/standardy/Standard\\_09.pdf](https://simar.cz/assets/media/files/standardy/Standard_09.pdf)

nepřímo prostřednictvím škol v Kraji v úzké spolupráci se Zadavatelem a Odborem školství Libereckého kraje. Celkem se šetření zúčastnilo 58 škol. Pilotní sběr dat probíhal v termínu od 5. do 16. května 2025, primární sběr od 26.5.2025 do 30.6.2025 a dodatečný sběr dat na školách, které se nezapojily do primárního sběru dat od 1.9.2025 do 13.10.2025. Tento přístup umožnil efektivní sběr dat mezi nezletilými respondenty. Žáci mladší 15 let byli k šetření připuštěni pod podmínkou zajištění podpisu informovaného souhlasu s účastí v šetření jejich zákonným zástupcem. EY zajistilo podpůrné materiály a podporu při realizaci průzkumu, konkrétní způsob provedení šetření si určovaly školy individuálně. Díky sběru dat ve školách byl zajištěn reprezentativní vzorek kombinující odpovědi žáků spadajících do všech věkových a socio-ekonomických skupin. Každé oslovené škole byl zaslán individuální odkaz pro vyplnění dotazníku, čímž byly odpovědi respondentů doplněny o informaci, do jaké školy respondent chodí, a tedy do působnosti které obce s rozšířenou působností (ORP) tato vzdělávací instituce spadá.

Přes robustní počet respondentů šetření spoléhá na sebehodnocení, což může vést k podhodnocení nebo nadhodnocení symptomů duševního zdraví. Použité škály (WHO-5, PHQ-9, GAD-7 a EIU-5) nemusí plně zachytit komplexitu duševního zdraví. Tyto výsledky jsou platné pouze pro daný časový rámec a geografickou oblast, a jakékoli změny v sociálních, ekonomických nebo zdravotních podmínkách mohou ovlivnit jejich relevanci v budoucnu.

Celkový vzorek čítá **6 003** respondentů, kteří dotazník kompletně vyplnili a řádně odeslali. Nekompletní odpovědi nebyly do vyhodnocení zahrnuty. Ve vzorku respondentů převažuje ženské pohlaví, které s celkovým počtem 3 383 respondentů tvoří 56,35 % vzorku. Mužských respondentů je 2 620, tedy 43,65 %. Grafické zobrazení rozdělení respondentů dle věku a pohlaví je zobrazeno v Grafu 1.

**Graf 1: Demografické ukazatele – skupina respondentů dětí a mladistvých**

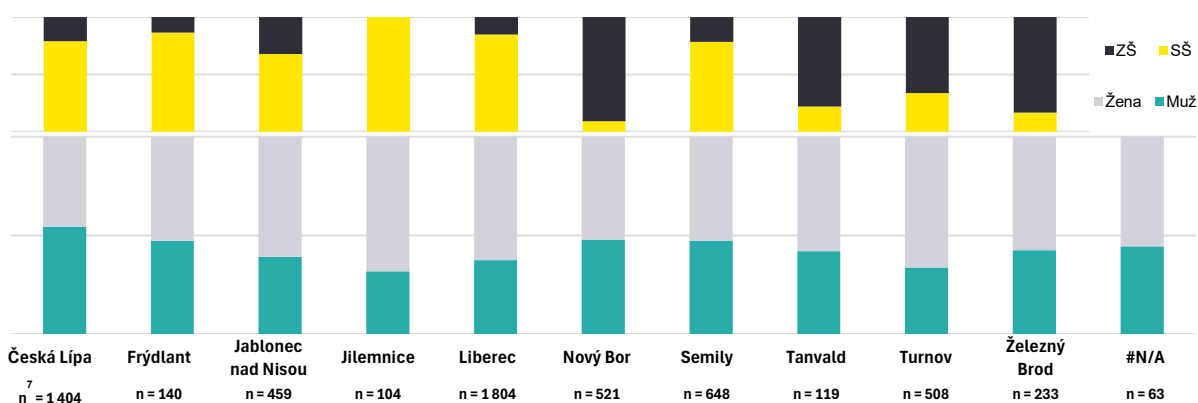


Zdroj: vlastní zpracování

Limitace výzkumu spočívá v náhodném výběru vzorku respondentů a účasti v dotazníkovém šetření na bázi dobrovolnosti jednotlivých škol a respondentů. Data na úrovni ORP jsou dále

zatížena možným zkreslením z důvodu, že se nejedná o ORP respondentů, ale jejich školy<sup>6</sup>. Dalším nedostatkem dat je nerovnoměrné rozložení respondentů dle věku napříč ORP. Z Tabulky 5 je patrné, že v ORP **Česká Lípa, Frýdlant, Jablonec nad Nisou, Liberec, Semily a Jilemnice** je **převaha respondentů 1. až 4. ročníku středních škol (SŠ)**, zatímco v ORP **Nový Bor, Tanvald, Turnov a Železný Brod** převažují respondenti 5. až 9. ročníku základních škol (ZŠ). Rozložení dle pohlaví je také nerovnoměrné, ale výkyvy nejsou tak patrné jako v případě věku. Jedná se primárně o ORP Jablonec nad Nisou, Jilemnice, Liberec a Turnov, ve kterých je převaha respondentů ženského pohlaví patrnější než ve zbytku ORP. Česká Lípa jako jediný územní celek vykazuje převahu respondentů mužského pohlaví. 65 respondentů nebylo možné z důvodu technické chyby zařadit do jednoho z ORP.

**Tabulka 5: Poměr respondentů dle pohlaví a věku v jednotlivých ORP jejich škol**



Zdroj: vlastní zpracování

Celkové výsledky napříč pohlavími, ORP a ročníky jsou zobrazeny v Tabulce 6. Deskriptivní (popisné) statistiky k jednotlivým škálám jsou zobrazeny v Tabulce 7. Z monitoringu duševního zdraví dětí a mladistvých v Libereckém kraji vyplývá, že 55,6 % žáků vykazuje snížený well-being, tedy že jejich subjektivní vnímání vlastní duševní pohody poukazuje na to, že se mohou potýkat se zvýšeným stresem, únavou, nebo počínajícími psychickými obtížemi. Průměrné skóre této škály okolo 46 také naznačuje, že se velké množství žáků potýká se sníženým well-beingem.

Výsledky symptomatologie deprese naznačují, že s významnými depresivními symptomy, které mohou vést k vážnému narušení fungování, se potýká 7,1 % respondentů (těžká deprese dle škály PHQ-9), resp. 19,9 % respondentů (těžká a středně těžká deprese dle škály PHQ-9). Ohrožení úzkostnými symptomy čelí 12,79 % respondentů. Průměrné skóre škály PHQ-9, tedy 9,3 spadá na pomezí mírné a střední deprese, což naznačuje, že snížený well-being nutně nemusí vyvolávat depresivní symptomy, které si žádají neodkladnou odbornou intervenci. I u škály GAD-7 odpovídají průměrné hodnotě mírné symptomy úzkosti. Tyto výsledky lze tedy vnímat tak, že je zde prostor pro **preventivní opatření**, která by mohla

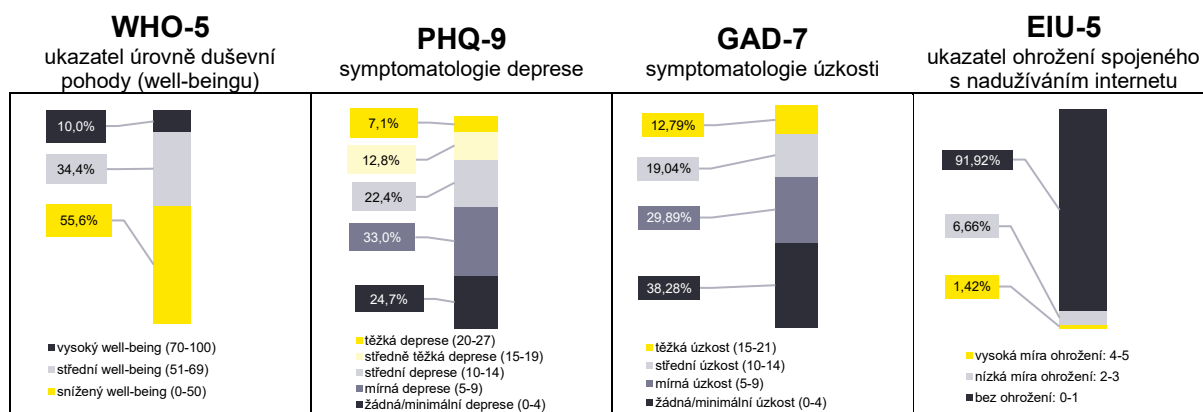
<sup>6</sup> ORP bylo zpětně určeno prostřednictvím dat z individualizovaného odkazu, pomocí kterého byl dotazník zprostředkován respondentům jejich vzdělávací institucí.

<sup>7</sup> n = počet odpovědí zařazených do analýzy dat (data očištěná o odpovědi s neuděleným souhlasem s účastí v dotazníkovém šetření, nevyplněným souhlasem zákonného zástupce s účastí v dotazníkovém šetření, a nedokončené odpovědi)

zamezit případnému rozvinutí depresivních a úzkostných symptomů u většího množství mladistvých, kteří se aktuálně potýkají se sníženou subjektivní duševní pohodou.

Ukazatel ohrožení spojeného s nadužíváním internetu poukazuje na velmi nízké množství ohrožených dětí a mladistvých v Libereckém kraji. Pouze 1,42 % respondentů čelí vysoké míře ohrožení a téměř 92 % dětí a mladistvých je bez ohrožení v kontextu využívání internetu. To naznačuje, že nelze jednoduše spojit nízkou duševní pohodu čistě pouze s nadužíváním internetového obsahu.

**Tabulka 6: Agregované výsledky monitoringu duševního zdraví dětí a adolescentů v Libereckém kraji**



Zdroj: vlastní zpracování

**Tabulka 7: Popisné statistiky agregovaných dat pro jednotlivé využití škály**

|  | WHO-5<br>ukazatel úrovně duševní pohody (well-beingu) | PHQ-9<br>symptomatologie deprese | GAD-7<br>symptomatologie úzkosti | EIU-5<br>ukazatel ohrožení spojeného s užíváním internetu |
|--|---|----------------------------------|----------------------------------|---|
| Průměr   | 46,042  | 9,265                            | 7,346                            | 0,348   |
| Směrodatná chyba (standard error) <sup>8</sup>         | 0,249   | 0,077                            | 0,071                            | 0,011   |
| Medián <sup>9</sup>                                    | 48  | 8                                | 6                                | 0   |
| Modus <sup>10</sup>                                    | 60  | 7                                | 3                                | 0   |
| Směrodatná odchylka (standard deviation) <sup>11</sup> | 19,309  | 5,981                            | 5,515                            | 0,820   |
| Rozpětí  | 100   | 27                               | 21                               | 5   |
| Minimum  | 0   | 0                                | 0                                | 0   |
| Maximum  | 100   | 27                               | 21                               | 5   |
| Počet respondentů (n)                                  | 6 003   | 6 003                            | 6 003                            | 6 003   |

Zdroj: vlastní zpracování

<sup>8</sup> kvantifikuje, jak moc se očekává, že se průměr souboru dat bude lišit od skutečného průměru populace

<sup>9</sup> Hodnota, která dělí řadu vzestupně seřazených výsledků na dvě stejné početné poloviny

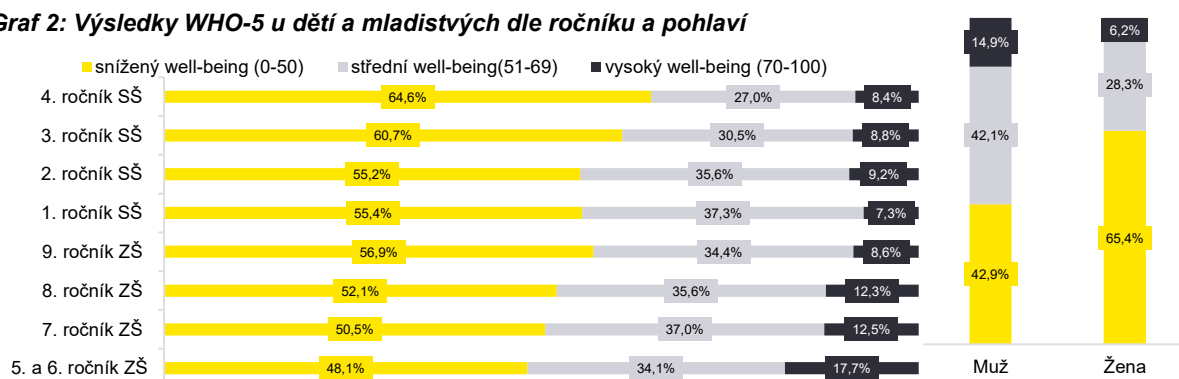
<sup>10</sup> Nejčastěji uváděná hodnota

<sup>11</sup> Ukazuje, do jaké míry jsou body rozptýleny od průměru; (čím menší směrodatná odchylka, tím menší rozptyl, tím méně se hodnoty jednotlivých respondentů od sebe liší)

## WHO-5

Výsledky pro úroveň well-beingu v Libereckém kraji u skupiny dětí a mladistvých dle věku naznačují vysoké rozdíly napříč věkovými skupinami. Jak je zjevné z Grafu 2, se sníženým well-beingem se v 5. a 6. ročníku ZŠ potýká přibližně 48,1 % žáků, ve 4. ročníku SŠ pozorujeme o 16,5 p.b. vyšší údaj. Lze tedy konstatovat, že s rostoucím věkem se u dětí a mladistvých snižuje subjektivní well-being. Lze v tomto případě také vyloučit, že by hlavní faktor v tomto případě bylo pohlaví, jelikož je množství žáků vykazujících snížený well-being vyšší v případě žáků 4. ročníku SŠ než v případě 1. a 2. ročníku ZŠ, přestože v posledních dvou zmíněných je vysoká převaha respondentů ženského pohlaví. Právě pohlaví respondentů je dle dat z dotazníkového šetření determinantem úrovně duševní pohody. Relativní množství chlapců, kteří vykazují snížený well-being oproti celkové populaci respondentů je menší než v případě děvčat, u vysokého well-beingu je to naopak.

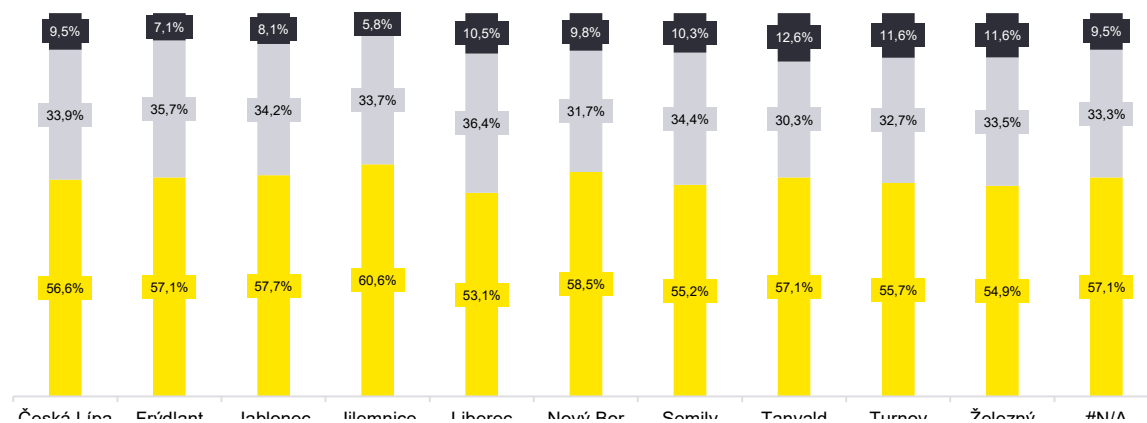
**Graf 2: Výsledky WHO-5 u dětí a mladistvých dle ročníku a pohlaví**



Zdroj: vlastní zpracování

Oproti výše zmíněným faktorům, tedy věku a pohlaví, je rozdělení respondentů dle územní příslušnosti jejich školy spojené se spíše vyrovnanými výsledky. Jak je zobrazeno v Grafu 3, procentuální zastoupení žáků se sníženým well-beingem se pohybuje mezi 55,2 % (ORP Semily) a 60,6 % (ORP Jilemnice). Je zde mírně patrný jak vliv věku, tak vliv pohlaví (například na území ORP Jilemnice, kde byli respondenti složení převážně ze středoškolských studentů ženského pohlaví pozorujeme nejvyšší zastoupení žáků se sníženým well-beingem). U většiny území ORP však nelze jednoznačně na základě věku a pohlaví vysvětlit zvýšený počet žáků se sníženým well-beingem (například u ORP Nový Bor, ORP Frýdlant a ORP Tanvald).

**Graf 3: Výsledky WHO-5 u dětí a mladistvých dle území ORP**



Zdroj: vlastní zpracování

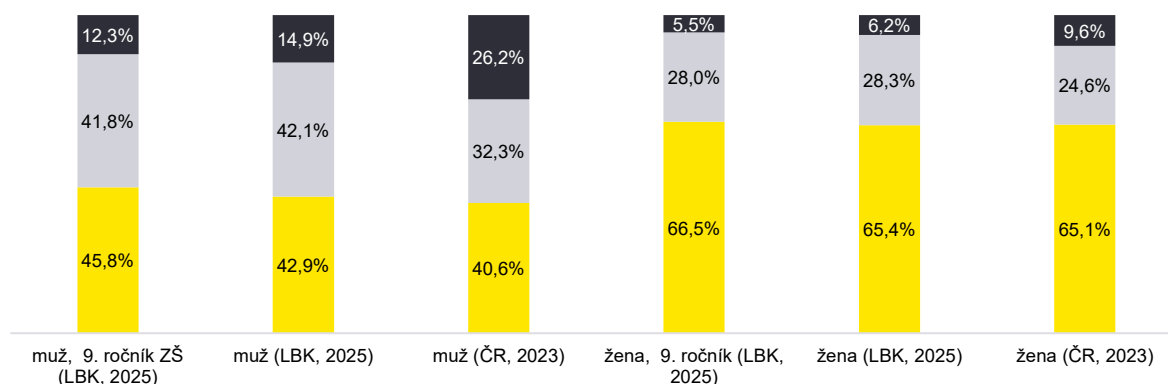
Graf 4 zobrazuje porovnání dat získaných z dotazníkového šetření s daty z roku 2023, která byla získána v rámci národního monitoringu duševního zdraví dětí a adolescentů v ČR (Kučera et al., 2023). V rámci sběru dat z roku 2023 byli osloveni žáci 9. tříd. S ohledem na výše uvedená zjištění, tedy, že úroveň duševní pohody je velmi odlišná napříč věkovými skupinami, v grafu X porovnáváme jak agregovaná data pro všechny věkové skupiny, tak data pro žáky 9. tříd ZŠ. Z Grafu 4 je patrné a možné porovnání výsledků dvou monitoringů stavu duševního zdraví dětí a mladistvých. U mužů lze největší rozdíly oproti roku 2023 pozorovat ve formě zmenšení poměru respondentů, kteří vykazují vysoký well-being. Zatímco v monitoringu na úrovni celé ČR v roce 2023 náleželo 26,2 % respondentů do skupiny s vysokým well-beingem, v roce 2025 ve stejné věkové kategorii (tj. žáci 9. tříd) do této skupiny spadá pouze 12,3 % respondentů. Napříč sledovanými věkovými skupinami se jedná o mírně lepší výsledek s 14,9 % respondenty s vysokým well-beingem. Skupina dívek, jak již bylo zmíněno, dle sebehodnocení, vykazuje výrazně vyšší výskyt nízkého well-beingu než u chlapců. Z národního monitoringu i dotazníkového šetření vyplývá, že mezi 65,1 % a 66,5 % dívek zažívá snížený well-being. Nelze tedy pozorovat výraznou změnu mezi lety 2023 a 2025. Podobně jako u chlapců, i u dívek pozorujeme snížení zastoupení vysokého well-beingu v populaci z 9,6 % na 5,5 % u žákyň 9. tříd. V Tabulce 8 níže jsou vysvětleny popisky Grafu 4.

**Tabulka 8: Vysvětlující tabulka k údajům v grafu**

|   |                                    |  |
|---|------------------------------------|--|
| 1 | muž/žena, 9. ročník ZŠ (LBK, 2025) | Jedná se o výsledky dotazníkového šetření v Libereckém kraji napříč respondenty 9. tříd všech ORP dle pohlaví        |
| 2 | muž/žena (LBK, 2025)               | Jedná se o výsledky dotazníkového šetření v Libereckém kraji napříč všemi respondenty dle pohlaví                    |
| 3 | muž/žena (ČR, 2023)                | Jedná se o výsledky národního monitoringu duševního zdraví dětí a adolescentů v ČR z roku 2023 (Kučera et al., 2023) |

Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 4: Porovnání výsledků WHO-5 s Národním monitoringem duševního zdraví dětí a adolescentů v ČR<sup>12</sup>**



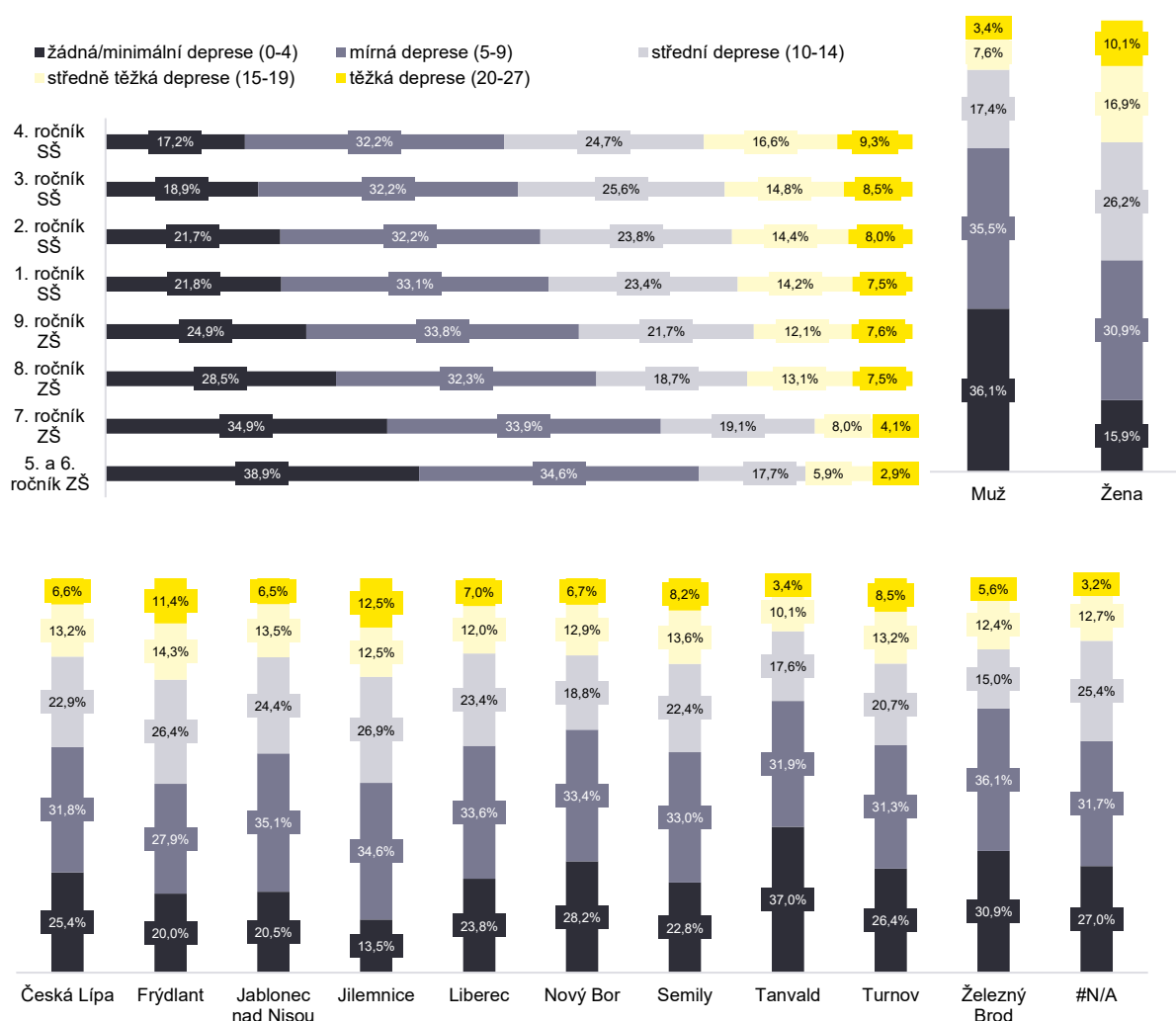
Zdroj: vlastní zpracování primárních dat z dotazníkového šetření a Kučera et al., 2023

<sup>12</sup> Národní ústav duševního zdraví (Pracovní skupina pro výzkum duševního zdraví dětí a adolescentů; DZDA) ve spolupráci s Českou školní inspekcí a expertní platformou projektu SUPREME-MH provedl pilotní národní monitoring duševního zdraví u žáků na základních školách v České republice. Sběr dat proběhl v květnu a červnu roku 2023 ve všech krajích u více jak 6 tisíc žáků 9. tříd.

## PHQ-9

Graf 5 znázorňuje výsledky škály PHQ-9 u dětí a mladistvých podle ročníku, pohlaví a místní příslušnosti školy (ORP). Podobně jako u škály WHO-5 z dat vyplývá, že s rostoucím věkem narůstá podíl žáků se střední až těžkou depresí, a naopak klesá podíl žáků s mírnou depresí, přičemž dívky vykazují vyšší míru depresivních symptomů než chlapci. Rozdíly mezi dvěma pohlavími jsou zde ještě patrnější než u škály WHO-5. Regionální data ukazují, že na území některých ORP je výskyt závažnějších forem deprese vyšší, například se jedná o území ORP Jilemnice a ORP Frýdlant, kde více než 1/4 respondentů vykazuje těžkou nebo středně těžkou depresi, nebo ORP Semily, kde se jedná o 21,8 % respondentů, poslední ORP s více než 20% zastoupení jedinců se středně těžkou až těžkou depresí dle škály PHQ-9 je Turnov s 21,7 % respondentů spadajících do těchto dvou kategorií.

**Graf 5: Výsledky PHQ-9 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP**

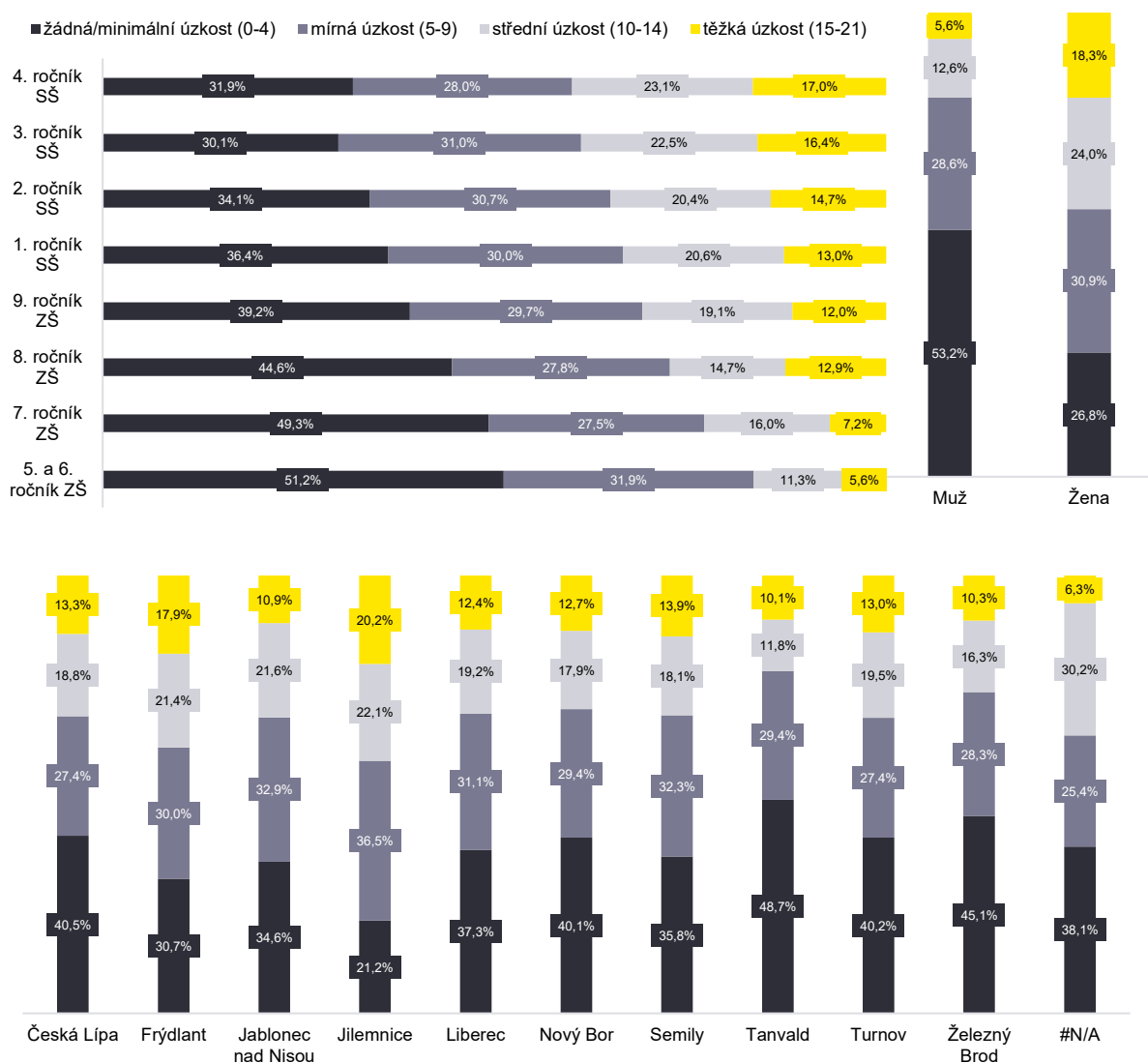


Zdroj: vlastní zpracování

## GAD-7

Škála GAD-7 opět výsledky WHO-5 a PHQ-9 validuje. Graf 6 znázorňuje výsledky škály GAD-7 u dětí a mladistvých podle ročníku, pohlaví a místní příslušnosti školy (ORP). Z dat vyplývá, že s rostoucím věkem narůstá podíl žáků s těžkou úzkostí, přičemž dívky vykazují výrazně vyšší míru střední až těžké úzkosti a dvojnásobně nižší výskyt žádné nebo minimální úzkosti než chlapci. Regionální rozdíly ukazují, že opět v ORP Jilemnice a v ORP Frýdlant spadá nepoměrně více žáků do kategorie těžké úzkosti více než 20 (ORP Jilemnice), resp. téměř 18 % (ORP Frýdlant) respondentů spadá do kategorie střední až těžké úzkosti, zatímco v jiných oblastech, jako je ORP Tanvald, ORP Česká Lípa nebo ORP Jablonec nad Nisou, je oproti ostatním ORP vyšší podíl žáků s žádnou nebo pouze mírnou úzkostí. Tato zjištění podtrhují důležitost systematického sledování a podpory duševního zdraví ve školním prostředí, zejména v oblastech a skupinách s vyšším výskytem úzkostných symptomů.

**Graf 6: Výsledky GAD-7 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP**

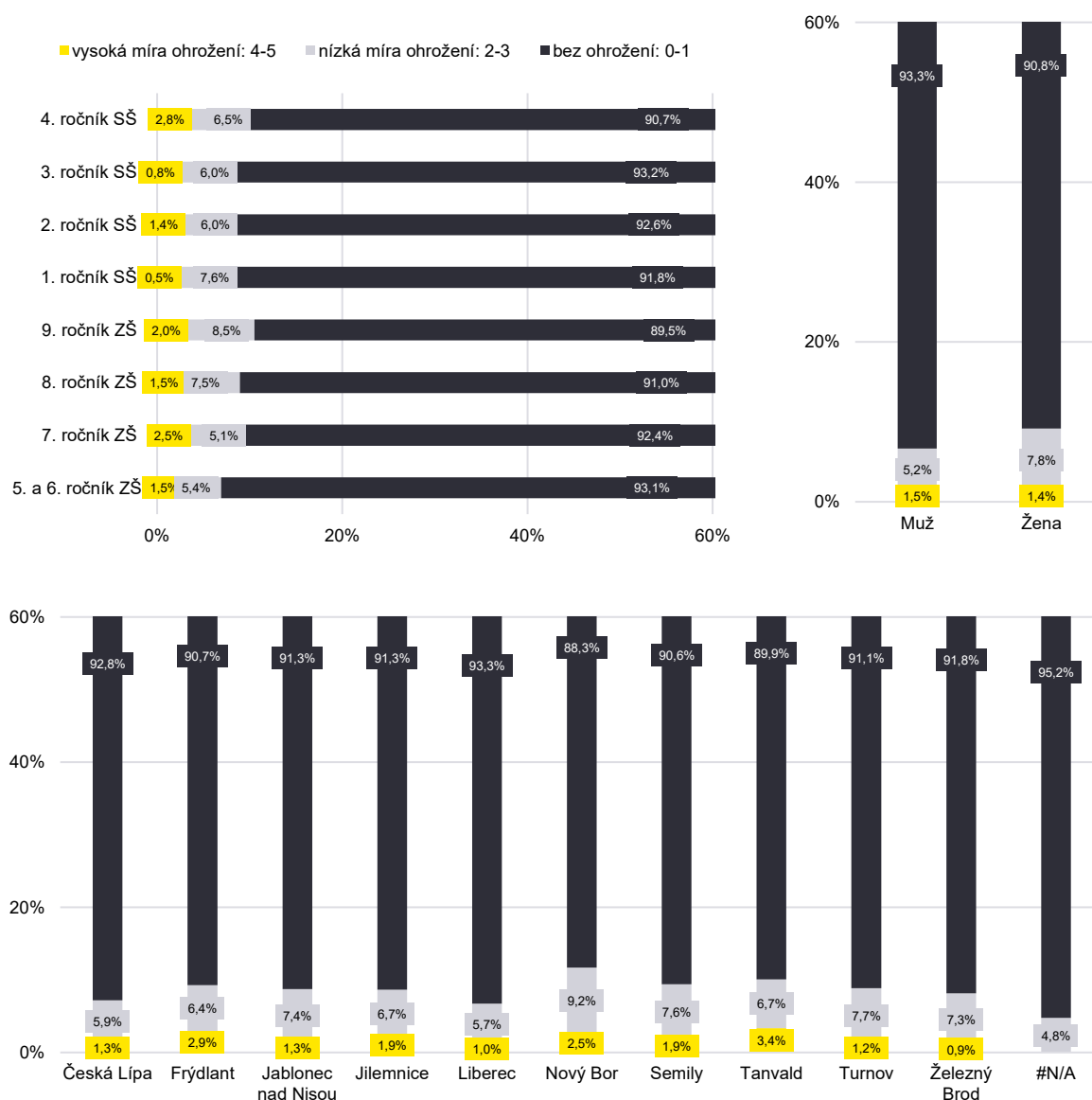


Zdroj: vlastní zpracování

## EIU-5

V oblasti ohrožení z důvodu nadužívání internetu, lze z výsledků v Grafu 7 konstatovat, že děti a mladiství napříč věkovými skupinami, pohlavími a geografickými oblastmi spíše nejsou ohroženi ve vysoké míře nadužíváním internetu. Množství dívek i chlapců ve skupině vysoce ohrožených je 1,4, resp. 1,5 % populace, žáků s nízkou mírou ohrožení je více, jedná se o 7,8 % dívek a 5,2 % chlapců. Z toho vyplývá, že nižší míru well-beingu ani vyšší výskyt depresivních a úzkostných symptomů u dětí a dospívajících nelze jednoznačně spojovat s jejich intenzivním využíváním internetu. Je však také možné, že vzhledem k tomu, že se jedná o sebehodnocení, si sami respondenti případné negativní vlivy internetu neuvědomují nebo je nevnímají jako problematické.

**Graf 7: Výsledky EIU-5 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP**



Zdroj: vlastní zpracování

## 2.2 Závěry a doporučení k systémovým opatřením

Výzkum duševního zdraví žáků v Libereckém kraji ukázal, že více než polovina respondentů (55,6 %) vykazuje snížený well-being, což může souviset se zvýšeným stresem, únavou nebo počínajícími psychickými obtížemi. Výsledky škál PHQ-9 a GAD-7 ukazují, že 19,9 % žáků se potýká se středně těžkou až těžkou depresí a 12,79 % čelí výrazným úzkostným symptomům. Dívky vykazují vyšší míru depresivních i úzkostných symptomů než chlapci, a to napříč všemi ročníky. S rostoucím věkem zároveň klesá subjektivní duševní pohoda, přičemž žáci 4. ročníků SŠ vykazují nejvyšší míru sníženého well-beingu.

Regionální rozdíly ukazují, že v některých ORP (např. Jilemnice, Frýdlant) je výskyt závažnějších forem deprese a úzkosti vyšší než v jiných oblastech. Naopak ohrožení spojené s nadužíváním internetu se ukázalo jako minimální – pouze 1,42 % respondentů spadá do rizikové skupiny. Výsledky tak naznačují, že nízký well-being nelze jednoduše vysvětlit nadměrným užíváním digitálních technologií. Výzkum podtrhuje potřebu systematické podpory duševního zdraví ve školním prostředí, zejména v prevenci a včasném zachytu symptomů u rizikových skupin.

### Hlavní zjištění:

- ▶ Více než 55 % žáků vykazuje snížený well-being.
- ▶ Dívky mají vyšší míru depresivních a úzkostných symptomů než chlapci.
- ▶ Starší žáci (zejména 4. ročníky SŠ) vykazují nejvyšší výskyt těžké deprese a úzkosti.
- ▶ Regiony jako ORP Frýdlant vykazují vyšší míru závažných symptomů.
- ▶ Nadužívání internetu není hlavním faktorem sníženého well-beingu.

### Prevence a podpora well-beingu ve školách

Výzkum stavu duševního zdraví dětí a mladistvých ukázal, že problém je plošný (55 % má snížený well-being). V případě této věkové skupiny musí být hlavním místem pro prevenci a včasný záchyt škola.

- ▶ Kraj by mohl systémově financovat a podporovat zavádění programů na podporu duševního zdraví přímo do výuky (ideální prosazovat integraci do ŠVP)
- ▶ Kraj již spolupracuje s organizací Nevypust' duši na projektu *Duševní zdravověda*<sup>13</sup>. Systémovým krokem by bylo rozšíření a dlouhodobé financování podobných programů napříč středními školami v Kraji
- ▶ Kraj by mohl podporovat školení pro učitele, asistenty a metodiky prevence v oblasti péče o duševní zdraví. Cílem je, aby učitelé dokázali rozpoznat první příznaky, poskytnout základní psychologickou první pomoc a věděli, kam žáka odkázat.<sup>15</sup>
- ▶ Kraj by mohl podporovat (i finančně nad rámec státních normativů) kapacity školních psychologů a metodiků prevence a aktivně je propojovat do sítě návazných služeb.

<sup>13</sup> NEVYPUSŤ DUŠI. *Naše aktivity podpořil Liberecký kraj*. In: Nevypust' duši [online]. 21. března 2025 [cit. 23. října 2025]. Dostupné z: <https://nevypustdusi.cz/2025/03/21/nase-aktivity-podporil-liberecky-kraj/>

## Včasná intervence a destigmatizace

Cílem je zachytit problémy dříve, než přerostou do závažné deprese či úzkosti. Finančně a mediálně podporovat regionální akce a kampaně, které normalizují téma péče o duševní zdraví a informují mladé lidi, kam se obrátit pro pomoc.

- ▶ Podporovat platformu, která monitoruje síť služeb péče o duševní zdraví a udržuje rozcestník služeb s cílem nasměrovat instituce i jednotlivce k odpovídající péči (služby pro děti a rodiny mohou být takto monitorovány ve spolupráci s obcemi s rozšířenou působností (ORP)).
- ▶ Kraj by měl podpořit vznik nebo rozšíření služeb v lokalitách jako je ORP Frýdlant nebo ORP Jilemnice, například financováním mobilních terénních týmů, které mohou do škol či komunit dojíždět.

## Specializovaná a komunitní péče a nízkoprahové služby

Z výzkumu vyplývá pro 20 % žáků se středně těžkou až těžkou depresí (škála PHQ-9) je nutná odborná péče. Kapacity ambulantních psychiatrů jsou však celostátně i v kraji kriticky nedostatečné. Zároveň je klíčová dostupnost pomoci bez dlouhého čekání.

- ▶ Klíčovým systémovým krokem, je iniciace a spolufinancování vzniku Centra duševního zdraví pro děti a adolescenty (CDZ-D)<sup>14</sup>. Kraj může být iniciátorem, propojit místní aktéry (např. Krajskou nemocnici Liberec, FOKUS Liberec, který již provozuje CDZ pro dospělé) a spolufinancovat vznik tohoto centra s využitím národních a evropských dotací (IROP, OPZ+).
- ▶ Dalším krokem, který by mohl vést k odlehčení systému je zajistit dostatečnou kapacitu a kvalitu péče na dětském psychiatrickém oddělení v Krajské nemocnici Liberec a jeho propojení na nově vznikající komunitní služby.

Úkolem Libereckého kraje je nyní využít výsledky monitoringu jako argument pro zřízení multidisciplinární koordinační platformy a zajištění jejího dlouhodobého financování. Z důvodu provázanosti problematiky duševního zdraví na různé agendy musí probíhat spolupráce napříč všemi zainteresovanými stranami:<sup>15</sup>

- ▶ Odbor školství LK (koordinace prevence ve školách)
- ▶ Odbor zdravotnictví LK (koordinace vzniku CDZ-D a sítě specialistů)
- ▶ Odbor sociálních věcí LK (financování nízkoprahových a terénních služeb)
- ▶ Zástupci obcí s rozšířenou působností (zejména těch s horšími výsledky, jako Jilemnice a Frýdlant)
- ▶ Poskytovatelé služeb (KNL, ambulantní psychiatři, psychologové)
- ▶ Neziskové organizace (Nevypuť duši, FOKUS Liberec atd.)

---

<sup>14</sup> NEVYPUSŤ DUŠI. *Odolné Česko* [online]. [srpen 2025] [cit. 23. října 2025]. Dostupné z: <https://nevypustdusi.cz/2025/08/25/jak-vytvorit-odolne-cesko/>

<sup>15</sup> TITLBACH, Filip (host). Děti naznačují, že jim v tomto světě není dobře. Polovina z nich se netěší do školy. Jak vytvořit psychicky odolné Česko? Hosté: Marie Hájek Salomonová a Barbora Pšenicová. In: Studio N [online podcast]. Deník N, 17. října 2025 [cit. 23. října 2025].

**Dospělí**



### 3. Dospělí

Tato kapitola se zaměřuje na duševní zdraví dospělé populace v Libereckém kraji, na které nahlíží skrze čtyři témata. Těmi jsou analýza stavu duševního zdraví a potřeb dospělé populace, budoucí potřeby sociálních služeb a podpory duševního zdraví z perspektiv stárnutí populace, mapování potřeb osob již zasažených problémy duševního zdraví a mapování potřeb primárně pečujících osob s předškolními dětmi. Kapitola je uvedena shrnutím hlavních globálních výzev spojených s duševním zdravím dospělých.



Duševní zdraví dospělých osob je klíčovým aspektem veřejného zdraví. Podle dat OECD trpí přibližně 84 milionů osob v Evropské unii nějakou formou duševního onemocnění, což odpovídá 17,3 % populace dospělých (OECD & Evropská komise, 2024).

**Závažná duševní onemocnění (SMI)** ovlivňují člověka v oblasti myšlení, vnímání i chování. Narušení kognitivních funkcí pak ztěžují možnosti jedince fungovat v každodenním životě. Pod SMI spadají například schizofrenie, bipolární porucha nebo těžká deprese, které mají významný dopad na kvalitu života jedince i jeho blízkých (Drake & Whitley, 2014). Kromě sociální perspektivy má duševní zdraví také stránku ekonomickou, protože zhoršené duševní zdraví **snižuje schopnost ekonomické aktivity**. Přímé náklady na zdravotní péči i nepřímé náklady spojené se sociálním zabezpečením a sníženou produktivitou mohou u evropských zemí přesáhnout až 4 % hrubého domácího produktu (HDP). Tyto náklady se mezi jednotlivými zeměmi EU liší na základě rozdílů v diagnostice a léčbě osob s duševními problémy (Evropská komise, 2023).

Významnými překážkami v životě osob s duševním onemocněním jsou **stigmatizace a diskriminace**, které vedou k jejich vyloučení ze společnosti a odepření základních práv, jako je přístup ke zdravotní péči, pracovnímu trhu nebo vzdělání. V České republice je míra stigmatizace duševních onemocnění v porovnání s jinými evropskými státy vysoká, což se projevuje například v tzv. sociální distanci, tedy neochotě pracovat, žít nebo sousedit s někým, kdo má duševní onemocnění (Winkler et al., 2021). Stigmatizace je jedním z důvodů, proč lidé zanedbávají své duševní zdraví a proč je systém péče o duševní zdraví podfinancovaný. Předsudky spojené se strukturální diskriminací se odrážejí v nízkých výdajích na duševní zdraví, které celosvětově tvoří pouhých 2 % zdravotních rozpočtů. Duševní onemocnění přitom způsobují mnohem větší ekonomickou zátěž (Národní ústav duševního zdraví, 2022).

Mezinárodní srovnání problematiky závislosti poukazuje na zvlášť závažnou situaci v České republice. Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti (2023) představilo následující data pro Českou republiku:

- Rizikově **pije alkohol** 15–19 % dospělých (1,3–1,7 milionu osob), přičemž 6–10 % (540–900 tisíc) pije alkohol denně nebo téměř denně a 8–10 % (720–900 tisíc) spadá do kategorie škodlivého pití.
- Přibližně 8–13 % populace (720 tisíc až 1,2 milionu osob) užívá **psychoaktivní léky** problematickým způsobem. **Konopné látky** užilo v posledních 12 měsících 7–10 % dospělých (650–900 tisíc osob), asi 400 tisíc z nich je v riziku problémového užívání. Rizikové užívání **pervitinu** nebo **opioidů** se týká přibližně 45–47 tisíc lidí.

U skupiny dospělých osob se závažným duševním onemocněním a problémem se závislostí se často vyskytuje **komorbidita**, tedy situace, kdy osoby s poruchou užívání návykových látek

trpí také úzkostí, depresí nebo jiným typem duševního onemocnění, a naopak. Zároveň je u osob se SMI také vyšší riziko problému s fyzickým zdravím a vyšší úmrtnost (National Mental Health Intelligence Network, 2018).

V populaci existují specificky ohrožené skupiny. Mezi ně se řadí například **senioři**, kterým je věnována kapitola 3, nebo také **osoby pečující o děti předškolního věku**. Péče o děti do 6 let představuje zátěž pro duševní zdraví rodičů a pečujících osob. S nedostatkem spánku, sociální izolací a tlakem se může pojit chronický stres. Well-being rodičů je relevantní nejen pro ně samotné, duševní zdraví má totiž dopad na výchovu jejich dětí. Situace je ztížena například u samoživitelů nebo pečujících s již existujícími duševními problémy. Péče o děti předškolního věku je nerovnoměrně rozdělená, jelikož většinu pečovatelů tvoří ženy (Mudiyanselage et al., 2024; Smith, 2004).

### 3.1 Analýza stavu duševního zdraví a potřeb dospělé populace v Libereckém kraji

Tato kapitola představuje výsledky výzkumu o stavu duševního zdraví obyvatel Libereckého kraje, včetně zmapování potřeb a poptávky po službách souvisejících s oblastí duševního zdraví. Na základě získaných dat umožňuje formulovat doporučení pro systémová opatření v oblasti prevence, intervence a rozvoje služeb duševního zdraví. Data jsou sbírána prostřednictvím dotazníkového šetření na vzorku dospělé populace. Systematické mapování potřeb je významné, jelikož umožňuje navrhnout opatření na základě validních dat reflektujících reálnou situaci obyvatel Kraje. Sběr dat probíhal od 1. 5. 2025 do 16. 7. 2025.

#### 3.1.1 Metodologie a průběh výzkumu

Hlavní metodou sběru dat pro tuto část výzkumu bylo dotazníkové šetření. Metodologie se opírá o tři standardizované sebereportovací škály: **WHO-5, PHQ-9 a GAD-7**. Tyto nástroje neslouží ke **klinické diagnostice duševních onemocnění**, ale jedná se o **screeningové dotazníky**, které orientačně **hodnotí míru existujících symptomů**. Konkrétní otázky každé škály jsou součástí přílohy č. 1 Analýzy a postup jejich vyhodnocení je detailně popsán v kapitole 1.3. Dotazník obsahuje dodatečné otázky týkající se **sociodemografické charakteristiky** respondentů a **poptávky po službách** spojených s péčí o duševní zdraví.

**Dotazník byl distribuován online**, prostřednictvím webových stránek Libereckého kraje, obcí a měst. Odkaz na dotazník pro dospělou populaci ve formě quick response (QR) kódu byl umístěn také na potvrzení, které rodiče obdrželi k souhlasu s účastí svých dětí ve výzkumu duševního zdraví žáků (viz kapitola 2). Tento přístup kombinuje samovýběr a účelové vzorkování. U samovýběru respondenti sami rozhodují, zda dotazník zveřejněný na webových stránkách vyplní. Při distribuci přes školy zároveň dochází k účelovému oslovení rodičů dětí jako specifické cílové skupiny. Kombinace těchto metod vzorkování umožní efektivní sběr dat s širokým demografickým pokrytím, ale nese riziko pod-reprezentace digitálně méně gramotných skupin. Data byla deskriptivně analyzována dle metodik vyhodnocení jednotlivých škál.

Je však nutné zdůraznit, že zjištění vycházejí z relativně malého vzorku respondentů, což s sebou nese řadu omezení. Výsledky nelze považovat za reprezentativní pro celou populaci Libereckého kraje a rozdíly mezi nimi mohou být ovlivněny náhodou nebo specifickým složením respondentů. Zjištění je proto třeba chápat především jako orientační screeningovou informaci, která naznačuje potenciálně rizikové oblasti a skupiny. Dotazník se také spoléhá na sebehodnocení respondentů, což může vést k podhodnocení nebo nadhodnocení symptomů duševního zdraví. Použité škály (WHO-5, PHQ-9, GAD-7) poskytují užitečné informace, ale nemusí plně zachytit komplexitu duševního zdraví. Tyto výsledky jsou platné pouze pro daný časový rámec a geografickou oblast, a jakékoli změny v sociálních, ekonomických nebo zdravotních podmínkách mohou ovlivnit jejich relevanci v budoucnu. Pro přesnější stanovení prevalence duševních onemocnění v populaci by bylo vhodné provést šetření na větším vzorku, případně tato data doplnit o další epidemiologické a zdravotnické ukazatele.

### 3.1.2 Analýza

Základní přehled o průběhu dotazníkového šetření je uveden v Tabulce 5. Celkový vzorek čítá **759** respondentů, z nichž pouze **632** respondentů dotazník kompletně vyplnilo a řádně odeslalo. Nekompletní odpovědi je možné do vyhodnocení také zahrnout za předpokladu, že respondent vyplnil všechny otázky alespoň k jedné ze tří škál. Škálu WHO-5 kompletně vyplnilo **554** respondentů, PHQ-9 **540** a GAD-7 **539**.

**Tabulka 9: Základní přehled průběhu dotazníkového šetření u dospělé populace**

| Celkový počet respondentů | Kompletní odpovědi | WHO-5 | PHQ-9 | GAD-7 |
|---------------------------|--------------------|-------|-------|-------|
| 759                       | 632                | 554   | 540   | 539   |

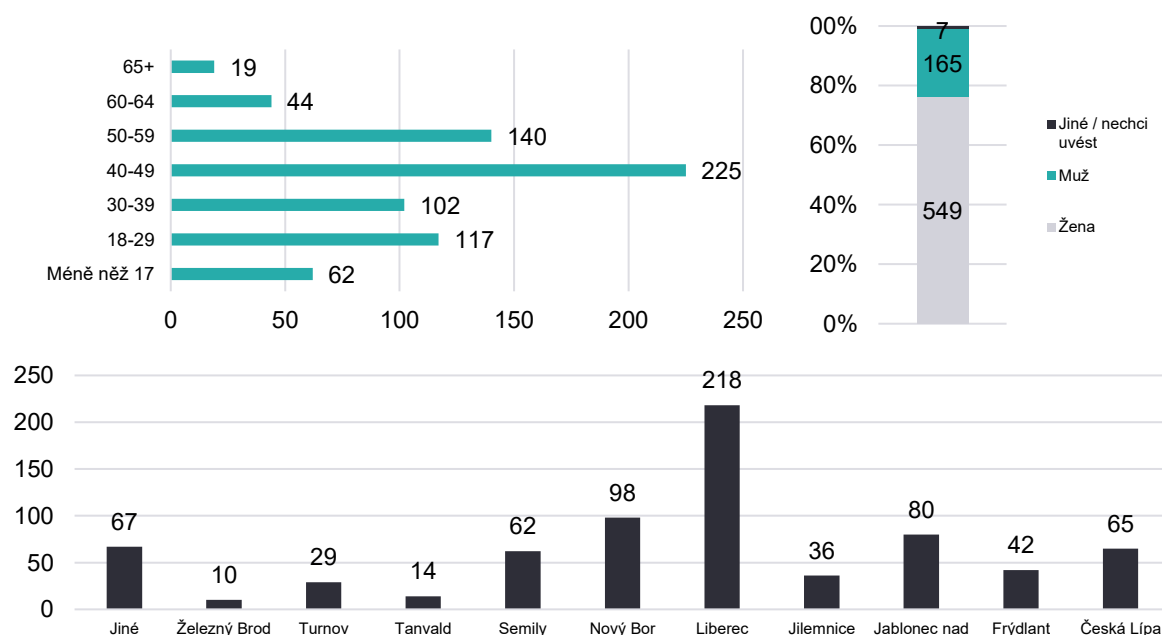
Průměrné skóre subjektivního well-beingu podle škály WHO-5 je 45,7 bodu (z 100), což naznačuje spíše střední úroveň psychické pohody, přičemž vysoká směrodatná odchylka (22,3) svědčí o velké variabilitě mezi respondenty. Naopak průměrné skóre PHQ-9 (7,5 z 27) ukazuje na mírné depresivní příznaky v populaci, s tím, že medián (6) je nižší než průměr, což naznačuje, že část respondentů má výrazně vyšší hodnoty a zvyšuje průměr. U GAD-7 je průměrné skóre 4,7 (z 21), což odpovídá mírné úrovni úzkosti, přičemž medián (3) opět ukazuje, že většina respondentů má spíše nízké skóre a vyšší hodnoty se vyskytují jen u menší části souboru. Minimum u všech tří škál je 0, maximum pak odpovídá plným bodovým rozsahům, což potvrzuje přítomnost zcela bezpříznakových i výrazně ohrožených jedinců.

**Tabulka 10: Popisné statistiky k odpovědím v dotazníku ke škálám WHO-5, PHQ-9 a GAD-7**

|                            |          |          |          |
|----------------------------|----------|----------|----------|
| <b>Aritmetický průměr</b>  | 45,73285 | 7,512963 | 4,736549 |
| <b>Medián</b>              | 48       | 6        | 3        |
| <b>Směrodatná odchylka</b> | 22,31326 | 5,548723 | 4,573357 |
| <b>Minimum</b>             | 0        | 0        | 0        |
| <b>Maximum</b>             | 100      | 27       | 21       |
| <b>Počet odpovědí</b>      | 554      | 540      | 539      |

Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 8: Demografické ukazatele – skupina respondentů dospělé populace**



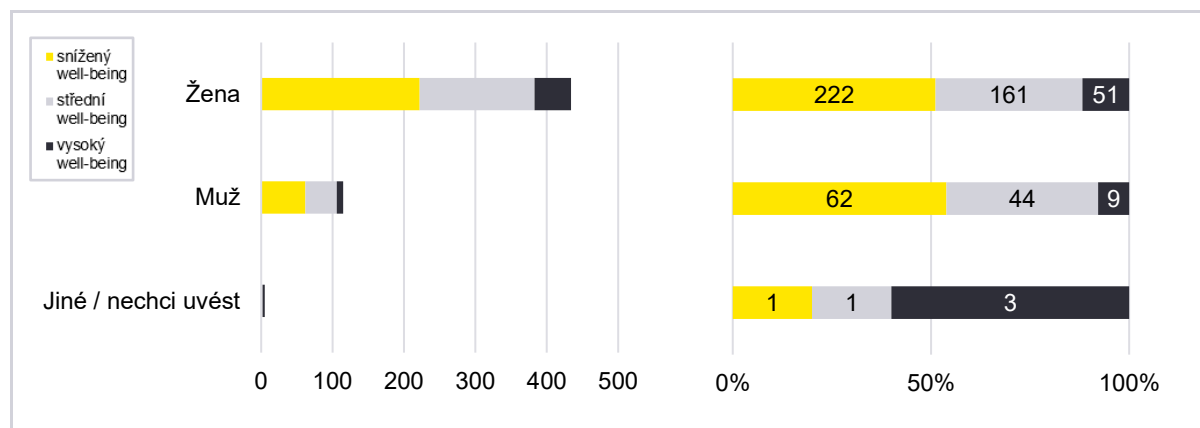
Zdroj: vlastní zpracování

Většinu respondentů tvořily ženy (549 osob), zatímco mužů bylo 165, minimum respondentů uvedlo jiné pohlaví nebo jej nechtělo specifikovat. Největší zastoupení měly věkové skupiny 40–49 let (225 osob) a 50–59 let (140 osob), naopak nejméně respondentů bylo ve věku 65+ (19 osob). Geograficky převažovali respondenti z Liberce (218 osob), následovaní Novým Borem (98) a Jabloncem nad Nisou (80), zatímco nejmenší zastoupení bylo ze Železného Brodu (10 osob). 501 respondentů je zaměstnaných nebo osob samostatně výdělečně činných (OSVČ), 47 studentů, 18 jsou důchodci, 8 je nezaměstnaných a 8 respondentů uvedlo možnost „jiné“.

## WHO-5

Oproti jiným škálám je rozdělení respondentů napříč věkovými skupinami a dle pohlaví v ohledu výše jejich well-beingu velmi podobné. Výsledky škály WHO-5 u dospělé populace naznačují, že více než 50 % dospělé populace vykazuje snížený well-being, 37 % střední well-being a 13 % vysoký well-being. U škály WHO-5 je medián (48) mírně vyšší než průměr (45,7). To naznačuje, že rozdělení hodnot je lehce levostranně (negativně) šikmé, tedy že v souboru existuje menší část respondentů s velmi nízkými hodnotami well-beingu, které snižují aritmetický průměr, zatímco většina respondentů má skóre spíše vyšší. Jinými slovy, většina respondentů má subjektivní pohodu lepší, než jakou by naznačoval samotný průměr, ale několik velmi nízkých hodnot výsledky stahuje dolů.

**Graf 9: Výsledky škály WHO-5 u dospělé populace dle pohlaví**



Zdroj: vlastní zpracování

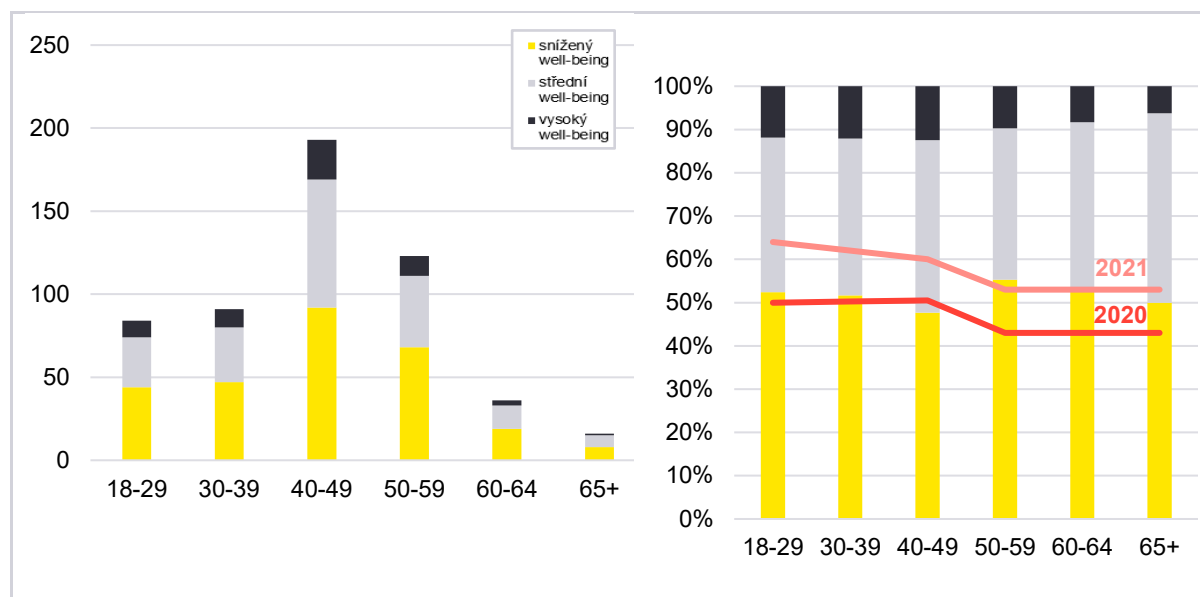
Pro porovnání s průměrem EU 27 z let 2020 a 2021 byly do grafu s výsledky škály WHO-5 dle věku zanesena data představující průměrný podíl respondentů se sníženým well-beingem z opakovaného šetření Living, working and COVID-19 in the European Union and 10 EU neighbouring countries<sup>16</sup>. Z pozdější ze dvou zpráv z šetření<sup>17</sup> dále vyplynulo, že výsledky pro škálu WHO-5 pro Českou republiku patří ve srovnání s jinými zeměmi EU k těm lepším s méně než 50 % respondentů spadajících do skupiny lidí se sníženým well-beingem. Výsledky šetření u dospělé populace v Libereckém kraji tedy kopírují průměrné výsledky pro EU-27. Za mírně netypické hodnoty s ohledem na spíše nižší průměrnou hodnotu výskytu

<sup>16</sup> Eurofound (2021), *Living, working and COVID-19 (Update April 2021): Mental health and trust decline across EU as pandemic enters another year*, Publications Office of the European Union, Luxembourg.

<sup>17</sup> Eurofound-ETF (2022), *Living, working and COVID-19 in the European Union and 10 EU neighbouring countries*, Publications Office of the European Union, Luxembourg.

sníženého well-beingu pro ČR v kontextu EU-27 lze považovat výsledek pro starší věkovou skupinu 50-59 let.

**Graf 10: Výsledky škály WHO-5 u dospělé populace dle věku**

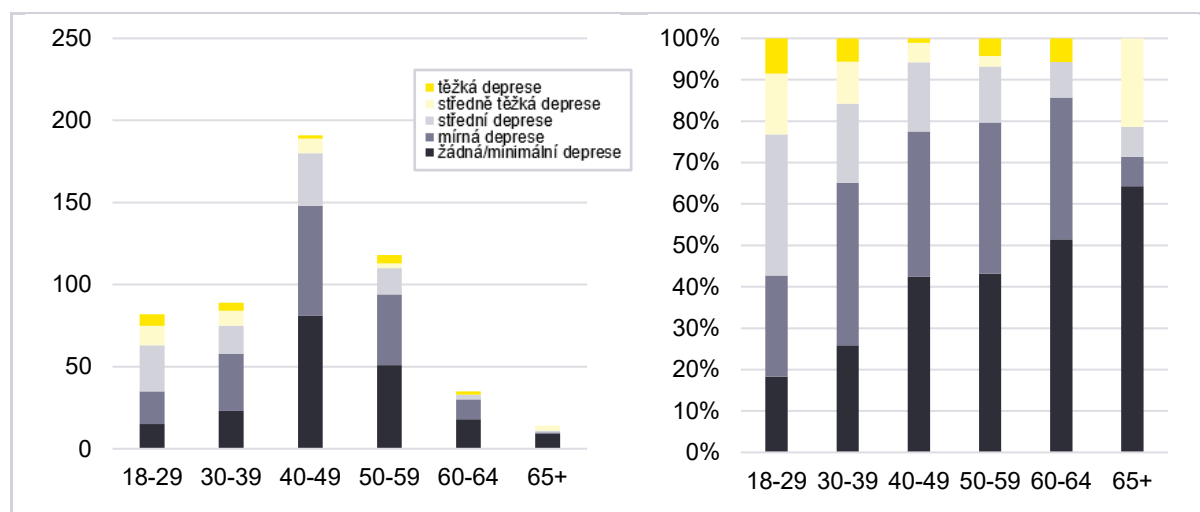


Zdroj: vlastní zpracování dat z dotazníkového šetření a průzkumu Eurofund (2022;2021)

### PHQ-9

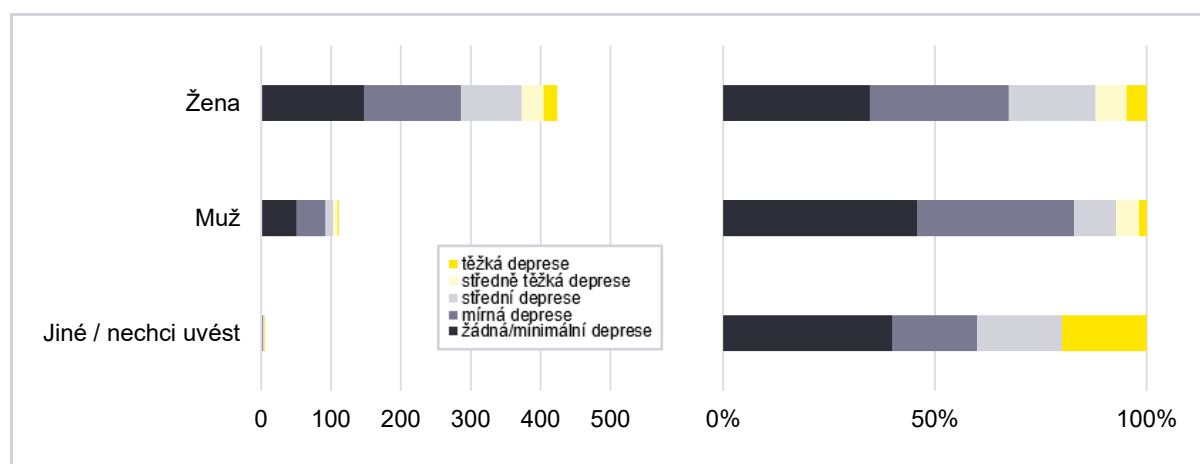
U PHQ-9 je medián (6) nižší než průměr (7,5), což ukazuje na pravostranně (pozitivně) šikmé rozdělení – většina respondentů má nižší skóre depresivních příznaků, ale menší skupina s výrazně vyššími hodnotami (až do maxima 27) zvyšuje aritmetický průměr. Z dotazníkového šetření vyplynulo, že depresivní symptomy dle škály PHQ-9 postihují častěji ženy než muže a mladší populaci spíše než tu starší. Zatímco u mužů se příznaky těžké a středně těžké deprese projevují u 7 % respondentů a střední u 10 %, u žen se jedná o 12 % s příznaky těžké a středně těžké deprese a 21 % s příznaky střední deprese. Hodnoty dle věku se vyznačují vyšší mírou variability. Nejvyšší výskyt depresivních symptomů na úrovni těžké deprese lze pozorovat ve věkové skupině 18-29 (okolo 9 %), kde je zároveň nejnižší podíl žádné/minimální deprese (18 %). Oproti tomu ve věkové skupině 50-59 let je výskyt příznaků těžké deprese poloviční a 42 % respondentů lze zařadit do kategorie příznaků žádné / minimální deprese.

**Graf 11: Výsledky škály PHQ-9 u dospělé populace dle věku**



Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 12: Výsledky škály PHQ-9 u dospělé populace dle pohlaví**



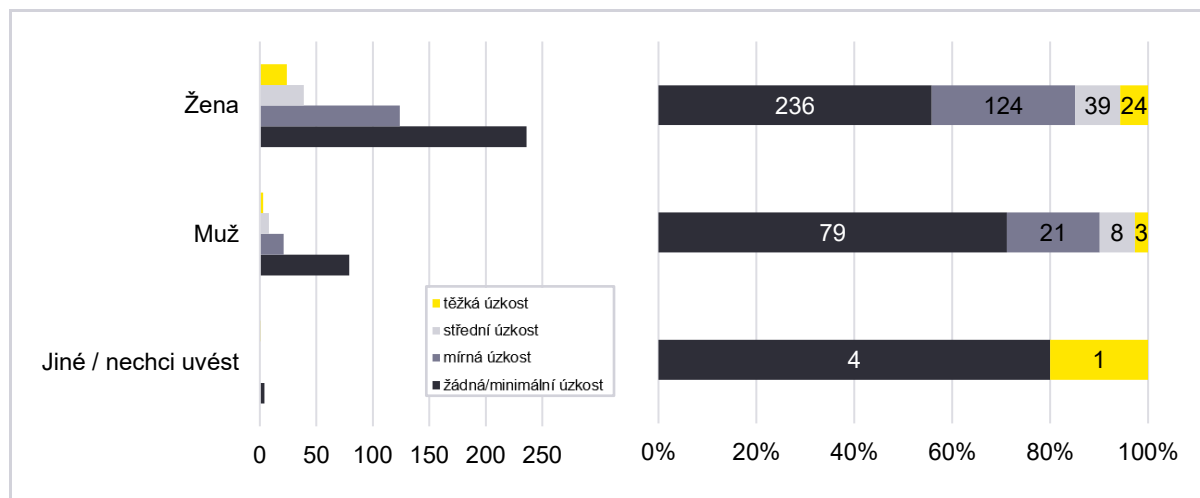
Zdroj: vlastní zpracování

### GAD-7

Z pohledu popisné statistiky pozorujeme podobnou situaci jako u škály PHQ-9, kde je **medián (3)** nižší než **průměr (4,7)**, což rovněž svědčí o pravostranné šikmosti – většina respondentů vykazuje nízkou míru příznaků úzkosti, ale existuje menší podskupina s vysokými hodnotami (až do maxima 21), která posouvá průměr vzhůru. Výsledky dotazníkového šetření v oblasti úzkostných symptomů dále podtrhávají rozdíly ve vnímání vlastního duševního zdraví mezi pohlavími a napříč věkovými skupinami. Obdobně jako u předchozí škály i výsledky pro GAD-7 naznačují vyšší incidenci příznaků těžké úzkosti u osob ženského pohlaví a vyšší incidenci symptomů žádné / minimální úzkosti u starších věkových skupin. Opět pozorujeme také vysokou variabilitu napříč věkovými skupinami. Nejnižší výskyt příznaků žádné/minimální úzkosti pozorujeme u věkové skupiny 18-29 let (37 %), naopak symptomy žádné nebo minimální úzkosti ve věkové skupině 50-59 let

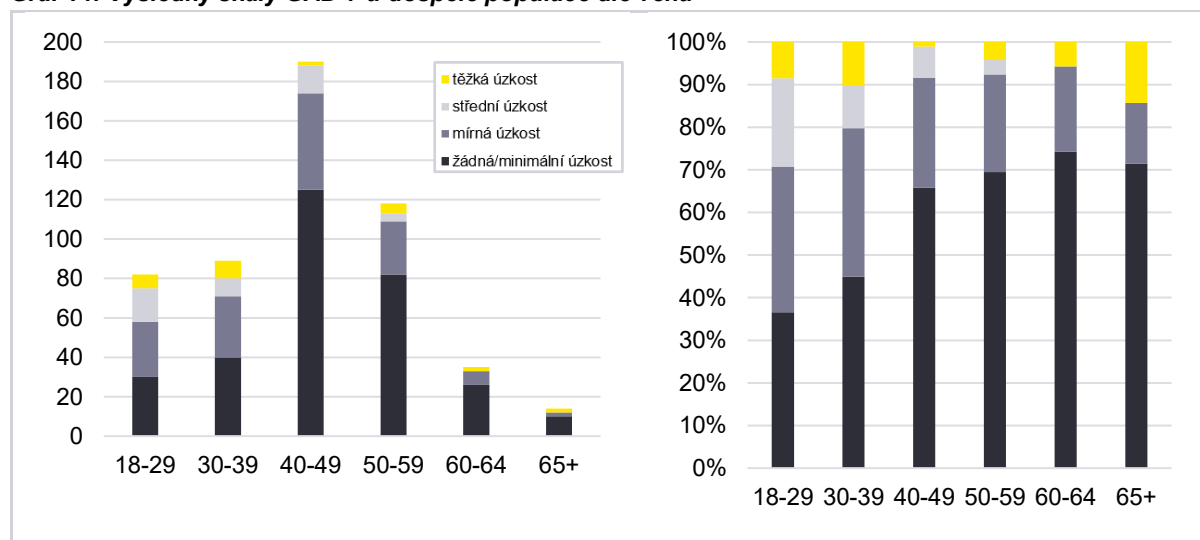
vykazuje téměř 70 % respondentů. Ve věkové skupině 40-49 let, do které zároveň spadá největší množství respondentů, pouze 9 % respondentů vykazuje příznaky střední (8 %) nebo těžké úzkosti (1 %).

**Graf 13: Výsledky škály GAD-7 u dospělé populace dle pohlaví**



Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 14: Výsledky škály GAD-7 u dospělé populace dle věku**



Zdroj: vlastní zpracování

Dotazníkové šetření ukazuje, že více než 50 % dospělé populace vykazuje příznaky sníženého well-being, přičemž průměrné skóre podle škály WHO-5 (45,7) naznačuje střední úroveň psychické pohody. Vysoká směrodatná odchylka (22,3) ukazuje na značnou variabilitu mezi respondenty. Ženy vykazují vyšší míru depresivních symptomů než muži, přičemž 12 % žen má těžkou a středně těžkou depresi, zatímco u mužů je to pouze 7 %. Tento trend se projevuje i v úzkostných symptomech, kde ženy čelí vyšší incidenci těžké úzkosti.

Mladší populace (18-29 let) vykazuje nejvyšší výskyt příznaků těžké deprese (9 %) a zároveň nejnižší podíl respondentů se symptomy žádné nebo minimální deprese (18 %).

Přestože výsledky ukazují, že Česká republika má celkově lepší výsledky v oblasti well-beingu než průměr EU-27, je důležité věnovat pozornost mladým dospělým, kteří jsou jako specifická skupina ohrožení v celoevropském kontextu, ale také věkové skupině 50-59 let, která vykazuje mírně netypické hodnoty oproti předpokládaným průměrným hodnotám.

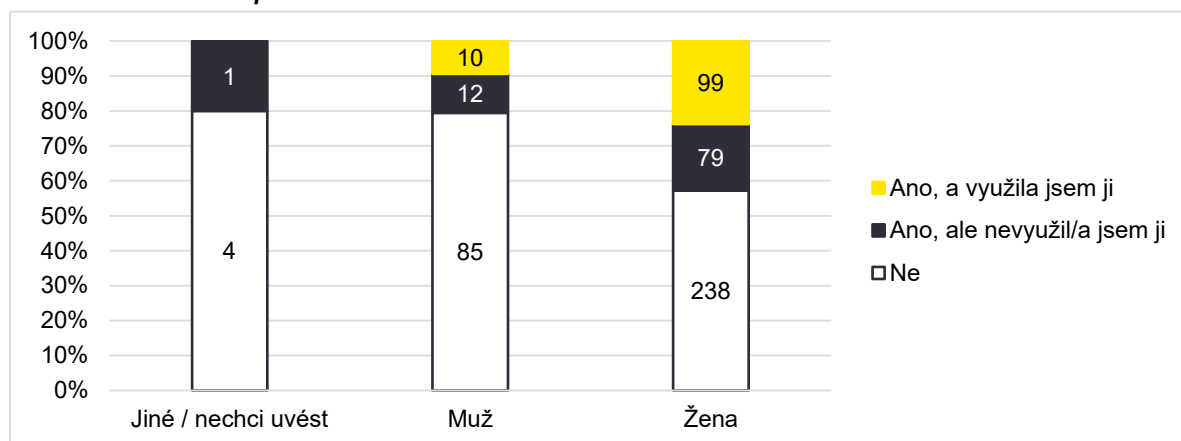
**Hlavní zjištění:**

- ▶ Více než 50 % dospělé populace vykazuje snížený well-being.
- ▶ Ženy mají vyšší míru depresivních a úzkostných symptomů než muži.
- ▶ Mladší populace (18-29 let) vykazuje nejvyšší výskyt těžké deprese.
- ▶ Starší věkové skupiny (50-59 let) mají specifické potřeby, které je třeba zohlednit.

### 3.1.3 Dostupnost a kvalita péče o duševní zdraví v Libereckém kraji

Výsledky uvedené v grafu 8 ukazují, že potřeba vyhledat odbornou pomoc v oblasti duševního zdraví se liší podle pohlaví. Ženy uváděly častěji než muži, že odbornou pomoc vyhledaly nebo ji alespoň zvažovaly. Muži častěji odpovídali, že pomoc nepotřebovali, a odpovědi „Ano, ale nevyužil/a jsem ji“ a „Ne“ výrazně převažují. Skupina označená jako „Jiné / nechci uvést“ je početně malá, přesto je patrné, že i zde je zájem o odbornou pomoc nižší než u žen.

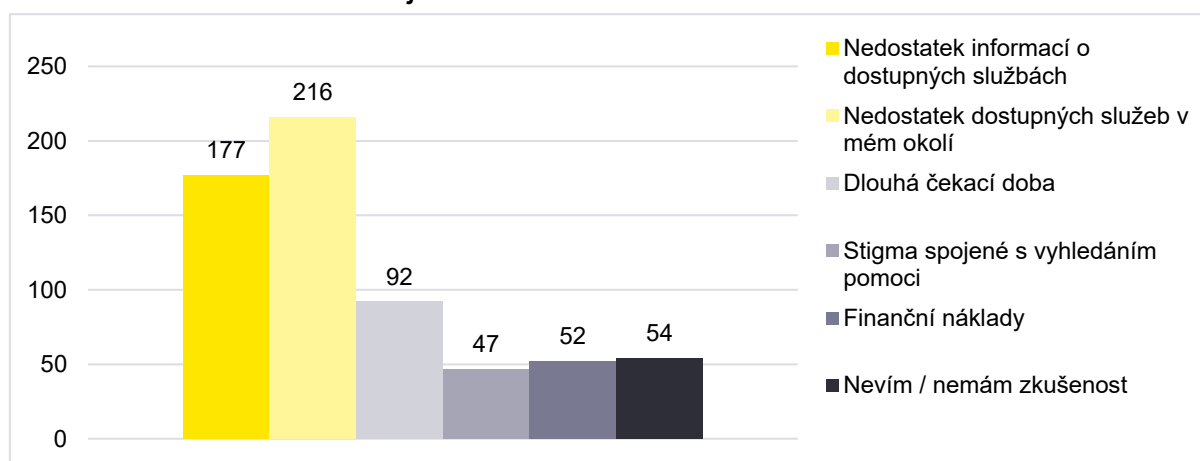
**Graf 15: Odpovědi na otázku: Měl/a jste v posledním roce potřebu vyhledat odbornou pomoc v oblasti duševního zdraví dle pohlaví?**



Zdroj: vlastní zpracování

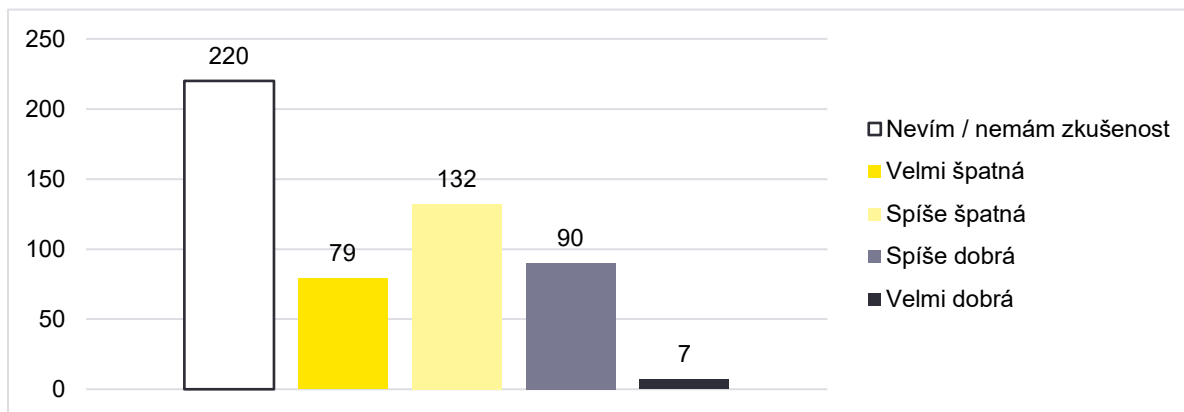
Za největší bariéru lze dle respondentů jednoznačně považovat nedostatek dostupných služeb v jejich okolí (uvedeno 216x) a nedostatek informací o dostupných službách (uvedeno 177x). Tato situace naznačuje, že i když existují určité služby duševního zdraví, jejich dostupnost je často omezená, což může vést k frustraci a odkládání vyhledání potřebné pomoci. Respondenti také vyjadřují obavy ohledně dlouhé čekací doby, která je úzce spjatá s nedostatkem služeb, a stigma spojeného s vyhledáním pomoci, což může dále ztěžovat situaci pro ty, kteří se snaží najít podporu. Celkově je důležité zaměřit se na zlepšení informovanosti o dostupných službách a zkrácení čekacích dob, aby se lidem usnadnil přístup k potřebné péči.

**Graf 16: Odpovědi na otázku: Jaké jsou podle vás hlavní bariéry v přístupu k odborné pomoci v oblasti duševního zdraví v Libereckém kraji?**



Zdroj: vlastní zpracování

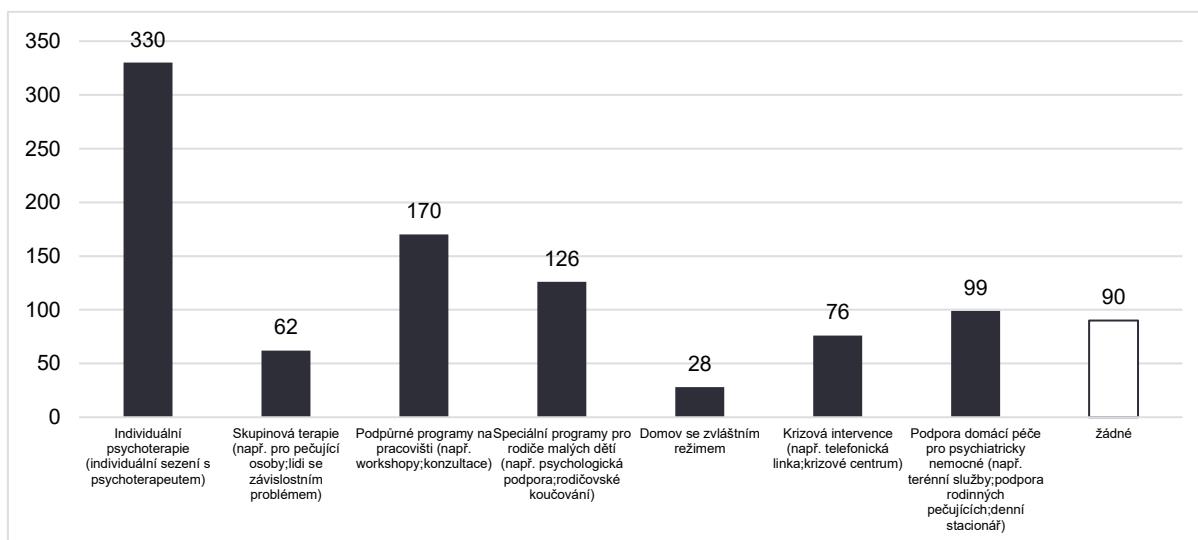
**Graf 17: Odpovědi na otázku: Jak hodnotíte dostupnost služeb duševního zdraví v Libereckém kraji?**



Zdroj: vlastní zpracování

Graf 10 zachycuje hodnocení dostupnosti služeb duševního zdraví v Libereckém kraji. Nejčastější odpovědí bylo „Nevím / nemám zkušenost“ (220 respondentů), což naznačuje, že značná část populace se s těmito službami osobně nesetkala nebo je nevyužívá. Z těch, kteří mají zkušenost, hodnotily přibližně dvě třetiny respondentů dostupnost spíše negativně („Velmi špatná“ – 79, „Spíše špatná“ – 132). Pozitivní hodnocení („Spíše dobrá“ – 90, „Velmi dobrá“ – 7) tvořila menší část odpovědí, což ukazuje na vnímané nedostatky v dostupnosti služeb duševního zdraví.

**Graf 18: Odpovědi na otázku: Jaké služby v oblasti duševního zdraví byste uvítal/a ve svém okolí?**



Zdroj: vlastní zpracování

Z odpovědí na otevřenou otázku, jaké služby by respondenti uvítali, vyplývá potřeba dostupnější, preventivní a komunitní péče o duševní zdraví. Lidé by uvítali více podpory pro děti a dospívající, včetně workshopů pro rodiče, preventivních programů, mentoringu, supervize ve školách a péče o děti s poruchami příjmu potravy nebo digitální závislostí. Častým požadavkem je také větší dostupnost psychologické a psychiatrické péče hrazené pojišťovnou, včasná diagnostika, krizové a nízkoprahové služby pro osoby se závislostmi či duálními diagnózami a terénní týmy, jako nabízí například CDZ. Pro dospělé by byla přínosná

možnost preventivní terapie lidí, koučink osobního rozvoje, partnerská terapie, anonymní psychiatrická péče a podpůrné služby pro pečující o staré rodiče či děti se speciálními potřebami, včetně odlehčovacích služeb a informací o paliativní péči. Velký zájem je také o svépomocné a podpůrné skupiny, komunitní setkávání osamělých lidí, relaxační aktivity jako jóga a o programy podporující sociální vazby. V oblasti školství je požadována lepší podpora učitelů a rodičů, supervize, menší administrativní zátěž a promyšlenější systém změn.

## 3.2 Primárně pečující osoby s předškolními dětmi jako specificky ohrožená skupina

Tato kapitola je zaměřena na skupinu pečujících osob s předškolními dětmi, které představují specificky ohroženou skupinu. Duševní zdraví pečujících osob, zejména matek, hraje klíčovou roli v celkovém well-beingu celé domácnosti. Dlouhodobě zvýšený stres, nízká míra psychické pohody nebo rozvoj duševních onemocnění u pečujících osob negativně ovlivňuje i zdraví dětí a může zvyšovat riziko jejich budoucích psychických potíží. Cílem této kapitoly je proto analyzovat duševní zdraví této skupiny a posoudit dostupnost podpůrných mechanismů. Výsledky mohou přispět k lepšímu nastavení intervencí zaměřených na prevenci duševních obtíží v raném věku (Mudiyanselage et al., 2024).

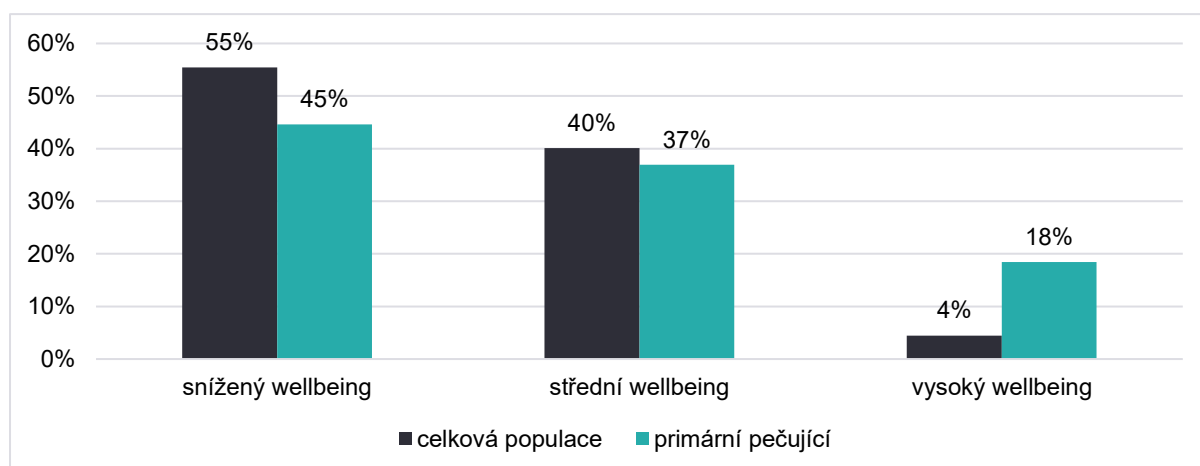
Tento výzkum je založen na metodě **dotazníkového šetření**, jehož cílem bylo získat kvantitativní údaje o duševním zdraví primárně pečujících osob s předškolními dětmi. Tento výzkum vychází z širšího šetření zaměřeného na duševní zdraví populace v Libereckém kraji popsaného v kapitole 3.1, přičemž pro tuto analýzu budou vyčleněna pouze data týkající se pečujících osob. Informace z dotazníkového šetření umožní identifikovat hlavní faktory ovlivňující duševní zdraví pečujících osob, včetně míry stresu, well-beingu a případných symptomů duševních poruch. Získaná kvantitativní data jsou analyzována pomocí deskriptivní statistiky dle metodik pro vyhodnocení jednotlivých škál, která umožní zkoumat vztahy mezi duševním zdravím pečujících osob a dalšími proměnnými.

Dotazníkové šetření ukázalo, že významná část primárních pečujících o předškolní děti čelí snížené úrovni subjektivní pohody, což odráží vysokou míru psychické zátěže spojené s péčí o malé děti. Dotazníkové šetření je založené na sebehodnotících škálách WHO-5, GAD-7 a PHQ-9.

### WHO-5

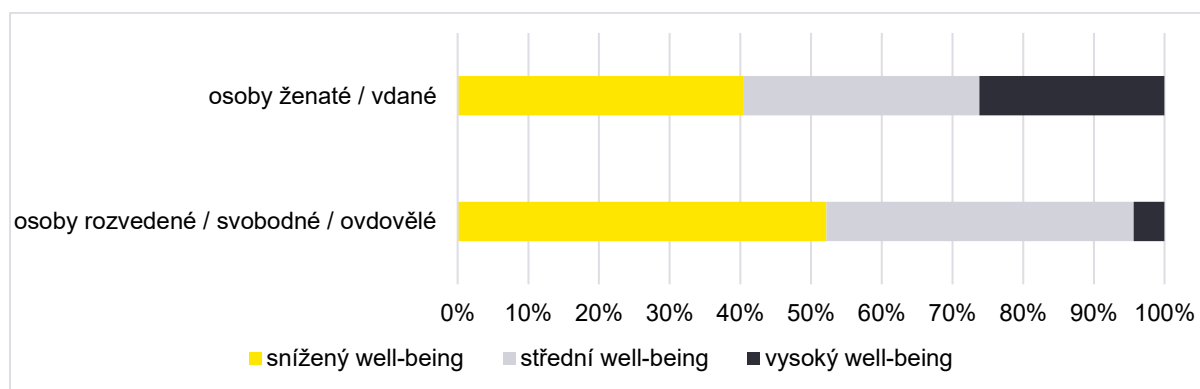
Výsledky dotazníku **WHO-5** ukazují, že **téměř polovina primárních pečujících o předškolní děti vykazuje sníženou úroveň subjektivní pohody**. To naznačuje zvýšené riziko psychické zátěže a možný rozvoj duševních obtíží, jako jsou úzkost nebo deprese. Dalších **37 % spadá do střední kategorie a pouze 18 % dosahuje vysoké úrovně well-beingu**. Zjištění proto podtrhují potřebu cílených preventivních opatření, jako je rozšíření dostupnosti psychosociální podpory, služeb pro odlehčení péče a komunitních programů, které by pečujícím usnadnily zvládnutí každodenních nároků a podpořily jejich duševní zdraví. Ve srovnání s celkovou populací je však u primárně pečujících osob zaznamenán vyšší výskyt vysokého well-beingu (4 % oproti 18 %) a nižší výskyt sníženého well-beingu (55 % oproti 45 %). To může být zapříčiněno specifickým vzorkem respondentů zapojených do šetření.

**Graf 19: Porovnání výsledků WHO-5 pro primární pečující s většinovou populací**



Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 20: Porovnání výsledků WHO-5 pro ženaté nebo vdané osoby a osoby rozvedené, svobodné nebo ovdovělé**



Zdroj: vlastní zpracování

Z hlediska rodinného stavu je patrný rozdíl mezi ženatými/vdanými osobami a těmi, které jsou rozvedené, svobodné či ovdovělé. Pečující v manželství dosahují ve srovnání vyšší úrovně subjektivní pohody, což naznačuje možný efekt manželské opory na psychickou odolnost.

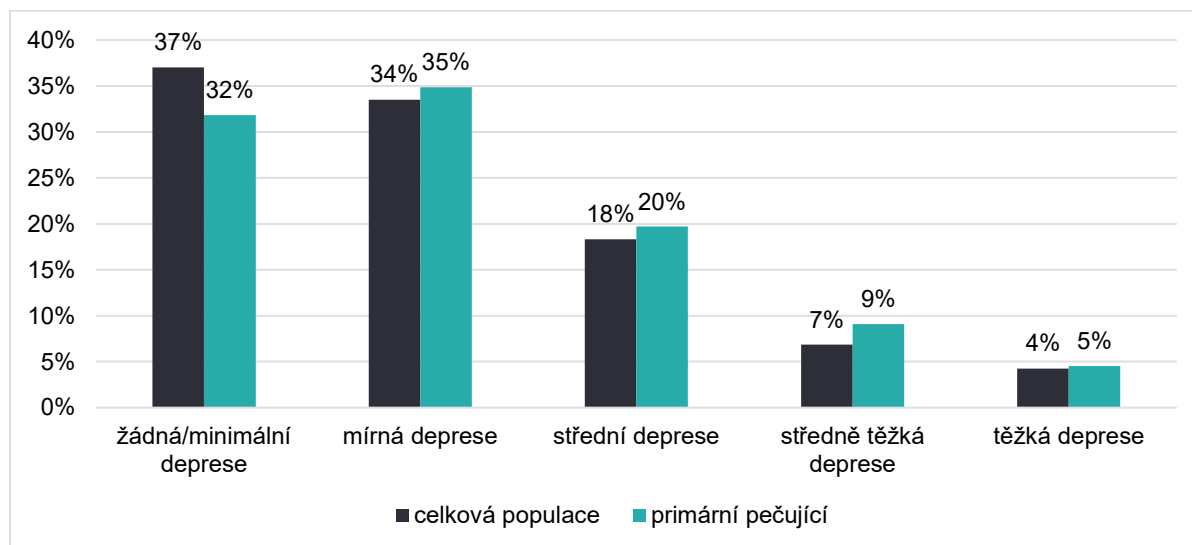
## PHQ-9

Graf 15 znázorňuje rozdělení primárních pečujících o předškolní děti podle míry depresivních symptomů hodnocených pomocí dotazníku **PHQ-9**. **Největší část** respondentů (37 %) **vykazuje mírnou úroveň depresivních obtíží**, dalších **33 %** spadá do kategorie **žádné nebo minimální deprese** a **21 %** do kategorie **střední deprese**. Přibližně **15 %** pečujících vykazuje **středně těžkou (10 %) až těžkou (5 %) depresi**. Tyto výsledky poukazují na zvýšené riziko psychické zátěže spojené s péčí o malé děti a na význam podpůrných intervencí zaměřených na prevenci a včasné zachycení psychických potíží.

Dotazník PHQ-9 odhalil zvýšený výskyt depresivních příznaků u primárně pečujících osob. Srovnání výsledků PHQ 9 pro primární pečující poukazuje na mírně zvýšené hodnoty

depresivních symptomů oproti ostatním respondentům. Celkem více než třetina pečujících se nachází v pásmu střední až těžké deprese.

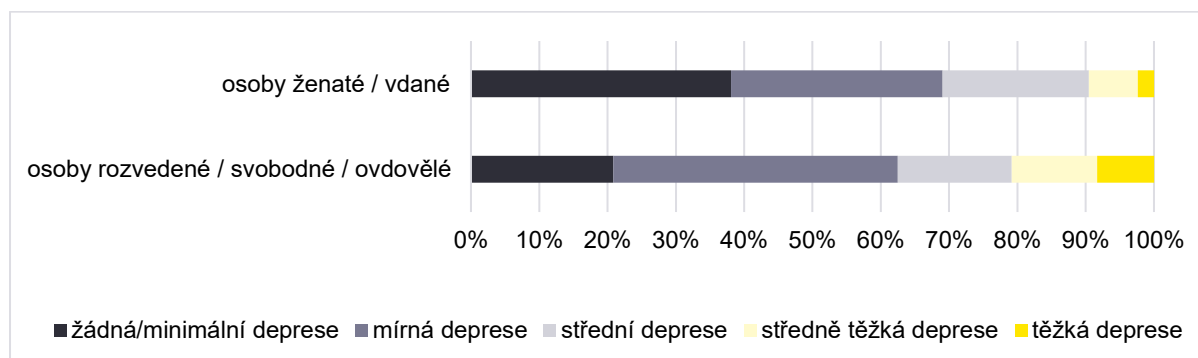
**Graf 21: Porovnání výsledků PHQ-9 pro primární pečující s většinovou populací**



Zdroj: vlastní zpracování

Rodinný stav hraje opět významnou roli. Osoby bez partnerské opory (rozvedené, svobodné, ovdovělé) vykazují vyšší zastoupení ve vážnějších depresivních kategoriích oproti osobám ženatým či vdaným. Partnerská stabilita se tak jeví jako klíčový ochranný faktor v oblasti depresivních obtíží.

**Graf 22: Porovnání výsledků PHQ-9 pro ženaté nebo vdané osoby a osoby rozvedené, svobodné nebo ovdovělé**

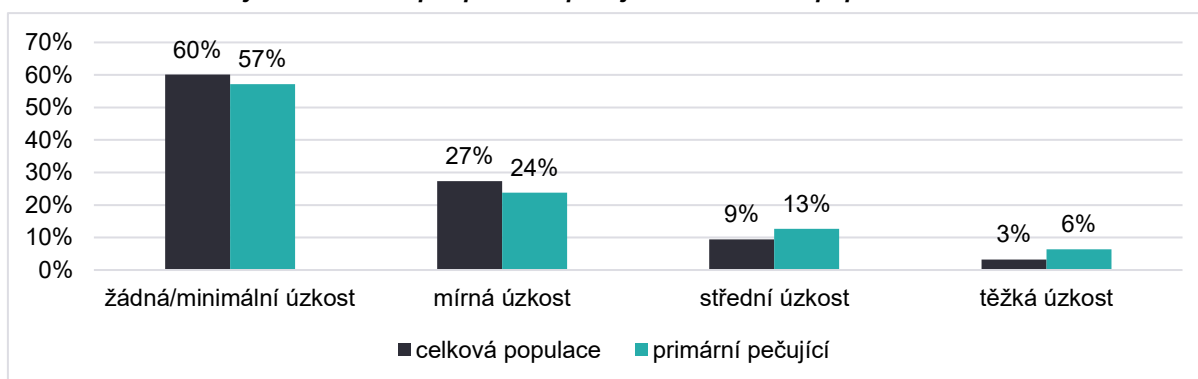


Zdroj: vlastní zpracování

## GAD-7

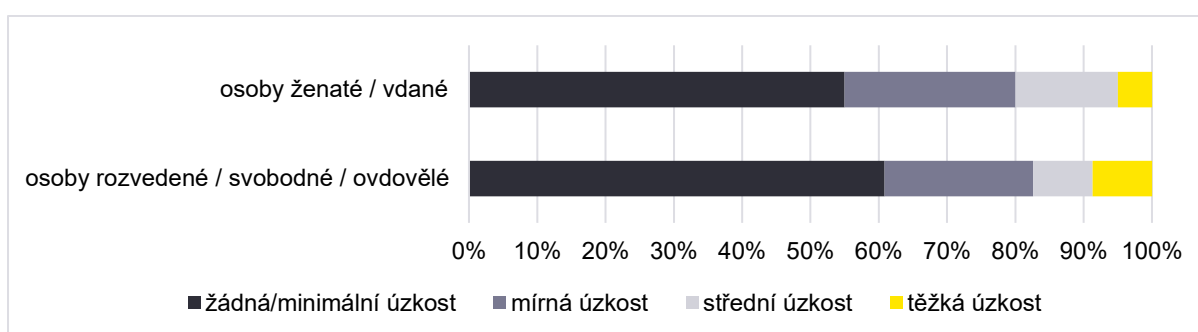
Podle výsledků dotazníku GAD-7 vykazuje největší část primárních pečujících o předškolní děti žádnou nebo pouze minimální míru úzkostných obtíží (57 %), zatímco mírná úzkost se objevila u 24 % respondentů a střední úzkost u 13 %. Těžkou úzkost uvedlo 6 % respondentů. Srovnání výsledků GAD 7 pro primární pečující s většinou respondentů opět, obdobně jako u škály PHQ-9, poukazuje na vyšší zastoupení střední a těžké úzkosti u primárních pečujících, což naznačuje, že pro část rodičů může být péče o malé dítě spojena se zvýšeným psychickým napětím a rizikem výraznějších úzkostných stavů.

**Graf 23: Porovnání výsledků GAD 7 pro primární pečující s většinovou populací**



Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 24: Porovnání výsledků GAD-7 pro ženaté nebo vdané osoby a osoby rozvedené, svobodné nebo ovdovělé**

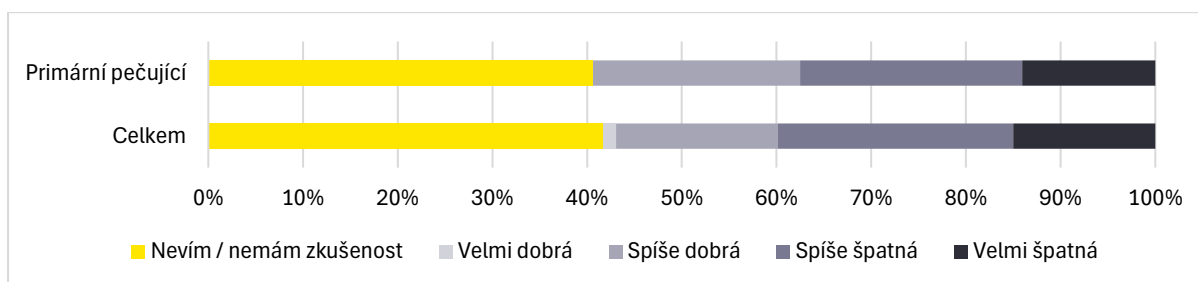


Zdroj: vlastní zpracování

Oproti předchozím škálám se u GAD 7 projevuje vliv rodinného stavu na výskyt úzkostí opačně. Osoby, které jsou rozvedené, svobodné nebo ovdovělé, mají vyšší výskyt těžké úzkosti. Zároveň však větší část těchto osob vykazuje žádnou nebo jen minimální úzkost.

### 3.2.1 Názor pečujících o děti předškolního věku na dostupnost a kvalitu péče o duševní zdraví v Libereckém kraji

**Graf 25: Odpovědi na otázku: „Jak hodnotíte dostupnost služeb duševního zdraví v Libereckém kraji?“ a srovnání s většinovou populací**

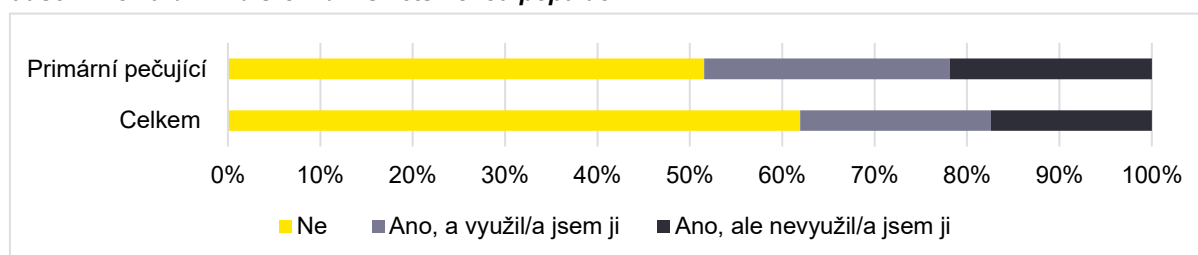


Zdroj: vlastní zpracování

Zhruba 40 % respondentů ze skupiny primárních pečujících nemá zkušenost se službami v oblasti péče o duševní zdraví nebo na jejich dostupnost nemá názor, dalších 40 % tuto dostupnost hodnotí jako špatnou nebo spíše špatnou. Zbývajících 20 % ji hodnotí jako spíše

dobrou. Žádný z primárních respondentů nehodnotí dostupnost služeb v oblasti péče o duševní zdraví jako velmi dobrou. Tyto výsledky se většinou shodují s celkovou populací respondentů, kromě toho, že 7 % respondentů hodnotí dostupnost služeb jako velmi dobrou.

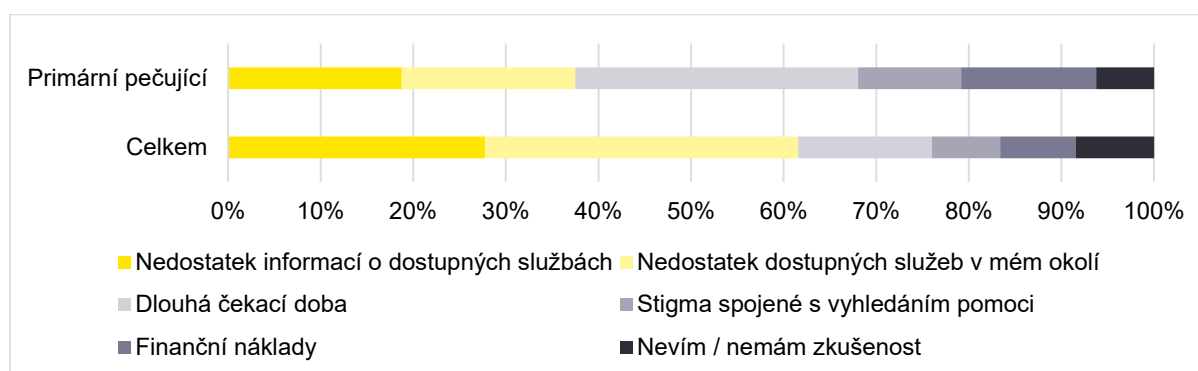
**Graf 26: Odpovědi na otázku „Měl/a jste v posledním roce potřebu vyhledat odbornou pomoc v oblasti duševního zdraví?“ a srovnání s většinovou populací**



Zdroj: vlastní zpracování

V porovnání s většinovou populací primární pečující pocítují větší potřebu vyhledat odbornou pomoc (48 % oproti 38 % celkové populace respondentů). Jen 27 % primárních pečujících ale nakonec odbornou pomoc doopravdy využilo. Zhruba polovina primárních pečujících, kteří potřebu vyhledat odbornou pomoc pocítili, ji nevyhledali, což může značit, že k ní není dostatečný přístup.

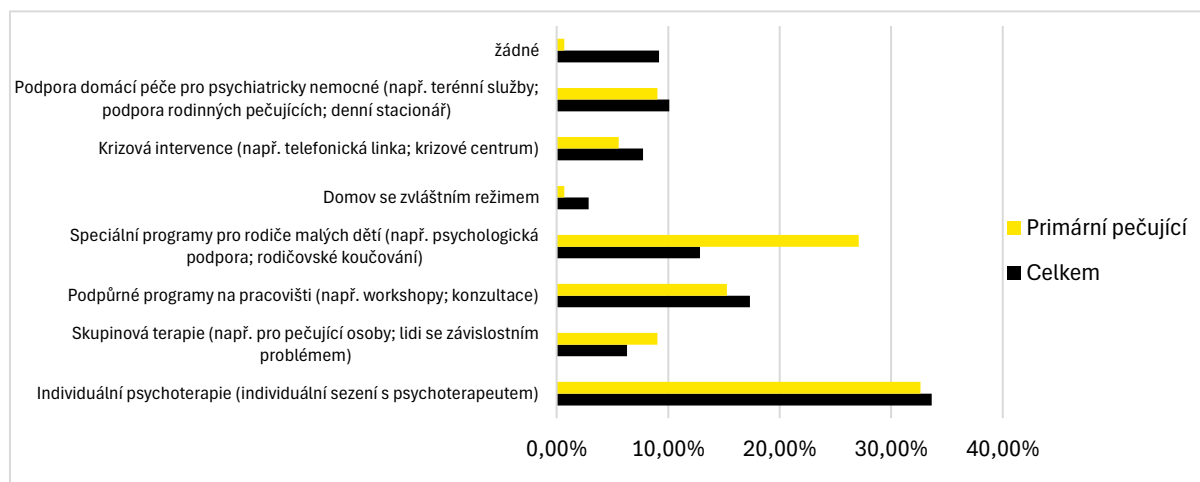
**Graf 27: Odpovědi na otázku „Jaké jsou podle vás hlavní bariéry v přístupu k odborné pomoci v oblasti duševního zdraví v Libereckém kraji?“ a srovnání s většinovou populací**



Zdroj: vlastní zpracování

Za největší bariéru lze dle primárních pečujících jednoznačně považovat dlouhou čekací dobu, kterou uvedlo 30 % respondentů. Oproti tomu, většinová populace jako hlavní bariéry spíše označuje nedostatek dostupných služeb v mém okolí (32 %) a nedostatek informací o dostupných službách (28 %), které primární pečující také vnímají jako velké bariéry, ale v menším rozsahu. Tato situace naznačuje, že i když existují určité služby duševního zdraví, jejich dostupnost je často omezená, což může vést k frustraci a odkládání vyhledání potřebné pomoci. Primární pečující také vyjadřují obavy ohledně stigmatizace spojené s vyhledáním pomoci (15 %), která může stěžovat situaci pro ty, kteří podporu potřebují. Pro primární pečující je celkově důležité zaměřit se na zlepšení informovanosti o dostupných službách a zkrácení čekacích dob, aby se lidem usnadnil přístup k potřebné péči.

**Graf 28: Odpovědi primárních pečujících na otázku: „Jaké služby v oblasti duševního zdraví byste uvítala/a ve svém okolí?“ a srovnání s většinovou populací**



Zdroj: vlastní zpracování

Respondenti mohli u této otázky vybrat více než jednu možnost z nabídky. Většina primárních pečujících by uvítala ve svém okolí přítomnost individuální psychoterapie (33 %), což poukazuje na strukturální problém celého systému péče o duševní zdraví, tedy nedostatek klinických psychologů a psychoterapeutů. Další žádanou službou pro tuto specifickou skupinu jsou speciální programy pro rodiče malých dětí (27 %), v čemž se velmi liší od většinové populace (13 %). Názory primárních pečujících a většinové populace se jinak celkem shodují. Dále primární pečující uvedli následující potřeby nad rámec nabídky: „*prostor pro sport, svépomocné skupiny, domov pro seniory se samostatným bydlením, kdyby byli žáci stejně zodpovědní jako vyučující, podpora pro náctileté a jejich rodiče*“.

### 3.3 Osoby již zasažené problémy v oblasti duševního zdraví

Tato kapitola analyzuje situaci a potřeby osob již zasažených duševním onemocněním či adiktologickým problémem, a na základě zmapovaných potřeb předkládá doporučení k systémovým opatřením v oblasti služeb duševního zdraví. Hlavním způsobem sběru dat pro tuto část analýzy jsou individuální rozhovory s lidmi, kteří mají zkušenost s duševním onemocněním nebo adiktologickými problémy. Získané informace slouží jako podklad pro doporučení systémových opatření v oblasti služeb duševního zdraví. Zapojení pacientů a osob se zkušeností s duševním onemocněním je klíčové nejen z hlediska etiky, ale také pro tvorbu politik a služeb, které lépe odpovídají skutečným potřebám a preferencím uživatelů (Tambuyzer et al., 2014). Tento koproduktivní přístup zdůrazňuje důležitost evidence-based tvorby politik a tvorby prostředí, kde jsou zkušenosti a znalosti pacientů a klientů brány v potaz, aby vzniklé politiky a strategie opravdu odpovídaly na problémy cílové skupiny (Goldman et al., 2022).

#### 3.3.1 Metodologie a průběh výzkumu

Hlavní metodou sběru dat pro toto téma je individuální rozhovor. Tato metoda je vhodná především proto, že umožňuje hlubší vhled do zkoumaného fenoménu z pohledu respondenta. Rozhovor kombinuje otevřené a uzavřené otázky, což zajišťuje srovnatelnost výsledků napříč respondenty. Přestože se rozhovor řídí předem připraveným scénářem, umožňuje respondentům reflektovat jejich osobní zkušenosti a postoje. Scénář hraje u rozhovorů klíčovou roli, jelikož nastavuje očekávání a pravidla (Hendl, 2023; MagaldiBerler, 2020). Rozhovor není nahodilý, ale má ve výzkumu stanovený účel a smysl. Vzhledem ke skupině respondentů je kladen zvláštní důraz na dodržení etických standardů, jako je dobrovolnost účasti, informovaný souhlas, důvěrnost a anonymita, ochrana soukromí, citlivých informací, i respektování důstojnosti a autonomie respondentů (Kaufmann, 2010).

Rozhovory se řídily předem připraveným scénářem. Ty jsou klíčové, jelikož reflektují výzkumné cíle a otázky a vymezují rámec rozhovoru. Zároveň ponechávají prostor pro přizpůsobování se toku rozhovoru, což umožňuje hlubší náhled do relevantních témat, která se během rozhovoru objevují.

Výběr respondentů probíhal pomocí metody cíleného výběru, která je běžně využívána v kvalitativním výzkumu, kde je cílem získat informované a relevantní výpovědi od konkrétních jedinců (Magaldi & Berler, 2020). V tomto případě byly osloveny organizace v Libereckém kraji, které se zaměřují na práci s klienty trpícími problémy duševního zdraví nebo závislostmi. Tyto organizace následně poskytly doporučení, na které konkrétní klienty se obrátit pro získání relevantních a hlubokých výpovědí, které odrážejí specifické potřeby a zkušenosti těchto osob. V rámci výzkumu bylo provedeno 10 rozhovorů se zástupci cílové skupiny, dva respondenti spadají do skupiny osob s adiktologickým problémem, ostatní klienti měli buďto duální diagnózy nebo SMI.

Rozhovory byly nejprve přepsány, tento text byl kódován na základě opakujících se vzorců a tyto kódy pak byly uspořádány do širších kategorií. Na základě kategorizovaných dat je možné určit hlavní témata a vzorce v odpovědích respondentů, na jejichž základě lze formulovat doporučení pro systémová opatření.

### 3.3.2 Výsledky šetření

#### Zkušenosti s péčí

Respondenti pozitivně hodnotili zejména služby, které kombinují profesionální přístup s lidskostí a důvěrou. Klíčovými prvky, které zmínili jako příklady funkční péče, jsou především **individuální přístup** pracovníků, **komplexnost poskytovaných služeb**, **peer podpora** a **nabídka volnočasových a komunitních aktivit**.



Respondenti ocenili služby, s **individuálním přístupem**, které se zajímají nejen o symptomy duševních onemocnění, ale také celkovou **životní situaci klienta** a jeho příběh. Důležitost lidského přístupu byla často zdůrazňována v souvislosti se psychiatrií a lůžkovou psychiatrickou péčí, kde se často setkávali s anonymním přístupem bez hlubšího zájmu o kontext jejich potíží.



*„Základem mé léčby byla vždy psychiatrie, v Libereckém kraji spousta doktorů nabízí medikaci, ale když s nimi chcete řešit cokoli jiného, tak vám řeknou, že pro povídání jsou psychologové. (...) Přejde mi, že spousta lékařů nejde o vyléčení pacientů. Pak se mě ujala dobrá paní doktorka. Trvalo asi rok, než jsme pro mě našli optimální léčbu. Začal jsem i časem pocítovat nějaký progres. Nejdůležitější je pro mě zájem o pacienta, souvisí to se způsobem vzdělávání lékařů, ti starší se vnímají jako autorita nad pacienty, nevnímají to tak, že by jim byli pacienti rovni.“*

Naopak tam, kde se pracovníci zajímali o to, **kdo pacient je, nejen o jeho diagnózu**, docházelo k **vyšší důvěře, spolupráci a také pozitivnímu posunu ve zdravotním stavu**. Význam tohoto lidského přístupu byl podpořen zkušenostmi s profesionály, kteří byli ochotni naslouchat a hledat s klientem společné cesty k uzdravení. Výpovědi zároveň ukazují, že chladný nebo autoritativní styl komunikace může být vnímán jako zraňující a demotivující, a že obzvláště u psychiatrické péče je klíčové pracovat s respektem, nadějí a důvěrou ve zotavení.



**Komplexita poskytovaných služeb** je důležitým aspektem kvalitní péče. Především propojení zdravotních služeb, sociální podpory a aktivizačních činností pro zotavení tvoří **funkční celek**, který dokáže pacientům a klientům účinně a celistvě pomoci. Z rozhovorů vyplynulo, že doplňující se služby posilují jistotu klientů, která je v procesu zotavení důležitá.



*„Jeden týden se sejdu s jednou pracovnící a druhý týden s peerkou. Zjistila jsem, že v režimu zotavování se mě každý týden někdo zeptá, jak se mám, a já to můžu někomu říct. To je pro mě skvělé.“*

Respondenti opakovaně oceňovali, když jim byla poskytnuta **podpora ze strany více odborníků současně**, například psychologa, psychiatra, klíčového pracovníka a peer konzultanta. Tato vícezdrojová pomoc jim umožnila nejenom zvládat symptomy onemocnění, ale také posilovat dovednosti, sebedůvěru a naději na zotavení. V kontrastu s minulými zkušenostmi, kdy byla péče redukována na podávání medikace bez psychoterapie nebo podpůrných služeb, vnímali takový přístup jako zásadní zlepšení.



*„Mám podporu psychologa, psychiatra, klíčového pracovníka a peera. Velmi mi to pomáhá, protože v minulosti jsem měl jenom jednoho doktora, který předepisoval pouze léky a žádná psychoterapie nebyla. Mám podporu, vím že na to nejsem sám a že se ta duševní nemoc nějak dá zvládnout.“*

Tento pocit nebýt sám a mít k dispozici různé formy pomoci byl vnímán jako klíčový faktor zotavení. Výsledky ukazují, že právě mezioborová spolupráce a propojení zdravotní, sociální a peer podpory jsou zásadní pro **vnímání systému jako funkčního a podpůrného**.



Možnost mluvit s někým, kdo si prošel podobnou zkušeností, vnímali respondenti jako výrazně přínosnou. To zdůrazňuje **důležitou roli peer konzultantů**, kteří sami mají zkušenosti s duševním onemocněním. Mohou sdílet své zkušenosti klientům, být jim oporou v těžkých situacích nebo předávat rady – a tím jim pomáhat při zotavení.



*„Peer konzultantova role spočívá v tom, že jde o člověka se zkušeností s duševním onemocněním a který je možná v konečné nebo přibližující se fázi zotavení. Ví, jak se svým onemocněním pracovat, ví, co s tím dokáže a zná svoje hranice. Dokáže pracovat s lidmi, kteří jsou na tom podobně nebo stejně jako on a je to na kamarádské bázi. Je to hodně o důvěře, klienti se svěřují s něčím, s čím by se pracovníkům plně nesvěřili – možná kním nemají takovou důvěru nebo zkušenost, co neprožili. Působíme tedy jako takový most nebo mezičlánek v tom systému.“*

Peer konzultanti představují **specifickou formu expertní zkušenosti**, která může být pro klienty snadněji přístupná a méně stigmatizující. Jejich zapojení je často založené na **rovnocenném a neformálním vztahu**, což mnohým klientům umožňuje otevřeněji mluvit o svých problémech, protože vědí, že mluví s někým, kdo situaci zná z vlastní zkušenosti. Respondenti opakovaně uváděli, že důvěru v peer pracovníky pociťovali silněji než vůči některým odborníkům, protože peer ví, co to znamená procházet krizí, a jeho rady nejsou jen teoretické.

Z výpovědí také vyplývá, že peer role má význam nejen pro klienty, ale i pro peery a celý systém péče, jelikož **přispívá k jeho zlidštění, vyšší dostupnosti a individualizaci**.



Respondenti zmiňovali, že vedle odborné léčby jim výrazně pomáhají **volnočasové a komunitní aktivity**, které jim umožňují být mezi lidmi a udržet si každodenní strukturu. Aktivity jako výtvarné kluby, výlety, jóga, svépomocné skupiny nebo neformální setkávání v denních stacionářích jsou cenné nejen jako **psychosociální rehabilitace**, ale také jako **prostředek prevence sociální izolace**.



*„Jsem společenský člověk a abych necítila prázdnotu, tak chci vědět, že když budu chtít být s lidmi, tak mám kam jít, a oni budou okolo mě.“*

Zásadní je, aby tyto aktivity byly nízkoprahové, dobrovolné a snadno dostupné. Aby nikdo nebyl do něčeho nucen a zároveň aby si každý mohl vybrat formu zapojení dle vlastních

možností a potřeb. V tomto směru hraje důležitou roli přístup pracovníků, kteří vytvářejí bezpečné **prostředí bez tlaku na výkon nebo aktivitu**.



*„Máme volnočasový klub, kam můžou přijít klienti, nebo třeba i jejich známí, máme výtvarný kroužek nebo pořádáme výlety. To pořádá aktivizační pracovnice a dělají třeba jógu. Ten klient není do ničeho nucen, stačí, že přijde, může si dát čaj, ale žádnou aktivitu dělat nemusí.“*

Zkušenosti respondentů potvrzují, že komunitní a volnočasové aktivity **přispívají ke zotavení** nejen tím, co se v nich děje, ale samotnou **možností někam patřit**. Jsou důležitým prvkem sociálního začlenění, který může být nápomocný například po ukončení hospitalizace.

### Identifikované překážky a nedostatky v systému

Vedle pozitivních zkušeností zaznívaly opakovaně také výpovědi o překážkách v přístupu k péči, zejména v oblastech nedostatku odborníků, nedostatečné informovanosti a špatné návaznosti a kontinuity péče.

## 1

#### Nedostatečné kapacity odborníků

Jedním z nejčastěji zmiňovaných problémů byla **nízká dostupnost psychologické a psychiatrické péče**. Respondenti opakovaně upozorňovali, že najít psychologa se smlouvou se zdravotní pojišťovnou je ve většině okresů Libereckého kraje prakticky nemožné. Kapacity soukromých terapeutů jsou rovněž omezené a pro mnoho lidí finančně dlouhodobě neudržitelné. Tento problém je nejvýraznější mimo statutární město Liberec, kde je odborníků ještě méně.

Podobná situace panuje v oblasti ambulantní psychiatrie. Psychiatrii často přijímají pouze nové pacienty v akutní krizi, a i tehdy je třeba čekat týdny až měsíce. Nedostatek odborníků tak zásadně prodlužuje dobu do prvního kontaktu s péčí, což může vést ke zhoršení stavu a v krajních případech až k hospitalizaci. Jak bylo uvedeno v části věnované pozitivním faktorům péče, výběr psychiatra není pouze technickou otázkou dostupnosti, ale také otázkou vzájemného porozumění a důvěry. Vzhledem k omezené kapacitě služeb však pacienti často nemají možnost volby a jsou nuceni přijmout prvního dostupného lékaře, i když jim osobnostně nebo přístupem nevyhovuje.

Opomíjenou skupinou jsou **osoby s duální diagnózou**, tedy lidé trpící současně duševním onemocněním a závislostí. Pro tuto cílovou skupinu v Kraji chybí adekvátní a specializované služby, které by reflektovaly komplexnost jejich potřeb. Tito klienti bývají často z běžných zařízení vylučováni, protože jejich stav přesahuje rámec standardní psychiatrické nebo adiktologické péče – výsledkem je opakované selhávání systému a absence podpory pro jednu z nejzranitelnějších skupin.

## 2

#### Nedostatečná informovanost

Respondenti opakovaně zmiňovali, že se v systému péče o duševní zdraví cítí ztraceni, zejména v minulosti, kdy byli v počátečních fázích potíží, nebo po propuštění z hospitalizace. Chybí jim přehledný a snadno dostupný souhrn informací o tom, na koho se mohou obrátit pro pomoc, jaké služby jsou v jejich regionu k dispozici, zda potřebují žádanku či se mohou objednat sami, a co daná služba nabízí. Tato

informační mezera je o to **závažnější ve chvíli, kdy se člověk nachází v akutní psychické krizi** a není schopen samostatně vyhledávat a třídit informace.

Často po hospitalizaci dochází k tomu, že zdravotnické zařízení poskytne pacientovi jen velmi obecné informace o možnostech následné péče, jako jsou CDZ, organizace typu Fokus nebo NNO. Výsledkem je, že se pacient po návratu domů dostává do prostředí, kde chybí podpora. Ztrácí se tak kontinuita v procesu zotavení a jedním z důsledků tohoto nedostatku může být i **opakovaný návrat do nemocnice** nebo naopak rezignace na další péči.

Respondenti také zmiňovali, že orientace ve službách je obtížná i pro jejich blízké nebo pro pracovníky prvního kontaktu, například praktické lékaře. To nabádá ke vzniku přehledných a pravidelně aktualizovaných informačních zdrojů.

*„Nikdo mi nikdy o těchto službách neřekl, kdybych neviděla mini letáček v okně, tak bych o fokusu nevěděla. Nikdo mi neřekl, jaké mám další možnosti podpory.“*

### **3 Návaznost a kontinuita péče**

Dalším opakovaným tématem byla **slabá provázanost jednotlivých složek systému péče o duševní zdraví**. Respondenti tento stav popisovali jako krizový především v době, kdy zažívali propady. Popisovali situace, kdy byli propuštěni z lůžkového zařízení bez zajištěného navazujícího kontaktu na ambulantní služby nebo sociální podporu. Často se přitom jednalo o klienty, kteří nebyli plně stabilizováni a potřebovali pokračující péči, například v podobě krizové intervence, pravidelné psychoterapie nebo podpory v běžném životě.

Závažným problémem je také nedostatečná spolupráce mezi zdravotnickým a sociálním sektorem. Tyto dvě sféry často fungují paralelně, bez efektivního předávání informací či společného plánování péče. To vede k situacím, kdy klienti zůstávají mezi dvěma systémy, například mají předepsanou medikaci, ale nemají podporu v oblasti bydlení, financí nebo každodenního fungování. Koordinace a mezioborová spolupráce jsou přitom klíčové pro to, aby se lidé mohli skutečně zotavovat, nikoli jen přežívat se svou nemocí.

### **Psychosociální faktory a stigma**

Výpovědi ukazují, že kromě systémových nedostatků, jako je nízká dostupnost odborníků nebo zhoršená návaznost služeb, se v rozhovorech s respondenty objevily i psychosociální bariéry, jako **sebestigmatizace a společenské stigma**, které jsou důležité při rozhodování, zda lidé vyhledají pomoc a jak se zotavují.

Řada respondentů popsala, že se na počátku svých problémů zdráhali vyhledat pomoc kvůli pocitům viny nebo studu. Objevoval se u nich někdy silně zakořeněný pocit vlastní méněcennosti. Takové nastavení může vést k tomu, že lidé zůstávají dlouho bez podpory, a tím se jejich potíže prohlubují.



*„Největší problém je pro mě sebestigmatizace. Já sama sebe vidím jako méněcennou, jako někoho, kdo není schopný fungovat. Ale je to téma, které probíráme s peerkou.“*

**Sebestigmatizace** často vyplývá ze společenského vnímání duševních onemocnění, ale je také důsledkem dřívějších negativních zkušeností, například necitlivého přístupu ze strany odborníků.

S tím se pojí také problém **společenského stigmatu**, kterému duševně nemocní musí čelit. Reakce okolí na diagnózu a proces zotavení se u jednotlivých respondentů lišily. Někteří respondenti se setkali s předsudky, například ze strany sousedů, kteří vyjádřili strach. I přes to, že respondenti mají dostupné odborné služby jako je psychiatr, jejich přijetí a zapojení do společnosti je faktor, který u některých pokulhává.



*„Chybí mi, že neexistují funkční služby, které by podpořily zapojení do společnosti. Něco jako pomoc s dovednostmi a propojení psychologických a sociálních služeb. Multidisciplinární týmy jsou určitě cesta správným směrem. Chybí mi místo, kde by lidi měli možnost žít normální život. Existuje třeba chráněné zaměstnání anebo chráněné bydlení, ale problém je ten, že chybí iniciativa a vůle pro zapojování na normální trh práce.“*

Někteří respondenti potvrdili, že se vnímání jejich duševního onemocnění mění k lepšímu. To může být ovlivněno také tím, že se pohybují v kruzích, které se odborně zabývají tématem duševního zdraví a jsou tomuto tématu otevřené.



*„Tím, že se v tom pohybují, tak to téma kolem sebe mám jak v osobním životě, tak to i sleduji na internetu. Takže o tomto tématu vidím a slyším. Za mě, když to srovnám s tou dobou, kdy jsem onemocněla, kdy jsem ani nevěděla, že mám nějaké duševní onemocnění – tak když to srovnám s dneškem, tak těch informací je spousta a jsou vidět. To je i takové to poslání peera o tom informovat. I co se týče služeb jako CDZ nebo jim podobné, tak jich je určitě daleko víc a myslím, že se o tom také hodně mluví. A mluví o tom i lidé, kteří tu zkušenost nemají a už to není takové tabu jako to bylo před pár lety.“*

### 3.4 Projekce budoucích potřeb sociálních služeb a podpory duševního zdraví z perspektivy stárnutí a vývoje obyvatelstva

Obsahem této kapitoly je projekce budoucích potřeb sociálních služeb a podpory duševního zdraví. Projekce je založena na vývoji počtu pacientů s duševními onemocněními, přičemž se zaměřuje na 14 hlavních skupin psychiatrických diagnóz. Analýza vychází z dat o počtech pacientů z Národního zdravotnického informačního portálu (NZIP). Kvantitativní doporučení podložená analýzou doplňují kvalitativní doporučení pro tvorbu politik a plánování služeb.

#### 3.4.1 Data a metodologie

Analýza využívá data NZIP, konkrétně roční údaje o ambulantní psychiatrické péči v Libereckém kraji za období 2010 až 2023. Psychiatrické diagnózy byly rozděleny do 14 skupin podle klasifikace používané v rámci NZIP, přičemž projekce se vztahuje na všechny věkové skupiny dohromady.

Pro každou skupinu psychiatrických diagnóz byla vytvořena samostatná predikce pro období let 2024 až 2035 na základě lineárního trendu. Tato metoda byla zvolena především pro svou vhodnost při analýze krátkých časových řad, jako je právě naše sledované období. Výhodou metody predikce na základě lineárního trendu je její vhodná aplikace i na kratší časová období a možnost rychlého odhadu dalšího vývoje. Je třeba zmínit i její omezení – lineární model nemusí přesně vystihovat průběh historických dat a zároveň neumožňuje přikládat větší váhu aktuálnějším pozorováním, proto nemusí plně reflektovat nejnovější trendy či změny ve vývoji dat (Wooldridge, 2016).

#### 3.4.2 Výsledky projekce

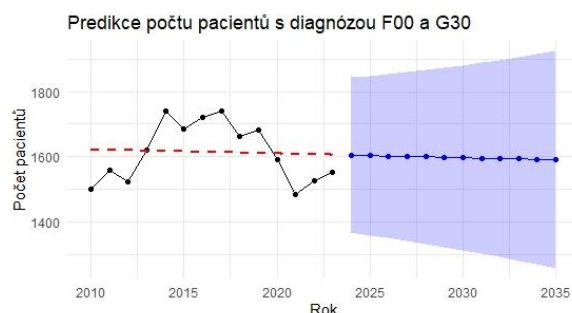
Níže uvádíme stručný návod k interpretaci prezentovaných grafů, jehož cílem je usnadnit čtenáři pochopení jednotlivých prvků grafického výstupu a zajistit správnou interpretaci výsledků projekce:

- **Černé body spojené linií** reprezentují historické hodnoty počtu pacientů za období 2010-2023.
- **Červená přerušovaná čára** zachycuje lineární trend odhadnutý na základě historických dat.
- **Modré body spojené linií** představují predikované hodnoty počtu pacientů pro roky 2024-2035.
- **Modrá plocha okolo predikovaných hodnot** vyznačuje 95% predikční interval. Tento interval vyjadřuje míru přesnosti predikce a ukazuje rozsah, ve kterém se s 95% pravděpodobností budou pohybovat skutečné hodnoty počtu pacientů.

Zároveň je třeba upozornit na skutečnost, že přesnost projekce se mezi jednotlivými skupinami diagnóz liší. U některých skupin diagnóz je vývoj v čase poměrně konzistentní a predikce lineárním trendem tak poskytuje spolehlivější odhady budoucího vývoje. U jiných diagnóz však historická data vykazují značnou variabilitu, což zvyšuje nejistotu predikce. Na tyto rozdíly je třeba při interpretaci výsledků brát zřetel. Následující tabulka zobrazuje výsledky projekce pro jednotlivé skupiny diagnóz.

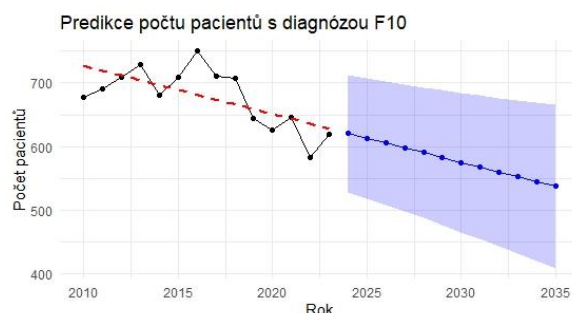
**Tabulka 11: Projekce počtu pacientů pro 14 skupin psychiatrických diagnóz**

### **Demence u Alzheimerovy nemoci a Alzheimerova nemoc**



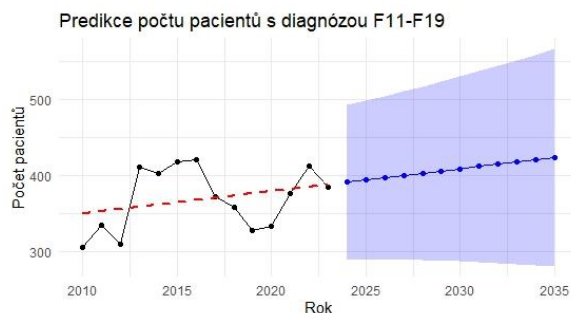
Graf ukazuje historický vývoj a predikci počtu pacientů s diagnózami F00 a G30 (Alzheimerova nemoc a demence). Z historických dat je patrné, že počet pacientů kolísal, přičemž mezi lety 2015 až 2017 dosáhl vrcholu, následovaného poklesem. Lineární trend vzhledem k těmto výkyvům nezachycuje přesně průběh minulého vývoje, což se projevuje relativně plochou predikcí do budoucna. Predikční interval je poměrně široký, což signalizuje vyšší nejistotu budoucího vývoje. Na základě zvolené metody nelze jednoznačně určit, zda počet pacientů v následujících letech poroste, nebo naopak poklesne. U této diagnózy tedy lineární model poskytuje spíše orientační než spolehlivě přesné výsledky a je vhodné interpretovat projekci s jistou mírou opatrnosti.

### **Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním alkoholu**



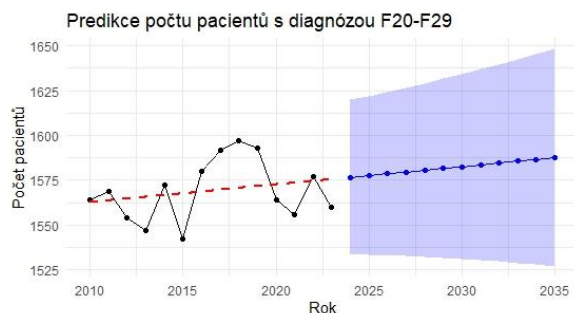
Predikce vývoje počtu pacientů s diagnózou F10 (poruchy způsobené užíváním alkoholu) naznačuje pozvolný pokles. Lineární trend vycházející z historických dat ukazuje na klesající tendenci již od počátku sledovaného období. Tento směr vývoje je potvrzen i predikovanými hodnotami do roku 2035, které postupně klesají. Přestože historická data vykazovala určité kolísání, převažuje celkový sestupný trend. Predikční interval ukazuje, že s 95% pravděpodobností se bude počet pacientů pohybovat v poměrně širokém rozmezí, což odráží jistou míru nejistoty, zejména v delším časovém horizontu.

## Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním psychoaktivních látek<sup>18</sup>



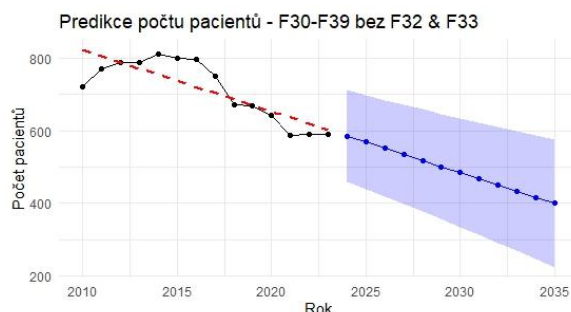
Predikce počtu pacientů s diagnózami F11-F19 (poruchy spojené s užíváním psychoaktivních látek jiných než alkohol) ukazuje mírně rostoucí trend. Historická data vykazují značnou variabilitu, bez zřetelného dlouhodobého směru vývoje. I přes tuto kolísavost lineární model naznačuje pozvolný nárůst, který se odráží i v predikovaných hodnotách pro následující roky. Šířka predikčního intervalu je v tomto případě výraznější, což signalizuje vyšší nejistotu spojenou s vývojem této diagnózy. Výsledky je proto třeba interpretovat obezřetně, neboť budoucí vývoj se může od projekce výrazněji odchýlit.

## Schizofrenie, poruchy schizotypální a poruchy s bludy



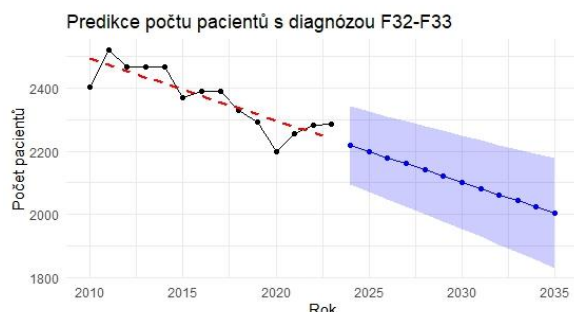
Vývoj počtu pacientů s diagnózami F20-F29 (schizofrenie, schizotypální a bludné poruchy) se v uplynulých letech vyznačoval poměrně stabilní úrovní s mírnými výkyvy. Lineární trend, vycházející z těchto dat, naznačuje velmi pozvolný nárůst, který se promítá i do predikovaných hodnot do roku 2035. Přestože predikční interval ukazuje určitou míru nejistoty, centrální odhad zůstává v průběhu času jen mírně rostoucí. Lze tedy očekávat, že počet pacientů s touto skupinou diagnóz se bude v příštích letech pohybovat přibližně na podobné úrovni jako dosud, s mírným tendencí k růstu.

## Afektivní poruchy (poruchy nálady)<sup>19</sup>



Počet pacientů s diagnózami F30-F39 (poruchy nálady), vyjma depresivních epizod (F32) a recidivujících depresivních poruch

## Depresivní fáze a periodická depresivní porucha



Vývoj počtu pacientů s diagnózami F32-F33 (depresivní fáze a periodické depresivní poruchy) ukazuje na pozvolný, ale

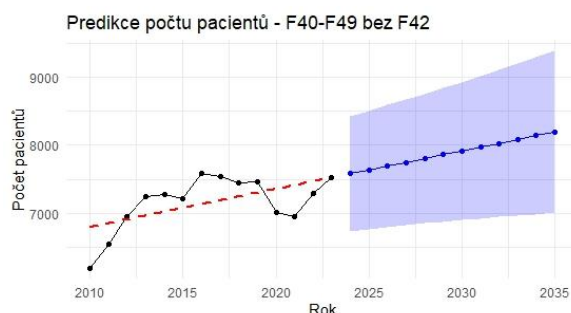
<sup>18</sup> Bez poruch duševních a poruch chování způsobených užíváním alkoholu.

<sup>19</sup> Bez depresivní fáze a periodické depresivní poruchy (diagnózy F32 a F33).

(F33), v posledních letech výrazně klesal. Tento sestupný trend se odráží jak v lineární regresi, tak v samotné predikci do roku 2035, která ukazuje na pokračující výrazný pokles. Odhadovaný vývoj směřuje k tomu, že by se počet pacientů mohl v horizontu deseti let snížit téměř na polovinu. Široký predikční interval však upozorňuje na značnou nejistotu tohoto odhadu, zejména v delším časovém horizontu.

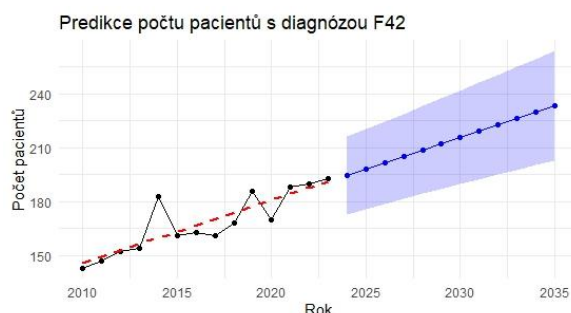
dlouhodobý pokles. Historická data sice vykazují určité kolísání, zejména v prvních letech sledovaného období, nicméně celkový trend je sestupný. Tento směr vývoje potvrzuje i predikce, která předpokládá pokračující pokles až k hranici 2 000 pacientů v roce 2035. Predikční interval naznačuje střední míru nejistoty, avšak ani jeho horní hranice nepředpokládá návrat k původním hodnotám z počátku sledovaného období.

### Neurotické, stresové a somatoformní poruchy



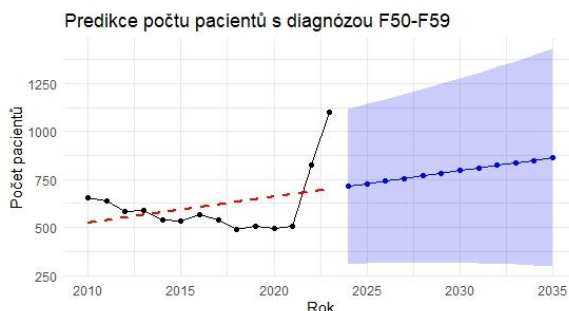
V případě diagnóz F40-F49 (neurotické, stresové a somatoformní poruchy), s výjimkou F42 (obsedantně-kompulzivní porucha), pozorujeme v historických datech postupný nárůst počtu pacientů, ačkoli vývoj nebyl zcela lineární. Tento trend se odráží i v projekci, která předpokládá další růst až k hranici 8 200 pacientů v roce 2035. Predikční interval je poměrně široký, což odráží určitou nejistotu ve vývoji, nicméně i jeho dolní hranice nadále naznačuje spíše vzestupnou tendenci. Tento vývoj může naznačovat zvyšující se potřebu péče v oblasti úzkostných a stresových poruch v příštích letech.

### Obsedantně-kompulzivní porucha



Počet pacientů s diagnózou F42 (obsedantně-kompulzivní porucha) v průběhu let postupně rostl, a to i přes drobné meziroční výkyvy. Lineární trend dobře zachycuje tento rostoucí vývoj a predikce do roku 2035 předpokládá jeho pokračování. Odhady ukazují nárůst až na přibližně 235 pacientů, přičemž i dolní hranice predikčního intervalu naznačuje setrvalý vzestup. Predikce tedy naznačuje, že poptávka po péči spojené s touto diagnózou bude pravděpodobně i nadále narůstat.

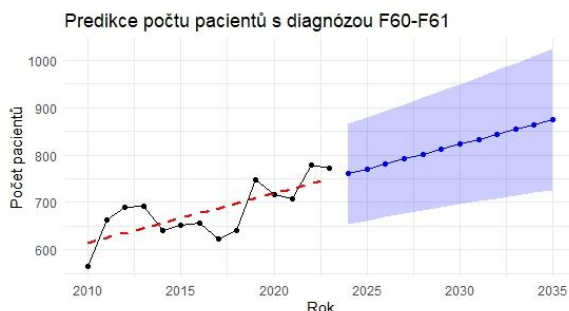
## Syndromy poruch chování spojené s fyziologickými poruchami a somatickými faktory



Vývoj počtu pacientů s diagnózami F50-F59 (poruchy chování spojené s fyziologickými poruchami a somatickými faktory) byl v letech 2010-2021 relativně stabilní, dokonce s mírně klesající tendencí. V roce 2022 však došlo k prudkému nárůstu, který výrazně vybočuje z předchozího trendu. Tento skokový vzestup ovlivnil také samotný lineární model, jehož predikce do roku 2035 předpokládá pokračující růst počtu pacientů, a to i přes historicky nízké hodnoty. Velmi široký predikční interval odráží nejistotu spojenou právě s tímto výrazným výkyvem v posledním dostupném roce. Je tedy možné, že predikce nadhodnocuje budoucí vývoj, pokud byl nárůst v letech 2022 a 2023 ojedinělý či mimořádný.

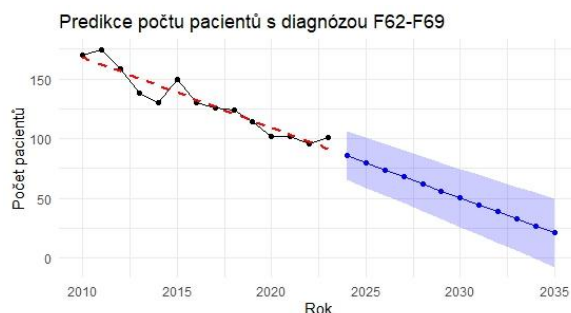
Za náhlý nárůst v posledních dvou letech může stát kombinace několika faktorů. Na jedné straně lze uvažovat o zpožděných důsledcích pandemie COVID-19, která mohla vést ke zvýšenému výskytu poruch spánku, příjmu potravy nebo somatických obtíží. Zároveň nelze vyloučit ani vliv změn v diagnostické praxi, dostupnosti péče nebo vykazování dat, které mohly přispět k vyššímu počtu zaznamenaných případů bez nutnosti skutečného nárůstu výskytu.

## Specifické poruchy osobnosti, smíšené a jiné poruchy osobnosti



Počet pacientů s diagnózami F60-F61, které zahrnují poruchy osobnosti a poruchy chování u dospělých, v průběhu let mírně rostl. Historická data vykazují určité meziroční výkyvy, ale celkový směr vývoje je zřetelně vzestupný. Lineární trend tuto tendenci poměrně dobře zachycuje a predikce do roku 2035 proto očekává další nárůst počtu pacientů, přibližně až na hranici 880 osob. Predikční interval není příliš široký, což naznačuje, že model poskytuje relativně stabilní a spolehlivý odhad. Přesto je třeba mít na paměti, že historický vývoj byl mírně kolísavý, a budoucí hodnoty se mohou pohybovat mírně nad či pod odhadovaným trendem. I tak však lze očekávat, že poptávka po péči spojené s touto skupinou diagnóz bude v následujících letech spíše narůstat.

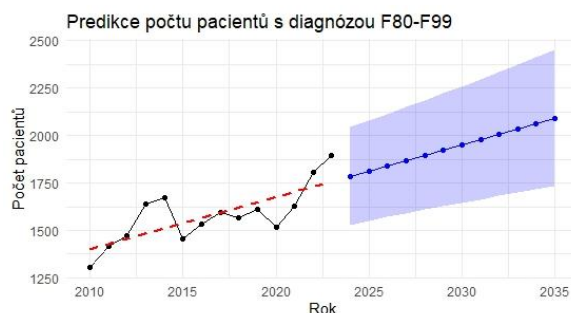
## Poruchy osobnosti a chování u dospělých



Diagnózy F62–F69, zahrnující zejména poruchy osobnosti a chování vzniklé v dospělosti, vykazují v historických datech od roku 2010 poměrně výrazný sestupný trend. Pokles je patrný jak z černé spojnice, tak z červeně vyznačené trendové čáry, která dobře vystihuje celkový vývoj.

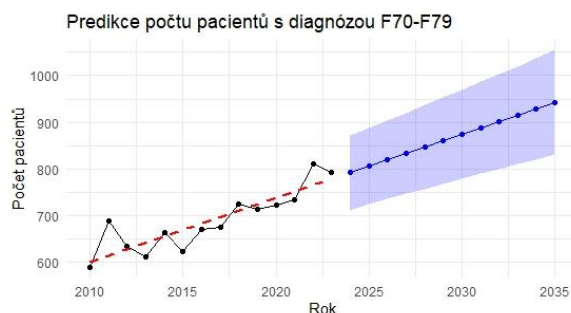
Predikce do roku 2035 předpokládá další snižování počtu pacientů, přičemž odhadovaný pokles je značný – až na přibližně polovinu současných hodnot. Ačkoli predikční interval nepůsobí na první pohled příliš široce, vzhledem k nízkým absolutním hodnotám může i menší odchylka představovat relativně významnou změnu. U této skupiny je proto vhodné interpretovat výsledky s jistou opatrností a nadále sledovat, zda se klesající trend potvrdí i v dalších letech.

## Poruchy psychického vývoje, poruchy chování a emocí s obvyklým nástupem v dětství a v dospívání



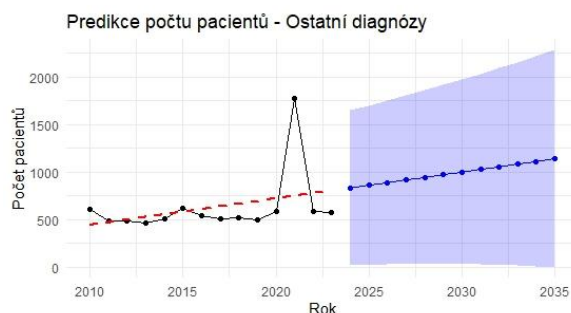
Diagnózy F80-F99, kam spadají poruchy psychického vývoje a poruchy chování

## Mentální retardace



Diagnózy F70-F79, tedy poruchy intelektu, se v historických datech vyznačují pozvolným, avšak relativně stabilním nárůstem počtu pacientů. Tento trend se odrazil i v predikčním modelu, který předpokládá pokračující růst až k hodnotě přibližně 950 pacientů v roce 2035. Ačkoli historický vývoj není zcela lineární a zahrnuje drobné výkyvy mezi jednotlivými roky, celkový směr je poměrně konzistentní. Je však třeba mít na paměti, že i v tomto případě může vývoj ovlivnit řada vnějších faktorů – například změny v dostupnosti diagnostiky, zkvalitnění evidence či odlišnosti v přístupu k lidem s intelektovým postižením. Výsledky proto doporučujeme interpretovat s přihlédnutím k těmto okolnostem.

## Ostatní diagnózy



Skupina ostatních diagnóz vykazuje ve vývoji mezi lety 2010 až 2023 poměrně

a emocí se začátkem obvykle v dětství a adolescenci, vykazují od roku 2010 celkově rostoucí trend. Vývoj sice zahrnuje určité výkyvy, zejména v období po roce 2015, přesto je zřejmé, že počet pacientů v této skupině se dlouhodobě zvyšuje. Lineární model tento vývoj reflektuje a predikuje další nárůst, s odhadovaným počtem přesahujícím 2 000 pacientů do roku 2035. Predikční interval je v tomto případě mírně širší, což poukazuje na určitou nejistotu, pravděpodobně související s kolísavostí historických hodnot. Přesto lze říci, že i nadále bude tato skupina představovat významnou část celkového počtu pacientů v oblasti péče o duševní zdraví dětí a dospívajících.

stabilní počty pacientů, s výjimkou jednoho výrazného výkyvu v roce 2022, kdy došlo k extrémnímu nárůstu. Tento skokový vzestup lze s vysokou pravděpodobností přičíst změnám ve vykazování, metodice sběru dat nebo jednorázové události, která dočasně ovlivnila statistiky. Lineární trend je touto anomálií do jisté míry ovlivněn, nicméně predikce do roku 2035 již tento bod neakcentuje a predikuje pozvolný nárůst počtu pacientů. Predikční interval je širší, což odráží nejistotu způsobenou výkyvem ve výchozích datech. Při interpretaci výsledků této skupiny je proto třeba zvýšené opatrnosti a případného ověření dat z roku 2022.

*Zdroj: vlastní zpracování dat NZIP (2025)*

Ze zjištění predikce vývoje počtu pacientů s duševními poruchami můžeme vyvodit několik klíčových závěrů. Ty nám mohou pomoci lépe porozumět budoucím potřebám v oblasti péče o duševní zdraví. Přestože vývoj není u všech diagnóz jednotný, predikce poukazují na společné tendence a varovné signály, které je vhodné zohlednit při plánování zdravotních a sociálních služeb. Hlavní závěry jsou shrnuty níže.

### **Různorodý trend napříč diagnózami**

U některých skupin diagnóz převažuje pozvolný pokles (např. poruchy způsobené užíváním alkoholu – F10, depresivní poruchy – F32–F33), naopak jiné vykazují neutrální nebo rostoucí trend (např. neurotické a stresové poruchy – F40–F49, poruchy psychického vývoje v dětství – F80–F99, obsedantně-kompulzivní porucha – F42). Některé diagnózy, jako je Alzheimerova nemoc (F00, G30) mají kolísavý vývoj, s vyšší mírou nejistoty v predikci.

### **Nárůst u populace dětí a adolescentů**

Diagnózy F80–F99, tedy poruchy s nástupem v dětství a adolescenci, vykazují dlouhodobě rostoucí počet pacientů, což může signalizovat jak zvyšující se výskyt těchto poruch, tak lepší diagnostiku a větší dostupnost služeb pro děti.

### **Nejistota predikcí a vliv mimořádných událostí**

U několika skupin (např. F50–F59, F99) se objevuje výrazný výkyv v roce 2022, který pravděpodobně souvisí s pandemií COVID-19. Tyto výkyvy ovlivňují predikce, které je z toho důvodu třeba interpretovat obezřetně. U řady diagnóz je predikční interval poměrně široký, což odráží vyšší míru nejistoty modelu.

### **Stoupající poptávka po péči v určitých oblastech**

Některé diagnózy vykazují klesající trend, u jiných, jako jsou například schizofrenie a poruchy osobnosti, lze očekávat další nárůst pacientů a tím i poptávky po službách. Tento trend je

důležitý pro plánování kapacit zdravotně-sociální péče a cílení  
prevence.

### 3.4.3 Aktuální kapacity služeb péče o duševní zdraví

Z rozhovorů s odborníky i zástupci osob s problémy s duševním zdravím v regionu vyplynulo, že dostupnost některých druhů péče o duševní zdraví v Libereckém kraji je problematická. Zejména pokud jde o specializovanou ambulantní péči, krizové služby, psychoterapii nebo terénní podporu. Tato zjištění potvrzují i dostupná data.

#### Lůžková péče

V Libereckém kraji se **nenachází žádná psychiatrická nemocnice**, proto musí pacienti vyhledávat lůžkovou psychiatrickou péči mimo region, nejčastěji v **psychiatrické nemocnici Kosmonosy** ve Středočeském kraji a v případě pacientů z oblasti Českolipska také v **psychiatrické nemocnici Horní Beřkovice** v Ústeckém kraji. **Psychiatrické oddělení** je v Libereckém kraji zřízeno v **Krajské nemocnici Liberec** a jedná se o jediné zařízení poskytující akutní lůžkovou péči v Kraji. Dle dat z roku 2022 se v Kraji nacházelo 76 lůžek na psychiatrickém oddělení nemocnice.<sup>20</sup>

#### CDZ

V Libereckém kraji se 447 000 obyvateli je zřízeno **jedno CDZ**, které je však určené pouze pro ORP Liberec a ORP Frýdlant. V Libereckém kraji žije 102 200 obyvatel, kteří se do tohoto CDZ nedostanou ani po 45 minutách jízdy autem, jedná se o 23,10 % populace Kraje.<sup>21</sup> To neodpovídá standardům stanoveným ve Strategii reformy psychiatrické péče. Podle nich je cílem vybudovat 1 CDZ na 100 000 obyvatel, zároveň má být CDZ dostupné do 30 minut veřejnou dopravou. Dle plánu vzniku CDZ v Kraji bude v roce 2026 území působnosti CDZ v Liberci rozšířeno o ORP Jablonec nad Nisou a ORP Tanvald. Toto území odpovídá standardům CDZ pro zbylou část kraje jsou dostupné multidisciplinární týmy.

#### Ambulantní péče

Zhodnotit skutečnou dostupnost ambulantní psychiatrické péče v Libereckém kraji není jednoduché, jelikož dostupná data často mapují rozdílné indikátory. Strategie reformy psychiatrické péče pracuje s počtem psychiatrů přepočteným na obyvatele, zatímco statistiky Ústavu zdravotnických informací a statistiky ČR uvádí počet poskytovatelů zdravotních služeb, bez ohledu na to, kolik lékařů v dané ordinaci pracuje nebo jaký mají úvazek. Kvůli těmto rozdílům je obtížné porovnávat Kraj s celostátními cíli nebo určit, nakolik je péče pro obyvatele dostupná.

Strategie reformy psychiatrické péče doporučuje zajistit:

- **psychiatry** v počtu 12/100 000 obyvatel,
- specialisty v oboru **dětská a dorostová psychiatrie** v počtu 2/100 000 obyvatel,
- specialisty v oboru **gerontopsychiatrie** v počtu 1/100 000 obyvatel,
- specialisty v oboru **sexuologie** v počtu 1/100 000 obyvatel,
- specialisty v oboru **poruchy příjmu potravy** v počtu 0,5/100 000 obyvatel.

<sup>20</sup> <https://psychiatrie.uzis.cz/res/file/oborove-statistiky/dostupnost-psychiaticke-pece-mapy.pdf>

<sup>21</sup> <https://psychiatrie.uzis.cz/cs/psychiatrie-v-datech/registr-cdz/#k02>

Data Všeobecné zdravotní pojišťovny (VZP) ukazují, že je v Libereckém kraji obsazeno celkem 30 pozic odbornosti psychiatrie. Někteří psychiatři jsou však zaměstnaní u více poskytovatelů, v přepočtu se jedná o 18,74 plných pracovních úvazků s průměrnou výší jednoho pracovního úvazku 0,70.

V oboru dětské a dorostové psychiatrie je v Kraji obsazeno celkem 7 pozic, v přepočtu se jedná o 4 plné pracovní úvazky. Podle dat České lékařské komory působí v Libereckém kraji 18 lékařů se specializací psychiatrie a 5 lékařů se specializací dětská a dorostová psychiatrie.<sup>22</sup> Podrobnější informace k jednotlivým okresům jsou zobrazeny v Tabulce 8 a 9.

V oblasti ambulantní psychiatrické péče bylo v celém Libereckém kraji v roce 2022 evidováno celkem 33 poskytovatelů zdravotních služeb v oboru psychiatrie, což odpovídá 7,39 poskytovatelů na 100 000 obyvatel. Poskytovatelem zdravotních služeb se rozumí fyzická nebo právnická osoba, která má oprávnění k poskytování zdravotních služeb podle zákona č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách. Může se tedy dle této definice v obecné rovině jednat o nemocnici, soukromou ordinaci, agenturu domácí péče nebo odběrovou laboratoř<sup>23</sup>. Pro jednotlivé specializace se jedná o 24 poskytovatelů psychiatrie pro dospělé, 5 poskytovatelů specializace dětská a dorostová psychiatrie, 0 poskytovatelů gerontopsychiatrie, 1 poskytovatele v oboru návykové nemoci a 3 poskytovatele oboru sexuologie.<sup>24</sup> Vzhledem k tomu, že v Libereckém kraji žije více než 447 000 obyvatel<sup>25</sup>, nejsou standardy stanovené ve Strategii reformy psychiatrické péče naplněny pro žádnou z odborností.

**Tabulka 12: Počet pracovišť a pracovníků odbornosti psychiatrie z dat VZP**

|                              |                           |            |           |      |      |    |
|------------------------------|---------------------------|------------|-----------|------|------|----|
| <b>305 -<br/>psychiatrie</b> | 07 -<br>Liberecký<br>kraj | 5000 -     | Česká     | 4    | 4.80 | 6  |
|                              |                           | ČESKÁ LÍPA | Lípa      | 6    | 3.77 | 7  |
|                              |                           | 5300 -     | Jablonec  | 1    | 0.40 | 1  |
|                              |                           | JABLONEC   | nad Nisou | 1    | 1.00 | 1  |
|                              |                           | NAD NISOU  | Železný   | 9    | 7.17 | 13 |
|                              |                           | Brod       | Frýdlant  | 1    | 0.60 | 1  |
| 5400 -                       | LIBEREC                   | Liberec    | 1         | 1.00 | 1    |    |
| 6700 -                       | SEMILY                    | Jilemnice  | 1         | 0.60 | 1    |    |
|                              |                           | SEMILY     | Turnov    | 1    | 1.00 | 1  |

Zdroj: vlastní zpracování dat VZP

<sup>22</sup> <https://www.lkcr.cz/seznam-lekaru#seznam>

<sup>23</sup> <https://www.nzip.cz/clanek/1073-poskytovatele-zdravotnich-sluzeb>

<sup>24</sup> <https://www.uzis.cz/res/fi/008442/psych2022.pdf>

<sup>25</sup> <https://csu.gov.cz/lbk/domov?pocet=10&start=0&pouzeVydane=true&razeni=-datumVydani&kraje=3077>

**Tabulka 13: Počet pracovišť a pracovníků odbornosti dětská a dorostová psychiatrie z dat VZP**

|   |           |            |          |   |      |   |
|---|-----------|------------|----------|---|------|---|
| <b>306 - dětská<br/>a dorostová<br/>psychiatrie</b> | 07 -      | 5000 -     | Česká    | 1 | 0.93 | 1 |
|   | Liberecký | ČESKÁ LÍPA | Lípa     |   |      |   |
|   | kraj      | 5300 -     | Jablonec | 1 | 1.00 | 1 |
|   |           | JABLONEC   | nad      |   |      |   |
|   |           | NAD NISOU  | Nisou    |   |      |   |
|   |           | 5400 -     | Liberec  | 4 | 2.07 | 5 |
|   |           | LIBEREC    |          |   |      |   |

Zdroj: vlastní zpracování dat VZP

### Psychologická péče

Dle dat Národního registru poskytovatelů zdravotních služeb (NRPZS) je v Kraji registrováno 27 subjektů poskytujících zdravotní péči v oboru klinická psychologie, v Tabulce 10 je uveden počet poskytovatelů psychologické péče dle ORP.

**Tabulka 14: Počet poskytovatelů zdravotní péče v oboru klinická psychologie**

|   |          |          |           |          |          |
|---|----------|----------|-----------|----------|----------|
| Počet<br>poskytovatelů<br>v oboru klinická<br>psychologie | <b>4</b> | <b>7</b> | <b>13</b> | <b>1</b> | <b>2</b> |
|---|----------|----------|-----------|----------|----------|

Zdroj: vlastní zpracování dat NRPZS

### 3.5 Doporučení k systémovým opatřením


Na základě výsledků dotazníkového šetření, rozhovorů s osobami se zkušeností s duševním onemocněním a s odborníky z praxe jsme identifikovali klíčové oblasti, pomocí kterých je možné zlepšit dostupnost, kontinuitu a kvalitu péče o duševní zdraví v Libereckém kraji. Následující doporučení jsou určena jako podklad pro strategické plánování v oblasti duševního zdraví na úrovni Kraje v horizontu následujících pěti let. Každé doporučení vychází ze zjištění z rozhovorů, dotazníkového šetření nebo z dobré praxe v jiných regionech, popisuje problematickou situaci a navrhuje kroky, které může Kraj podniknout. Současně upozorňuje na možné bariéry a přínosy jednotlivých opatření, které mohou pomoci při jejich prioritizaci.

#### Posílení dostupnosti ambulantní psychiatrické a psychologické péče z hlediska kapacit i kontinuity

Z rozhovorů s uživateli služeb vyplynulo, že kapacity ambulantní psychiatrické a psychologické péče v Libereckém kraji jsou vnímány jako nedostatečné. Řada respondentů popsala obtíže s nalezením volného psychiatra, což může vést k prodlevám v zahájení nebo pokračování léčby. Ti, kteří již psychiatra mají, zároveň vyjadřovali obavy z budoucnosti, zejména z odchodu svého lékaře do důchodu a s tím spojené nejistoty. Důležitým faktorem pro pokračování v léčbě je pro ně vztah s psychiatrem, vzájemné porozumění a shoda na postupu léčby. Při hledání nového psychiatra bývají často odrazováni negativními recenzemi, které snižují jejich motivaci obracet se na nové poskytovatele péče.

Potřebu zlepšení dostupnosti služeb spojených s duševním zdravím potvrzují také data z dotazníkového šetření v dospělé populaci. Z výsledků vyplývá, že za největší bariéru v přístupu k odborné pomoci v oblasti duševního zdraví respondenti jednoznačně považují nedostatek dostupných služeb v jejich okolí, což potvrdilo 216 respondentů. Zároveň respondenti hodnotili dostupnost služeb duševního zdraví v Libereckém kraji jako spíše špatnou (132) nebo špatnou (79). 90 respondentů hodnotilo dostupnost jako spíše dobrou, pouze 7 respondentů považuje dostupnost za dobrou.

Z dotazníkového šetření vyplývá také potřeba podpory dostupnosti individuální psychoterapie, kdy 330 respondentů uvedlo, že by tuto služby uvítalo ve svém okolí, což byla nejčastěji volená odpověď.

 Doručujeme, aby Kraj ve svém strategickém plánování služeb pro duševní zdraví stanovil jako prioritu navýšení kapacit ambulantní psychiatrické péče a zároveň podpořil kontinuitu péče při výměně lékaře. To může zahrnovat zajištění motivačních programů pro lékaře v předdůchodovém věku, podporu nábory nových lékařů do regionu či propojení s telepsychiatrií jako mezikrok. Omezením je celorepublikový nedostatek psychiatrů a klinických psychologů, výhodou ale může být větší motivace mladých lékařů působit v regionu například díky probíhajícím dotačním programům<sup>26</sup>, pro dlouhodobě udržitelné řešení nedostatku odborných pracovníků je však nutné nastavit podporu systematicky, se zahrnutím menších poskytovatelů v regionech.

<sup>26</sup> <https://www.kraj-lbc.cz/aktuality/kraj-vyhlasuje-novy-dotacni-program-podpori-personalni-zajisteni-v-paternich-nemocnicich-n579535.htm>

## Krajská informační platforma o službách

Respondenti opakovaně zmiňovali, že se v systému služeb obtížně orientují. Zejména v krizových situacích, které jejich zdravotní stav přináší, jako jsou první projevy onemocnění nebo návrat z hospitalizace, se projevuje potřeba být dobře informován. V důsledku absence informací může docházet k prodloužení v zapojení do návazných služeb, případně k opakované hospitalizaci, která by při lepší orientaci v systému nebyla nutná.

Také dotazníkové šetření mezi dospělou populací ukázalo, že jednou z hlavních překážek v přístupu k odborné pomoci v oblasti duševního zdraví v Libereckém kraji je nedostatek informací o dostupných službách. Tuto bariéru označilo 177 respondentů z celkového vzorku jako významnou.

→ Doporučujeme centrální již existující online platformu <https://socialnisluzbylk.cz/>, která má informovat o dostupných sociálních službách upravit tak, aby byla uživatelsky přívětivější a umožnila vyhledání informací pomocí podrobnějších filtrů, specifických pro péči o duševní zdraví. Platforma by měla být snadno dostupná, uživatelsky přívětivá a pravidelně aktualizovaná. Doporučujeme také zaměřit se na aktivity s cílem zvýšit povědomí o její existenci. Důležitá je také spolupráce s poskytovateli, jelikož klíčové je aktivní šíření informací do zdravotních zařízení, psychiatrických nemocnic, CDZ, léčeben dlouhodobě nemocných (LDN), ale i mezi praktické lékaře nebo školní psychology. Přínosem je snazší přístup k pomoci pro občany, omezením mohou být kapacity na správu a aktualizaci platformy.

## Podpora návaznosti služeb po hospitalizaci

Mnoho respondentů popisovalo obtížné období po propuštění z hospitalizace, kdy často nebyli informovaní o možnostech další podpory, chyběla jim návazná péče a sociální nebo psychologická pomoc. To vedlo k propadům jejich stavu a riziku opětovné hospitalizace. Vzhledem k absenci psychiatrické nemocnice v Libereckém kraji byli respondenti hospitalizováni mimo Kraj, zejména v psychiatrické nemocnici Kosmonosy. I to může být problémem při informovanosti o službách po propuštění, jelikož ze současného modelu fungování se ukazuje, že psychiatrická nemocnice stojí samostatně a je spíše izolovaným subjektem vzdáleným od dalších služeb péče o duševní zdraví.

→ Doporučujeme zavést systém podpory klientů po propuštění z hospitalizace, nejlépe formou case managementu nebo podpory provedení systémem pomoci. Kraj může podpořit zacílení pozice case managera nebo peer pracovníka v zařízeních, která propouštějí pacienty, jako jsou například psychiatrická oddělení nemocnic nebo psychiatrické nemocnice. Dalším způsobem by mohla být také podpora vzniku krizových lůžek, zřízení denních doléčovacích stacionářů a podpora přechodného chráněného bydlení. Tyto nástroje by lidem po hospitalizaci poskytly čas a prostor pro stabilizaci, která je v jejich situaci potřebná. Výzvou tohoto doporučení může být mezikrajská koordinace, přínosem ale může být snížení recidivy hospitalizací a vyšší efektivita systému.

## Rozvoj komunitních a peer služeb

Respondenti v rozhovorech vyzdvihovali význam komunitních a peer aktivit. Možnost sdílet zkušenost, trávit čas s lidmi v podobné situaci a zapojit se do smysluplných aktivit přispívala k pocitu normality a procesu zotavení. Peer konzultanti byli vnímáni jako důvěryhodní partneři,

kteří rozumějí situaci klienta. Tento typ podpory zároveň přispívá humanizaci psychiatrické péče a podporuje fungování klientů v jejich přirozeném prostředí.

→ Doporučujeme, aby Kraj finančně i organizačně podpořil rozvoj komunitních center, peer konzultantů, skupinových aktivit nebo tzv. škol zotavení. Výpovědi respondentů jasně ukazují, že možnost být součástí komunity, trávit čas s lidmi v podobné situaci, a mít smysluplné volnočasové aktivity výrazně napomáhá zotavení. Peer konzultanti navíc působí jako důvěryhodný most mezi systémem a klientem, také u lidí, kteří mají problém důvěřovat institucím nebo běžným pracovníkům. Dále doporučujeme zavést možnost zapojení peer pracovníků přímo v nemocnicích a vytvořit systém dalšího vzdělávání peer pracovníků po ukončení základního kurzu. Přínosem je vyšší efektivita systému díky důvěryhodnému propojení mezi službami a klienty, omezením může být nedostatečné povědomí o možnostech financování těchto služeb.

### Zintenzivnění destigmatizačních kampaní

→ Doporučujeme, aby Kraj inicioval realizaci cílených destigmatizačních kampaní zaměřených na destigmatizaci duševních onemocnění, zejména ve školách, komunitách a na pracovištích. Informační grafiky odevzdané spolu s touto analýzou mohou být dobrým začátkem pro komunikaci tohoto tématu. Účinné jsou kampaně, ve kterých promlouvají přímo lidé, kteří mají vlastní zkušenost s duševním onemocněním a jsou ochotni sdílet svůj příběh veřejně. Mohou tím inspirovat a poukázat na to, že zotavení je možné. Přínosem je vyšší ochota vyhledat pomoc a nižší sebestigmatizace, omezením může být nutnost dlouhodobého úsilí a koordinace.

### Mainstreaming tématu duševního zdraví

Mainstreaming duševního zdraví je přístup, při kterém je téma duševního zdraví začleňováno do relevantních politik, strategií, sektorů a úrovní rozhodování. V Libereckém kraji je tento princip již částečně uplatňován, v Kraji vznikla díky projektu „Podpora procesů v rámci reformy péče o duševní zdraví v Libereckém kraji“ pozice koordinátora pro duševní zdraví<sup>27</sup>, na krajském úřadě byly zřízeny pracovní podskupiny pro duševní zdraví, dále vznikají analytické podklady, na které bude navazovat plán péče o duševní zdraví v Libereckém kraji pro období 2026-2030. Cílem mainstreamingu tohoto postupu je, aby duševní zdraví nebylo jenom doménou zdravotnictví, ale aby bylo systematicky bráno na zřetel napříč společnostmi.

→ Doporučujeme pokračovat v začleňování tématu duševního zdraví do běžných veřejných služeb, jako jsou školy, úřady práce, komunitní centra nebo krajské rozvojové strategie. Může jít například o školení zaměstnanců veřejné správy nebo začlenění psychosociální podpory do běžných agend. Přínosem je dlouhodobé posilování prevence a podpory zdraví v populaci, omezením může být potřeba systémové koordinace napříč odbory.

---

<sup>27</sup> Pozice není trvale zařazena v organogramu organizace.

A close-up photograph of an elderly woman. She is wearing a light blue and yellow patterned cardigan over a white collared shirt. Her right hand is resting on a wooden surface, and her left hand is holding a black walking cane. The background is a plain, light-colored wall.

**Senioři**

## 4. Senioři

Tato kapitola představuje kvalitativní analýzu potřeb seniorů v oblasti duševního zdraví v Libereckém kraji, která je založena na datech z rozhovorů s cílovou skupinou seniorů. Součástí kapitoly je také SWOT analýza, tedy analýza silných a slabých stránek, vnějších příležitostí a hrozeb služeb, které s oblastí duševního zdraví souvisí.

### 4.1 Popis problematiky

**Duševní zdraví seniorů představuje vzhledem ke stárnutí populace stále relevantnější oblast.** V České republice tvoří lidé nad 65 let přibližně pětinu populace, do roku 2100 by se tato skupina mohla zvětšit až na třetinu (Český statistický úřad, 2023).

Spolu s rostoucím věkem se zvyšuje také poptávka po zdravotní péči – celosvětově více než 14 % osob nad 60 let trpí nějakou nemocí duševního zdraví. Nejčastější duševní poruchy u seniorů jsou deprese a úzkost. Globální data také ukazují, že přes 27 % sebevražd bylo uskutečněno u lidí nad 60 let (WHO, 2023).

Duševní zdraví seniorů v České republice se zhoršilo během pandemie COVID-19. Data z průzkumu Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE) poukazují na to, že **více než třetina seniorů zažívala během lockdownu pocit samoty**. Osamělost se nejčastěji objevuje ruku v ruce u jedinců, kteří mají špatné fyzické zdraví, cítí se nervózní nebo smutní (Vaculíková & Hanková, 2023).

Hlavní rizikové faktory ohrožující duševní zdraví seniorů jsou právě **sociální izolace a osamělost**. Dalšími významnými faktory jsou zneužívání seniorů, a to formou fyzického, verbálního, psychického nebo finančního zneužívání (Ribeiro-Gonçalves et al., 2022).

### 4.2 Kvalitativní analýza potřeb seniorů

Předmětem této kapitoly je zmapování specifických potřeb seniorů, které by vedly k posílení prevence duševního zdraví a včasné podpory této cílové skupiny. Potřeby seniorů byly zjišťovány formou polostrukturovaného rozhovoru, který umožní sběr postojů k tématu služeb duševního zdraví, jejich dostupnosti a efektivitě při podpoře preventivních opatření u této skupiny.

#### 4.2.1 Metodologie a průběh výzkumu

Data pro tuto část analýzy byla shromažďována prostřednictvím rozhovorů, které umožňují hlubší porozumění zkoumanému fenoménu z pohledu respondentů. Rozhovory kombinují otevřené a uzavřené otázky, což zajišťuje srovnatelnost výsledků mezi respondenty. Navzdory skutečnosti, že rozhovory jsou vedeny podle předem připraveného scénáře, dávají respondentům příležitost reflektovat jejich osobní zkušenosti a postoje. Scénář má v rozhovorech zásadní význam, protože nastavuje očekávání a pravidla (Hendl, 2023; Magaldi & Berler, 2020). Rozhovory nejsou nahodilé, ale mají stanovený účel a smysl. Zvláštní důraz je kladen na dodržení etických standardů jako je dobrovolnost účasti, informovaný souhlas, důvěrnost a anonymita, ochrana soukromí a citlivých informací, stejně jako respektování důstojnosti a autonomie respondentů (Kaufmann, 2010).

Rozhovory byly vedeny podle předem připraveného scénáře. Tento scénář je klíčový, protože odráží výzkumné cíle a otázky a definuje rámec rozhovoru. Současně poskytuje prostor pro přizpůsobení se průběhu rozhovoru, což umožňuje hlubší zkoumání relevantních témat, která se během rozhovoru objeví. Respondenti byli vybráni metodou cíleného výběru, běžně využívanou v kvalitativním výzkumu, s cílem získat **informované a relevantní výpovědi** od konkrétních jedinců (Magaldi & Berler, 2020).

Za účelem získávání respondentů byly osloveny **organizace v Libereckém kraji, které se zaměřují na práci se seniory** – denní stacionáře a domovy pro seniory i domovy se zvláštním režimem. Při jejich výběru byl kladen důraz na oslovení rozdílných typů zařízení i jejich geografické polohy. Byly vybrány instituce ve větším městě jako je Liberec, i menších městech a venkovské oblasti. Tyto organizace doporučily konkrétní klienty k poskytnutí relevantních a hloubkových výpovědí, jež reflektují specifické potřeby a zkušenosti těchto osob. V rámci výzkumu proběhly individuální i skupinové rozhovory s **více než 20 osobami seniorského věku**. Zároveň proběhly rozhovory také s pracovníky s touto cílovou skupinou, aby byl doplněn obraz o stavu této cílové skupiny s ohledem na nenaplněné potřeby v oblasti péče o duševní zdraví. Limitací tohoto přístupu je **malá velikost vzorku**, který pouze omezeně reflektuje specifika cílové skupiny. Zároveň rozhovory zahrnují výpovědi pouze těch osob, které byly díky svému stavu schopné se rozhovorů účastnit. Osoby, které jsou problémy s duševním zdravím nejvíce postiženy, například pacienti s demencí, nebyly kvůli svému zdravotnímu či psychickému stavu schopny se rozhovorů účastnit. I to je limitací tohoto induktivního přístupu.

Získaná data byla **kódována a organizována**, což usnadnilo jejich analýzu a kategorizaci. Rozhovory byly nejprve přepsány, poté kódovány na základě opakujících se vzorců, které byly následně uspořádány do širších kategorií. Na základě kategorizovaných dat bylo možné identifikovat hlavní **témata a vzorce v odpovědích respondentů**, což umožnilo formulování doporučení pro systémová opatření.

#### 4.2.2 Výsledky rozhovorů – duševní zdraví seniorů v institucích i mimo ně

Cílová skupina seniorů je různorodá svým věkem, schopnostmi i potřebami. Do skupiny seniorů spadají mladší aktivnější senioři, lidé krátce po odchodu do důchodu, ale i osoby ve starším věku. Jejich situace se napříč touto skupinou může výrazně lišit, dle stavu fyzického i duševního zdraví, životního stylu, způsobu vyrovnávání se se stresory souvisejícími se stárnutím. Situace, ve kterých se senioři nacházejí, jsou různorodé. Skupina je tedy velmi heterogenní a její komplexní potřeby nelze jednoduše shrnout.

#### Ztráta kontroly a sebe-stigmatizace



Častým tématem rozhovorů byla **snaha seniorů nebýt na obtíž své rodině a blízkým**. Mnozí rozhodnutí využívat poskytované služby anebo vstoupit do pobytového zařízení odůvodňovali tím, že nechtěli zatěžovat příbuzné, kteří mají vlastní rodiny a povinnosti. Péči o sebe samé vnímali jako časově i psychicky náročnou a přesun odpovědnosti na instituci chápali jako formu **ohleduplnosti vůči svým blízkým**.



„Všechno zařizovala dcera, takže nevím, jak dlouho to trvalo se sem dostat. Já jsem ani nevěděl, že sem přijdu, dcera mi to pak řekla narovinu.“

Většina respondentů v nedávné minulosti prožívala nějakou formu **ztráty zdraví**, například prodělali infarkt, cévní mozkovou příhodu, úraz nebo chronické onemocnění. **Změna fyzického stavu a obavy z jeho dalšího zhoršení se objevovaly jako významné stresory**, které zhoršovaly jejich psychické zdraví. Někteří senioři si zároveň stále zvykali a adaptovali se na novou roli, ve které se stali pacientem či klientem služeb.



„Já jsem byla pořád doma a loni v březnu jsem doma omdlela a nemohla jsem se dostat do postele. Dostala jsem se do nemocnice a pak jsem byla v sociálním zařízení na 40 dnů a pak jsem měla doma u dcery místnost, kde jsem byla. Ale nechtěla jsem, aby se opatrováním mě zhoršil její stav, tak jsem si zažádala sem do domova. Všechny lidi tady znám. Já jsem sem navíc chodila za sestřenicí před 20 lety a hrozně se mi tady líbilo. Já jsem tady nejšťastnější ve svém životě. 25 roků mám nemocná kolena a moc se to nedá, zatím se snažím nejnutnější dojít. Jsem na ty nohy už zvyklá, jenom abych nedostala nějakou mozkovou příhodu nebo aby se to nezhoršilo. Asi půl roku jsem musela čekat, než se tady uvolní místo.“

Jako další stresor několik respondentů zmínilo také **situaci ve světě a politiku**. Sledování zpráv považují za stresující a snaží se mu vyhýbat. Vnější události, které nemohou ovlivnit, a informační přesytenost mohou vyvolávat frustraci a bezmoc. To podtrhuje nutnost poskytovat i pozitivní, srozumitelné a konstruktivní informace.

### Přetrvávající stigma ohledně tématu duševního zdraví a potlačování emocí



Při přímých dotazech na duševní zdraví respondenti zpravidla odpovídali **vyhýbavě nebo negativně**. Až v průběhu rozhovorů se postupně objevovala témata úzkosti, osamělosti nebo obav z budoucnosti, často související s fyzickým zdravím, ztrátou autonomie nebo změnou prostředí. Podobně přistupovali k otázce odborné psychologické péče, kdy psychoterapii nebo psychiatra nevnímali jako potřebné a odmítali jejich využívání.

Dotazy na duševní zdraví často **nevedly k přiznání obtíží**, to se objevovalo až v dalších odpovědích. Senioři tedy postupně popisovali, že v minulosti byli nebo i v současnosti jsou v nějaké úrovni tenze, ale **nepojmenovali ji jako problém týkající se duševního zdraví**.



„Když se cítím psychicky špatně, tak se něčím zabývám, třeba jak je krásný pohled z okna. Ostatní to mají podobně. Jde o to, aby se lidé sami snažili nezabývat se starými problémy, které už nejdou vyřešit. Je důležité, aby ty myšlenky šly mimo nás, protože když začnete vzpomínat, tak to dělá nedobře na všem, na těle i na duši.“

Seniorský věk je spojený s mnoha novými situacemi a stresory, jako je zhoršení zdraví, úmrtí blízkých osob, ztráta samostatnosti nebo osamění. Mnoho respondentů projevilo tendenci **vědomě potlačovat své negativní emoce** a jako strategii, jak se se svou situací vyrovnat, volili **odmítavý přístup** a **kognitivní vyhýbání**. Převládá názor, že je třeba **problémy zvládnout sám** a vyrovnat se s nimi individuálně a po svém. To ukazuje na generačně zakořeněný přístup ke zvládnání psychické zátěže a zároveň na nedostatečnou osvětu v oblasti

duševního zdraví ve stáří. Tento postoj může být **překážkou včasné diagnostiky a adekvátní podpory**, i když potřeba pomoci je zřejmá. I v domovech, ve kterých je možnost konzultace s psychoterapeutem, respondenti při rozhovoru zmínili, že tuto službu nevyužívají. U respondentů bylo patrné, že svoji **odolnost považují za ctnost** a mají pocit, že se na jejich situaci stejně nic nezmění.

### Kvalita života, péče a přítomnost druhých



Z rozhovorů vyplynulo, že senioři žijící v domovech pro seniory nebo využívající služby denních stacionářů bývají obecně **spokojeni se sociálním prostředím**, které jim tato zařízení nabízejí. Díky společným aktivitám a možnosti smysluplně trávit čas u těchto seniorů nepanuje pocit samoty. Domov důchodců či denní stacionář jim poskytují prostor navazovat přátelství, socializovat se, sdílet zážitky. Pozitivně je hodnocena široká škála aktivit, které pro ně zařízení připravují, jako jsou hudební vystoupení, přednášky a oslavy svátků napříč rokem, nebo duchovní aktivity. Tento typ vyžití přispívá ke zmírnění pocitů osamělosti a podporuje pocit sounáležitosti, jak poznamenali respondenti.



*„Všechno se nám tady líbí, tady máte aktivity, jak si zvolíte, tak je máte. Já jsem ráda sama, ráda čtu a ráda luštím křížovky. Když nám ale doporučí, že bychom měli něco dělat, tak to děláme. Máme i venkovní aktivity, byl tady oheň, byla olympiáda her, je z toho záznam a můžeme si to pustit. Dělá se sejkorák, vzpomíná se na tradice, co pocházejí z Podkrkonoší, potom Josefovská, Mikuláš, jsou tu zpěváci, koncerty, děti, bude tady přednáška horolezců. Program je pestrý, výstava fotografií z Rokytnice, hasiči seznamovali s technikou, hodně chodí z MŠ nebo ze ZŠ, tělocvik a podobně.“*

Pozitivně byla hodnocena i **komplexnost péče**, kromě základní zdravotní péče instituce často nabízejí rehabilitační služby, fyzioterapii, různé formy aktivizačních činností nebo skupinové terapie. Týmy v navštívených zařízeních kladou důraz na humanizaci péče: snaží se vytvářet prostředí připomínající domov, respektují soukromí a individuální přání klientů. Standardem byly dvou až třílůžkové pokoje s důrazem na zachování důstojnosti a autonomie.

Klienti si mohou zvolit, zda se chtějí účastnit společných aktivit, mají **přístup k návštěvám** a zařízení často zapojují i rodinné příslušníky do společného programu. Právě přítomnost dětí, vnoučat a návštěv byla většinou seniorů vnímána jako zdroj radosti. Právě dobré vztahy a možnost sociální interakce jsou ochranným faktorem duševního zdraví.

Senioři žijící v **domácím prostředí čelí specifickým výzvám**, které se odlišují od situace osob umístěných v rezidenčních zařízeních. Chybí jim zázemí, jež by jim systematicky zajišťovalo každodenní sociální kontakt, bezpečí a přístup k podpoře. V oblasti sociálních vazeb a praktické pomoci se tak musí spoléhat především na své přirozené prostředí, tedy rodinu, přátele, sousedské sítě a komunitu. To však může být značně problematické, zejména s ohledem na vytíženost rodinných příslušníků, geografickou vzdálenost nebo zhoršující se zdravotní stav seniora.



„Když je rodina v práci, tak je mi trochu smutno, ale mám doma kočky. Ve středu a v pátek ke mně chodí pečovatelky.“

Situaci dále ztěžuje **demografický vývoj**, jelikož rostoucí naděje dožití a vysoký podíl seniorů ve vyšších věkových kategoriích vedou k častější osamělosti. Ta je typicky výraznější u žen, které se dožívají vyššího věku a často přežívají své partnery. Mnohé z nich tak v pozdním věku zůstávají bez každodenní podpory blízké osoby, což může zvyšovat riziko sociální izolace, osamění, zhoršeného duševního zdraví i ztráty soběstačnosti.

### Výzvy společného soužití a nerovnosti v přístupu ke službám

Někteří respondenti zmínili i **problematickou cestu do pobytových zařízení přes léčebny dlouhodobě nemocných**, kde jejich zdravotní stav během pobytu stagnoval nebo se dokonce zhoršil, ztratili pohyblivost, soběstačnost nebo motivaci. V kontrastu s tím zaznamenali po přechodu do domova či stacionáře zlepšení díky systematické rehabilitaci a aktivizačním přístupům. To ukazuje, že instituce samy o sobě nejsou zárukou zlepšení duševního nebo fyzického zdraví, ale že klíčová je hlavně kvalita, komplexnost a individualizace poskytované péče.



Přestože senioři hodnotí prostředí většinou pozitivně, objevují se i limity. Problémem může být **sdílení prostor osobami v odlišném zdravotním stavu**, zejména mezi klienty s pokročilou kognitivní poruchou (např. demencí) a těmi, kteří mají zachované mentální funkce. Sdílení pokojů pak může vést k napětí nebo pocitu ztráty soukromí.

Z rozhovorů rovněž vyplynula **frustrace ohledně dostupnosti služeb**, kdy kapacita domovů, denních stacionářů i dalších pobytových zařízení je omezena a čekací lhůty mohou být v řádu měsíců až let. Tato strukturální nerovnost dopadá negativně na psychický stav seniorů, kteří často nevidí jinou alternativu.

Překážkou ve fungování byla i **mobilita a doprava**. Senioři, kteří navštěvují denní stacionář jen několik dní v týdnu, potřebují doplňující služby, jako je terénní péče, ale jejich dostupnost je omezená. Pozitivně byla hodnocena přítomnost sanitek a aut pro převoz do zařízení, nicméně kapacita byla omezená. Opakovaně zazníval požadavek na **senior taxi** nebo jiný typ flexibilní přepravy, který by jim umožnil přístup ke službám i volnočasovým aktivitám mimo město.

### Propojení služeb a význam včasného zachytu



Z rozhovorů vyplynula silná potřeba **lepšího provázání ambulantních, terénních a pobytových služeb**, které by dokázaly reagovat na proměnlivé potřeby seniorů a podpořit jejich duševní i fyzickou pohodu včas, bez zbytečného odkladu. Současný systém často nedokáže včas zachytit potřeby seniora v momentě, kdy začínají. Například problémem může být zvýšené riziko pádu, počínající známky kognitivního úpadku, neschopnost obstarat si nákupy, zatopit si v domě nebo vyřizovat běžné záležitosti.

Pokud by existovaly multidisciplinární terénní týmy nebo návazná centra péče, které by situaci seniora včas vyhodnotily a koordinovaly další podporu, mohlo by se předejít mnoha zhoršením

a umístění do institucí. Zajištění návaznosti mezi službami a **podpora přechodu ze zdravotnických zařízení do komunitní nebo sociální péče** jsou zásadní pro fyzickou rehabilitaci i pro **zachování smysluplného života**. Kvalitně nastavená následná péče může přispět k obnovení soběstačnosti a předcházet dlouhodobé závislosti na formální péči. V ideálním případě by měl existovat postupný přechod, kdy senior nejprve využije denní stacionář nebo terénní službu, a teprve v případě potřeby přechází do pobytové péče. Aktuální roztržitost systému však takové plynulé přechody neumožňuje.

### 4.3 SWOT analýza služeb, které souvisí s duševním zdravím

V rámci této kapitoly je vypracována SWOT analýza, která identifikuje silné a slabé stránky spojené se službami péče o duševní zdraví seniorů v Libereckém kraji. Analýza bude podkladem pro informovaná rozhodnutí v oblasti posilování a úpravy služeb pro seniory.

#### 4.3.1 Metodologie a průběh výzkumu

SWOT analýza je strategický nástroj používaný k hodnocení vnitřních silných (Strengths) a slabých (Weaknesses) stránek organizace i vnějších příležitostí (Opportunities) a hrozeb (Threats). V kontextu služeb pro duševní zdraví seniorů umožňuje SWOT analýza komplexní pohled na současný stav služeb a potenciál pro zlepšení (Gürel, 2017).

- S** Interní pozitivní aspekty služeb pro duševní zdraví seniorů (vnitřní silné stránky)
- W** Interní nedostatky nebo omezení v poskytování služeb pro duševní zdraví seniorů (vnitřní slabé stránky)
- O** Externí faktory, které mohou být využity ke zlepšení služeb duševního zdraví pro seniory (vnější příležitosti)
- T** Externí faktory, které mohou negativně ovlivnit služby duševního zdraví seniorů (vnější hrozby)

Zdroje pro SWOT analýzu jsou kombinací primárních a sekundárních dat. Primárními daty jsou především informace získané rozhovory se seniory a seniorkami, kteří popsali své specifické potřeby a postoje k tématu služeb spojených s duševním zdravím. Dalším zdrojem jsou rozhovory s experty v oblasti služeb duševního zdraví pro seniory v Libereckém kraji, kteří mají know-how v této oblasti a dokážou zmapovat její charakteristiku. SWOT analýza byla diskutována se členy pracovní podskupiny pro duševní zdraví seniorů v Libereckém kraji. Sekundární data použitá pro SWOT analýzu jsou existující strategické dokumenty a koncepce péče o duševní zdraví v Libereckém kraji, interní data vybraných poskytovatelů o vytíženosti a kapacitách služeb, personálním zajištění a finanční udržitelnosti. Dále byly využity informace o legislativních změnách týkajících se poskytování služeb spojených s duševním zdravím seniorů, trendech a predikcích v této oblasti, včetně digitalizace či financování této sféry.

SWOT analýza se zaměřuje na klíčové aspekty systému péče o duševní zdraví seniorů v Libereckém kraji. Je strukturována do čtyř tematických oblastí, které reflektují nejzásadnější výzvy i příležitosti v této oblasti. První oblast se věnuje **dostupnosti a struktuře odborných služeb**, druhá zkoumá **personální kapacity a odbornost pracovníků**, třetí oblast se soustředí na **míru provázanosti zdravotní a sociální péče** a čtvrtá oblast se zabývá

**informovaností veřejnosti, prevencí a stigmatizací duševních onemocnění.** Tento členěný přístup umožňuje komplexní pohled na aktuální stav systému, identifikaci klíčových problémů i formulaci doporučení pro jeho další rozvoj.

#### 4.3.2 Oblast 1: Dostupnost a struktura služeb pro duševní zdraví seniorů

V rámci první oblasti je hodnocena dostupnost a struktura odborných služeb zaměřených na péči o duševní zdraví seniorů v Libereckém kraji. Důraz je kladen na kapacitní možnosti, odborné zaměření a připravenost reagovat na očekávané demografické změny spojené se stárnutím populace. Cílem je identifikovat silné a slabé stránky a kapacitní i jiná omezení současného systému.

**Tabulka 15: SWOT analýza Oblasti 1 – Dostupnost a struktura služeb pro duševní zdraví**

| S   | W  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existence ambulantní psychiatrické ordinace, i když v nedostatečné kapacitě.</li> <li>• Existence jednoho CDZ v kraji jako výchozí bod podpory pro prevenci a včasnou diagnózu začínající demence v dospělé populaci.</li> <li>• Fungující spolupráce zařízení služeb s psychiatrickými zařízeními (např. Kosmonosy).</li> <li>• Fungující týmy a specializované domovy se zvláštním režimem se zkušeností s demencí v některých zařízeních pro seniory.</li> <li>• Dvě zařízení v Kraji mají certifikaci Vážka®<sup>28</sup> (SeneCura, Dům seniorů Františkov).</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• V Kraji chybí psychiatrická nemocnice.</li> <li>• Nedostatek specializovaných zařízení mimo Liberec. Existuje regionální nerovnost v dostupnosti odborných služeb.</li> <li>• Absence mobilních ambulancí v terénu a specializované krizové psychiatrické péče.</li> <li>• Chybějící CDZ specializované na seniory.</li> <li>• Specifická zařízení pro seniory se závislostí existují jen v minimální kapacitě, zatím pouze pilotně (např. domov ve Sloupu v Čechách).</li> <li>• Nedostatečný počet psychiatrických lůžek.<sup>29</sup></li> </ul>                   |
| O   | T  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Financování nových služeb z integrovaného regionálního operačního programu (IROP) / operačního programu Zaměstnanost plus (OPZ+) (např. vznik specializovaného domova).</li> <li>• Rozšíření komunitních služeb a multidisciplinárních týmů.</li> <li>• Možnost využití certifikace (Vážka®, standardy Alzheimerovské společnosti) jako nástroje rozvoje kvality.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rostoucí poptávka po lůžkách a ambulantní péči současně s nenavýšováním kapacit</li> <li>• Riziko kolapsu systému při náhlém výpadku jediného klíčového poskytovatele v Kraji.</li> <li>• Zaléčení seniora v zařízeních psychiatrické péče často znemožňuje další systematickou pomoc (nedostatečná návaznost).</li> <li>• Trans-institucionalizace (např. umístování seniorů s duševními onemocněními do zařízení, která na to nejsou uzpůsobena).</li> <li>• Lze očekávat změny v poptávce s příchodem nové generace seniorů a zvýšení jejich požadavků.</li> </ul> |

<sup>28</sup> Certifikát Vážka® uděluje Česká alzheimerovská společnost, o.p.s provozovatelům zařízení poskytujících kvalitní služby pro lidi s demencí.

<sup>29</sup> Dle dat Ústavu zdravotnických informací a statistiky (ÚZIS) z roku 2020 se v období mezi lety 2010 a 2020 nijak nezměnil počet lůžek na psychiatrických odděleních. Celkový počet k roku 2020 činil 76.

Ze SWOT analýzy dostupnosti a struktury služeb v Tabulce 10 vyplynula specifika seniorské skupiny s ohledem na duševní zdraví. Seniorská skupina není v porovnání s ostatními ohrožena nedostatečnou kapacitou akutních lůžek, jelikož vyžadují pro залечení a diagnostiku minimálně 1 rok hospitalizace. CDZ v Libereckém kraji s ohledem na specifika cílové skupiny seniorů může plnit funkci podpory pro prevenci a včasnou diagnózu.

V Libereckém kraji však neexistuje centrum duševního zdraví, které by bylo personálně a materiálně uzpůsobeno k péči o seniory a velmi omezená je v Libereckém kraji také péče o seniory s duální diagnózou, tedy souběhem onemocnění z okruhu závislostí a duševním onemocněním, nebo souběhem duševního onemocnění a zdravotních problémů spojených se stárnutím.

Současný systém péče o seniory v Libereckém kraji dále z důvodů stárnoucí populace čelí rostoucí poptávce po lůžkové i ambulantní péči bez odpovídajícího navyšování kapacit, což spolu s rizikem výpadku klíčových poskytovatelů může vést k ohrožení dostupnosti služeb. Nedostatečná návaznost péče, zejména po залечení v psychiatrických zařízeních, a nevhodné umístování seniorů s duševními onemocněními do nevyhovujících zařízení (tzv. trans-institucionalizace), dále zvyšují tlak na systém.

#### **4.3.3 Oblast 2: Personální kapacity a odbornost v péči o duševní zdraví seniorů**

Druhá oblast SWOT analýzy se zaměřuje na personální zajištění péče o duševní zdraví seniorů. Hodnocena je zejména dostupnost kvalifikovaných odborníků – psychiatrů, psychologů, geriatrických specialistů, zdravotních sester i pracovníků v přímé péči – a jejich profesní úroveň. Analýza této oblasti má za cíl ukázat, jaké lze očekávat výzvy v personálním zajištění a implikace na kvalitu poskytovaných služeb.

SWOT analýza oblasti personální kapacity a odbornosti v Tabulce 11 naznačuje, že na úrovni jednotlivých zařízení dochází v oblasti péče o duševní zdraví v Libereckém kraji ke zvyšování kvality služeb. Tento pozitivní trend je dán především rostoucí odborností personálu a působením poskytovatelů, kteří mají zájem o specializaci a metodický rozvoj.

Současně však systém čelí vážným problémům – nedostatku personálu napříč všemi úrovněmi odbornosti, omezeným finančním zdrojům a materiálnímu zajištění. Nedostatek pracovníků v přímé péči je způsoben nízkými nástupními mzdami, silnou konkurencí na trhu práce a rigidním mzdovým systémem založeným na délce praxe. To způsobuje vysokou fluktuaci zaměstnanců a problém se stabilizací jednotlivých týmů.

Další výzvou je nízký zájem mladých lidí o práci v oboru a stárnutí stávajících pracovníků – jak pečovatелů a pracovníků v přímé péči, tak i psychiatrů a dalších odborníků. V případě klinických psychologů a psychiatrů je problém hlubší – na celostátní úrovni je kapacita příslušných vysokoškolských oborů nízká a proces uznávání odborné způsobilosti pro výkon profese složitý. V Libereckém kraji je navíc situace ztížena nízkou atraktivitou regionu pro tyto odborníky.

Provozba psychiatrů na psychology není optimální, což brání vzniku synergického efektu a kompatibility v systému. Finanční systém zároveň zvýhodňuje kvantitu poskytované péče před její kvalitou, což dále komplikuje efektivní využití odborného potenciálu pracovníků

i zařízení. Výsledkem je, že i přes vysokou úroveň odbornosti nelze služby poskytovat v plné kvalitě, protože je celý systém přetížený.

**Tabulka 16: SWOT analýza Oblasti 2 – Personální kapacity a odbornost v péči o duševní zdraví**

| <h2 style="text-align: center;">S</h2>  | <h2 style="text-align: center;">W</h2>   |
|---|--|
| <h2 style="text-align: center;">O</h2> <ul style="list-style-type: none"><li>• Postupně se zvyšuje odborná úroveň personálu díky vzdělávacím aktivitám.</li><li>• V Libereckém kraji fungují poskytovatelé, kteří mají zájem o specializaci a metodický rozvoj.</li></ul> | <h2 style="text-align: center;">T</h2> <ul style="list-style-type: none"><li>• Nedostatek odborníků (psychiatri, psychologové, geriatricky školení pracovníci) a pracovníků v přímé péči.</li><li>• Nízké nástupní mzdy, rigidní mzdový systém.</li><li>• Absence dialogu a malá spolupráce mezi pracovníky v přímé péči a zdravotními sestrami v domovu pro seniory (DS).</li><li>• Nedostatečné propojení psychiatrů a psychoterapeutů.</li><li>• Nízký počet gerontopsychiatrů<sup>30</sup>, ambulantních psychiatrů<sup>31</sup> a psychiatrických sester<sup>32</sup>.</li><li>• Systém úhrad stimuluje kvantitu péče a omezuje možnost individuálního přístupu.</li><li>• Nedostatek finančních prostředků limituje motivaci a stabilizaci personálu.</li><li>• Vysoká fluktuace a vyhoření v sektoru (zvláště u neformálních pečujících a pracovníků v přímé péči).</li></ul> |

Zdroj: vlastní zpracování

<sup>30</sup> Dle dat Národního portálu psychiatrické péče nepůsobil v roce 2020 v Libereckém kraji žádný gerontopsychiatr.

<sup>31</sup> Dle dat ÚZIS z roku 2013 připadá v Libereckém kraji 5,3 psychiatrů na 100 tis. obyvatel, což je pod průměrem ČR, která celkově čelí nedostatku ambulantních psychiatrů. K 31.3. 2016 bylo dle Libereckého kraje v kraji 24 poskytovatelů zdravotních služeb v oboru psychiatrie, v roce 2020 jich bylo dle ÚZIS 25. Celkový počet poskytovatelů psychiatrické péče (vč. dětské a dorostové psychiatrie, adiktologie a sexuologie) na 100 000 obyvatel v Libereckém kraji v roce 2020 činil 8,54 (Národní portál psychiatrické péče, 2025).

<sup>32</sup> Přesný počet psychiatrických sester v Libereckém kraji není znám, obecně je však vnímán jejich nedostatek (Liberecký kraj, 2016)

#### 4.3.4 Oblast 3: Provázanost zdravotní a sociální péče

Třetí oblast se zabývá mírou provázanosti zdravotní a sociální péče a schopností jednotlivých článků systému spolupracovat v rámci holistické péče o seniory.

Tabulka 17: SWOT analýza Oblasti 3 –Provázanost zdravotní a sociální péče

| <h2 style="text-align: center;">S</h2>   | <h2 style="text-align: center;">W</h2>   |
|--|--|
| <h2 style="text-align: center;">O</h2> <ul style="list-style-type: none"><li>• Vznik zdravotně-sociálních plánů v Kraji jako nový impulz k integraci.</li><li>• Některé obce a poskytovatelé již mají zkušenost s koordinací péče.</li><li>• Iniciativy Ministerstva zdravotnictví ČR (např. metodiky, reformní podpora) jsou k dispozici.</li></ul> | <h2 style="text-align: center;">T</h2> <ul style="list-style-type: none"><li>• Služby jsou stále fragmentované, s různým způsobem financování a řízením.</li><li>• Přeplněné kapacity sociálních služeb a nízká variabilita služeb mimo stacionáře.</li><li>• Chybí systémové nástroje (např. sdílená dokumentace, koordinátoři péče).</li><li>• Absence komplexního strategického dokumentu a koordinátora pro politiku stárnutí na úrovni Kraje.</li><li>• Obecné Nařízení o ochraně osobních údajů (GDPR) brání sdílení informací mezi zdravotními a sociálními službami, pokud chybí souhlas klienta.</li><li>• Chybějící multidisciplinární týmy zaměřené na seniory s demencí (např. case management nebo společné plánování péče).</li><li>• Nízké povědomí praktických lékařů o opravdovém stavu jejich pacientů. Nízká míra zapojení praktických lékařů do včasného screeningu kognitivních poruch.</li><li>• Problém s přechodem mezi sektory.</li></ul> |

<sup>33</sup> Například organizace Sluchátko i Elpida disponují hlubokými znalostmi a analýzami týkajícími se psychického zdraví, osamělosti a celkové životní spokojenosti seniorů. Jejich výstupy ukazují na klíčové potřeby této populace, včetně dostupnosti duševně-zdravotních služeb, prevence izolace a podpory mezigeneračních vztahů. Tyto poznatky lze využít k vytvoření efektivnějšího systému péče v rámci regionu. Na této expertíze by mohl být založen plánovaný rozcestník pro praktické lékaře, který by propojil lékařské ordinace s dostupnými sociálními a komunitními službami.

Na základě SWOT analýzy v tabulce 12 bylo zjištěno, že systém péče o seniory v Libereckém kraji čelí zásadním výzvám, především v oblasti fragmentace služeb, nedostatku kapacit a absence klíčových systémových nástrojů. Chybějí například koordinátoři péče o duševní zdraví, sdílená dokumentace, jednotné postupy pro včasnou diagnostiku demence a strategický rámec pro komplexní péči o seniory a přípravu na stárnutí populace na krajské úrovni.

Přesto však lze v Libereckém kraji pozorovat pozitivní snahy – například vznik zdravotně-sociálních plánů, sdílení dobré praxe v koordinaci péče na úrovni některých obcí a také rostoucí dostupnost metodické podpory ze strany Ministerstva zdravotnictví (MZd).

Slabinou systému zůstává nízká míra zapojení praktických lékařů do včasného screeningu a diagnostiky kognitivních poruch, jejich nedostatečné povědomí o reálném zdravotním stavu pacientů a chybějící standardizovaný postup pro včasné rozpoznání demence.

Podobně problematická je i péče o seniory s kombinací duševního a somatického onemocnění, kteří bývají hospitalizováni na odděleních, jež se zaměřují primárně na tělesné diagnózy a nejsou uzpůsobena pro péči o duševní zdraví.

Další komplikací je obtížný přechod mezi jednotlivými sektory péče, který bývá obzvlášť náročný pro starší lidi. Přizpůsobení se novému prostředí je často velkou výzvou.

Z tohoto důvodu je klíčové systematicky podporovat spolupráci mezi formálními a neformálními pečujícími a zajišťovat návaznost služeb v terénu. I přes existenci některých nástrojů a rostoucí vůli ke zlepšení nebude možné dosáhnout skutečně integrované péče bez jasného strategického vedení, dostatečných kapacit a efektivního propojení zdravotní a sociální oblasti.

#### **4.3.5 Oblast 4: Informovanost, prevence a stigmatizace**

Čtvrtá oblast se soustředí na informovanost veřejnosti, úroveň prevence a přetrvávající stigmatizaci duševních onemocnění spojených se stářím. Cílem je posoudit aktuální stav prevence a informovanosti stejně jako příčiny stigmatizace, identifikovat způsoby, jakými posílit destigmatizační aktivity, a identifikovat konkrétní problematické oblasti a příčiny, které vedou k nízké zdravotní gramotnosti v oblasti přípravy na stárnutí a s ním spojené výzvy. V této oblasti je nutné zaměřit se nejen na seniory samotné, ale také na jejich neformální pečující, které často situaci řeší.

V oblasti informovanosti prevence a stigmatizaci duševního zdraví vyplynulo ze SWOT analýzy (Tabulka 13), že se v Libereckém kraji postupně zvyšuje zájem veřejnosti o témata jako stárnutí, demence či psychická pohoda, a některé služby aktivně pracují s komunitou formou osvěty a poradenství.

Přesto však přetrvává nízká úroveň populační gramotnosti v oblastech duševního zdraví a přípravy na stárnutí, vysoká míra stigmatizace (zejména u starší generace), absence preventivních programů a viditelných poradenských služeb zaměřených na seniory i přípravu na stárnutí i nedostatek jednoduše přístupných informačních materiálů.

**Tabulka 18: SWOT analýza Oblastí 4 – Informovanost, prevence a stigmatizace**

| <h2 style="text-align: center;">S</h2>  | <h2 style="text-align: center;">W</h2>  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Existují osvětové kampaně a některé služby pracují aktivně s veřejností.</li><li>• Roste zájem o témata jako duševní zdraví, stárnutí, demence.</li><li>• Domy s pečovatelskou službou (DPS) poskytují poradenství v oblasti přípravy na stáří.</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Nízká „populační gramotnost“ v oblasti duševního zdraví. Vysoká stigmatizace – zvláště u seniorů (pocit studu, slabosti).</li><li>• Nedostatečný systémový přístup k osamělosti seniorů – dobrovolnická centra existují, ale aktivity mimo stacionáře jsou výjimečné.</li><li>• Nedostatek dostupných materiálů/digitalizovaných infoplatforem pro seniory.</li><li>• Absence preventivních aktivit v DPS a nejasně rozdělené kompetence v tomto ohledu.</li><li>• Absence poradny pro seniory.</li></ul> |
| <h2 style="text-align: center;">O</h2>  | <h2 style="text-align: center;">T</h2>  |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Možnost rozvoje komunitních programů duševního zdraví pro seniory.</li><li>• Zapojení neformálních pečujících do vzdělávání a osvěty, aby se zvýšila jejich informovanost.</li><li>• Využití knihoven, seniorských klubů, obcí jako uzlů šíření informací.</li><li>• Možnost rozšíření aktivizačních a komunitních služeb jako prevence osamělosti.</li><li>• Existující spolupráce mezi některými školami a DPS.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Zvyšující se izolace seniorů (zejména v malých obcích).</li><li>• Digitální propast, omezená schopnost využívat moderní formy komunikace.</li><li>• Dezinformace a nedůvěra vůči systému ze strany veřejnosti.</li><li>• Zanedbání duševního zdraví u seniorů vyloučených z většinových služeb (např. sociálně slabí, senioři bez nároku na důchod).</li><li>• Absence mezigeneračního dialogu, obzvláště mezi seniory a dětmi.</li></ul>   |

*Zdroj: vlastní zpracování*

V Libereckém kraji, podobně jako na úrovni celé ČR se projevují také systémové problémy jako je přehlížení osamělosti seniorů mimo institucionální zařízení. Budoucí vývoj by měl zohlednit nutnost rozvoje komunitních a aktivizačních programů, zapojení neformálních pečujících, kteří velmi často nemají zájem o osvětové komunitní programy a využití lokálních institucí, jako jsou obce nebo domy s pečovatelskou službou, k šíření osvěty. A to s hlavním cílem umožnit seniorům žít kvalitní život v jejich přirozeném prostředí.

Významný potenciál spočívá i ve spolupráci s dobrovolníky a školami pro navázání mezigeneračního dialogu. Bez posílení prevence a podpory duševního zdraví zůstávají mnozí senioři, jejich rodiny a neformální pečující mimo dosah potřebných služeb.

## 4.4 Doporučení pro podporu duševního zdraví seniorů v různých situacích

Na základě zjištění rozhovorů se seniory byla formulována následující doporučení.

### Včasný psychosociální screening a preventivní intervence

Z rozhovorů se zástupci seniorské populace v Libereckém kraji je patrné, že často mají **tendence potlačovat své emoce a pocity**. Zároveň **nemají dobrou gramotnost v oblasti duševního zdraví**, je pro ně problematické rozpoznat základní pojmy a příznaky týkající se duševních onemocnění, mají zakořeněné stigmatizující postoje a neví, kam se obrátit pro pomoc. U starších osob je významný vliv a podpora jejich okolí, ať už se jedná o příbuzné nebo pracovníky služeb, které využívají. Právě neformální pečující nebo praktičtí lékaři mohou být těmi, kdo osobu znají a mohou tak včasné identifikovat počínající příznaky psychického onemocnění či zhoršeného well-beingu.

➔ Doporučujeme podpořit roli **neformálních pečujících a praktických lékařů v rozpoznání duševních obtíží**. Tato podpora může zahrnovat jejich vzdělávání a školení, která se zaměří na základní znaky duševních obtíží ve stáří (např. deprese, úzkosti, kognitivní poruchy), specifika komunikace se seniory a možnosti dalšího postupu (např. kam osobu odkázat). **Informační akce** mohou být vhodným způsobem, jak informace rozšířit. U praktických lékařů je možné podporovat zavedení jednoduchých nástrojů pro základní screening duševního zdraví do běžné praxe. Zvýšení jejich informovanosti o službách a možnostech návazné podpory by také přispělo k lepší zvládnutí situace. U seniorů, kteří procházejí krizovou situací anebo se u nich stala nějaká riziková událost, například hospitalizace, ztráta blízké osoby, je vhodné zpřístupnit preventivní návštěvy sociálních pracovníků, psychologů nebo dobrovolníků.

### Podpora vzniku Centra duševního zdraví pro seniory (CDZ-S)

Predikce počtu pacientů s diagnózami F00 a G30 (demence a Alzheimerova nemoc) ukazuje na relativně stabilní trend s výrazným predikčním intervalem, což odráží značnou nejistotu budoucího vývoje. Historická data prokazují kolísání s vrcholem v letech 2015–2017, po němž následoval pokles, avšak demografické stárnutí populace a zlepšující se diagnostika mohou vést k mírnému nárůstu případů v následujících letech. I relativně malý nárůst však může znamenat výraznou zátěž pro zdravotní a sociální systém, zejména v oblasti dlouhodobé péče.

Zároveň rozhovory se zástupci seniorů v Kraji potvrdily, že pro seniory s potřebou intenzivnější podpory je důležité zajistit terénní multidisciplinární podporu, která propojí zdravotní a sociální služby přímo v domácím prostředí klienta. Terénní služby napomáhají tomu, aby senior zůstal co nejdéle ve svém přirozeném prostředí a zároveň byla péče o něj udržitelná pro neformální pečující.

➔ Z těchto důvodů je pro Liberecký kraj vhodné zřídit **Centrum duševního zdraví se zaměřením na seniory**, které by poskytovalo komunitní a tranzitní péči přímo v domácím prostředí klientů. Multidisciplinární tým pracující formou case managementu by zajišťoval včasný kontakt, stabilizaci zdravotního stavu a podporu pečujících rodin, čímž by se snížila potřeba hospitalizací a umožnilo setrvání seniorů v přirozeném prostředí. Vzhledem k nejistotě predikcí je nezbytné, aby kapacity CDZ-S byly flexibilní a aby

byl pravidelně vyhodnocován vývoj počtu pacientů s demencí v regionu, což umožní pružné přizpůsobení poskytované péče aktuálním potřebám.

### Aktivizace a prevence sociální izolace

Z rozhovorů vyplynulo, že jedním z problémů, který trápí seniory a přispívá ke zhoršení jejich duševního zdraví, je pocit samoty a izolovanosti. Ohroženi jsou především senioři, kteří žijí v domácím prostředí a nejsou napojeni na síť služeb. Pro podporu duševního zdraví seniorů žijících v domácím prostředí je důležité posilovat jejich aktivitu a tím předcházet pocitu osamělosti.

→ Vhodným nástrojem jsou například **komunitní programy, kluby seniorů a pravidelná setkávání**, která udržují kognitivní schopnosti a podporují mezilidské vztahy. Významnou roli hraje i zapojení dobrovolníků, kteří mohou seniorům poskytnout společnost a prakticky pomoci. Zlepšení situace by pomohlo také využívat princip tzv. **social prescribing**, tedy aktivního **doporučování vhodných komunitních aktivit nebo psychosociální podpory přímo z ordinace praktického lékaře**. Podpora síťování lékařů na další organizace je proto důležitá, protože právě lékaři mohou být styčným bodem pro předávání informací.

### Podpora psychické odolnosti a sebevědomí seniorů

Senioři často zastávají roli pečujících osob. Kromě péče o sebe samé musí zvládnout péči o partnera či partnerku nebo vnoučata. Tato péče může být fyzicky i psychicky obtížná, zejména s ohledem na jejich vlastní zdravotní stav a životní situaci.

→ Pro odlehčení této zátěže může být užitečné zajistit dostupnost odlehčovací péče, která umožní krátkodobě zastoupit pečující osobu při péči o nesoběstačného člena rodiny vyžadujícího intenzivní podporu. Tato služba může významně přispět k prevenci vyčerpání pečujících seniorů a k podpoře jejich duševní pohody. Nápomocné mohou být také telefonické linky nebo osobní návštěvy, které formou poradenství nebo krizové intervence podporují seniory v jejich roli neformálních pečujících.


### Kvalita života v institucích

Řada rozhovorů této Analýzy proběhla s klienty pobytových zařízení. Právě pro seniory, kteří žijí v pobytových zařízeních nebo denních stacionářích, je zásadní udržet co nejvyšší kvalitu života navzdory jejich zdravotnímu omezení. Důležité jsou **aktivizační programy uvnitř zařízení**, které stimulují jejich kognitivní a sociální schopnosti, kladení důrazu na humanizaci a deinstitucionalizaci pobytových zařízení.

→ Kraj v této oblasti může podporovat přímo řízené domovy pro seniory. Aktivity pomáhají předcházet pocitu izolace a pasivity. Samozřejmostí by měl být individuální přístup ke každému klientovi a respekt k jeho soukromí a potřebám, což zvyšuje pocit bezpečí a důstojnosti. Součástí kvalitní péče je i **pravidelná psychosociální podpora a krizová intervence**, aby bylo možné rychle reagovat na zhoršení psychického stavu. Velký význam má rovněž **propojení s komunitou**, například prostřednictvím návštěv rodiny, zapojení dobrovolníků nebo organizace společenských akcí, které podporují mezilidské vazby a snižují pocit osamělosti.

## Role odborníků při péči

Zajištění dobrého duševního zdraví seniorů v zařízeních vyžaduje odpovídající odborné zázemí.

 Z tohoto důvodu je vhodné zajistit **pravidelnou přítomnost psychiatra či psychologa**, kteří mohou doporučit vhodnou terapii a konzultovat s personálem optimální přístup k péči. Klíčovým předpokladem kvalitní péče je také průběžné **vzdělávání personálu**, zaměřené na rozpoznání příznaků duševních obtíží a krizového chování, na zvládání náročných situací i na komunikaci se seniory s demencí či jinými poruchami. Tím se zvyšuje schopnost zařízení reagovat na měnící se potřeby klientů a **předcházet hospitalizaci nebo konfliktům**.

## Seznam literatury

Cairney, P. (2016). *The Politics of Evidence-Based Policy Making*. Springer.

Český statistický úřad. (2023, listopad 30). *Projekce obyvatelstva České republiky—2023–2100*. Produkty. <https://csu.gov.cz/produkty/projekce-obyvatelstva-ceske-republiky-2023-2100>

Český statistický úřad. (2025). *Školství v Libereckém kraji ve školním roce 2023/2024*. Liberecký kraj. <https://csu.gov.cz/lbk/skolstvi-v-libereckem-kraji-ve-skolnim-roce-20232024>

Drake, R. E., & Whitley, R. (2014). Recovery and Severe Mental Illness: Description and Analysis. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 59(5), 236–242. <https://doi.org/10.1177/070674371405900502>

Evropská komise. (2023, červen 7). *A comprehensive approach to mental health—European Commission*. [https://health.ec.europa.eu/publications/comprehensive-approach-mental-health\\_en](https://health.ec.europa.eu/publications/comprehensive-approach-mental-health_en)

Fokus ČR. (2025). *O Fokusu*. <https://www.fokus-cr.cz/index.php/o-fokusu>

Goldman, M. L., Swartz, M. S., Norquist, G. S., Horvitz-Lennon, M., Balasuriya, L., Jorgensen, S., Greiner, M., Brinkley, A., Hayes, H., Isom, J., Dixon, L. B., & Druss, B. G. (2022). Building Bridges Between Evidence and Policy in Mental Health Services Research: Introducing the Policy Review Article Type. *Psychiatric Services*, 73(10), 1165–1168. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.202100428>

Gürel, E. (2017). SWOT ANALYSIS: A THEORETICAL REVIEW. *Journal of International Social Research*, 10, 994–1006. <https://doi.org/10.17719/jisr.2017.1832>

Hendl, J. (2023). *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. PORTÁL s. r. o.

Johnson, S. U., Ulvenes, P. G., Øktedalen, T., & Hoffart, A. (2019). Psychometric Properties of the General Anxiety Disorder 7-Item (GAD-7) Scale in a Heterogeneous Psychiatric Sample. *Frontiers in Psychology*, 10, 1713. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01713>

Kaufmann, J.-C. (2010). *Chápající rozhovor*. Sociologické nakladatelství (SLON).

Kučera, M., Pešout, O., & Kågström, A. (2023). *Metodika monitoringu DZDA*. <https://dzda.cz/wp-content/uploads/2024/05/Metodika-monitoringu-DZDA.pdf>

Levis, B., Benedetti, A., & Thombs, B. D. (2019). Accuracy of Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) for screening to detect major depression: Individual participant data meta-analysis. *BMJ*, 365, l1476. <https://doi.org/10.1136/bmj.l1476>

Magaldi, D., & Berler, M. (2020). Semi-structured Interviews. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Ed.), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (s. 4825–4830). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3\\_857](https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_857)

McGorry, P. D., & Mei, C. (2018). Early intervention in youth mental health: Progress and future directions. *Evidence Based Mental Health*, 21(4), 182–184. <https://doi.org/10.1136/ebmental-2018-300060>

Ministerstvo zdravotnictví ČR. (2020, březen 12). *O reformě psychiatrie | Reforma psychiatrie*. <https://www.reformapsychiatrie.cz/clanek/o-reforme-psychiatrie>

Mudiyanselage, S. B., Wann Arachchige Dona, S., Angeles, M. R., Majmudar, I., Marembo, M., Tan, E. J., Price, A., Watts, J. J., Gold, L., & Abimanyi-Ochom, J. (2024). The impact of maternal health on child's health outcomes during the first five years of child's life in countries with health systems similar to Australia: A systematic review. *PLOS ONE*, 19(3), e0295295. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0295295>

Národní portál psychiatrické péče. (2021). *Lůžková psychiatrická péče*. <https://psychiatrie.uzis.cz/cs/psychiatrie-v-datech/psychiatricka-pece-v-cr/luzkova-psychiatricka-pece/>

Národní portál psychiatrické péče. (2025). *Ambulantní psychiatrická péče*. <https://psychiatrie.uzis.cz/cs/psychiatrie-v-datech/psychiatricka-pece-v-cr/ambulantni-psychiatricka-pece/>

Národní ústav duševního zdraví. (2022, říjen 10). *Stigma je horší než samotné duševní onemocnění. Odborníci z celého světa vyzývají k účinné destigmatizaci*. NUDZ.cz. <https://www.nudz.cz/media-pr/tiskove-zpravy/stigma-je-horsi-nez-samotne-dusevni-onemocneni-odbornici-z-celeho-sveta-vyzyvaji-k-ucinne-destigmatizaci>

National Mental Health Intelligence Network. (2018, září 27). *Severe mental illness (SMI) and physical health inequalities: Briefing*. GOV.UK. <https://www.gov.uk/government/publications/severe-mental-illness-smi-physical-health-inequalities/severe-mental-illness-and-physical-health-inequalities-briefing>

NEVYPUSŤ DUŠI. *Naše aktivity podpořil Liberecký kraj*. In: Nevypusť duši [online]. 21. března 2025 [cit. 23. října 2025]. Dostupné z: <https://nevypustdusi.cz/2025/03/21/nase-aktivity-podporil-liberecky-kraj/>

NEVYPUSŤ DUŠI. *Odolné Česko* [online]. [srpen 2025] [cit. 23. října 2025]. Dostupné z: <https://nevypustdusi.cz/2025/08/25/jak-vytvorit-odolne-cesko/>

OECD. (2021). *A New Benchmark for Mental Health Systems: Tackling the Social and Economic Costs of Mental Ill-Health*. OECD. <https://doi.org/10.1787/4ed890f6-en>

Psychoportál. (2025). *Centra duševního zdraví – Psychoportál*. <https://psychoportal.cz/centra-dusevniho-zdravi/>

Ribeiro-Gonçalves, J. A., Costa, P. A., & Leal, I. (2022). Loneliness, ageism, and mental health: The buffering role of resilience in seniors. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 23(1). <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2022.100339>

SIMAR (2021). *Standard 09: Pravidla realizace výzkumných šetření s dětmi, mládeží a dalšími zranitelnými osobami*. Kniha standardů SIMAR. [https://simar.cz/assets/media/files/standardy/Standard\\_09.pdf](https://simar.cz/assets/media/files/standardy/Standard_09.pdf)

Smith, M. (2004). Parental mental health: Disruptions to parenting and outcomes for children. *Child & Family Social Work*, 9(1), 3–11. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2004.00312.x>

Solmi, M., Radua, J., Olivola, M., Croce, E., Soardo, L., Salazar de Pablo, G., Il Shin, J., Kirkbride, J. B., Jones, P., Kim, J. H., Kim, J. Y., Carvalho, A. F., Seeman, M. V., Correll, C. U., & Fusar-Poli, P. (2022). Age at onset of mental disorders worldwide: Large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Molecular Psychiatry*, 27(1), 281–295. <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>

Škařupová, K., Ólafsson, K., & Blinka, L. (2015). Excessive Internet Use and its association with negative experiences: Quasi-validation of a short scale in 25 European countries. *Computers in Human Behavior*, 53, 118–123. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.06.047>

Švihel, P. (2025, únor 13). *Trhají si vlasy, koušou se. 70 tisíc teenagerů si ubližuje a přibývá jich—Seznam Zprávy*. <https://www.seznamzpravy.cz/clanek/domaci-zivot-v-cesku-v-cesku-roste-vlna-sebeposkozovani-u-mladistvych-269755>

Tambuyzer, E., Pieters, G., & Van Audenhove, C. (2014). Patient involvement in mental health care: One size does not fit all. *Health Expectations: An International Journal of Public Participation in Health Care and Health Policy*, 17(1), 138–150. <https://doi.org/10.1111/j.1369-7625.2011.00743.x>

TITLBACH, Filip (host). Děti naznačují, že jim v tomto světě není dobře. Polovina z nich se netěší do školy. Jak vytvořit psychicky odolné Česko? Hosté Marie Hájek Salomonová a Barbora Pšenicová. In: *Studio N* [online podcast]. Deník N, 17. října 2025 [cit. 23. října 2025].

Topp, C. W., Østergaard, S. D., Søndergaard, S., & Bech, P. (2015). The WHO-5 Well-Being Index: A systematic review of the literature. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(3), 167–176. <https://doi.org/10.1159/000376585>

Vaculíková, J., & Hanková, M. (2023). Loneliness and Mental Health in Response to Early and Late COVID-19 Outbreak: A Cross-Sectional Study of Czech Adults Aged 50 and Over. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 9, 23337214231174129. <https://doi.org/10.1177/23337214231174129>

WHO. (2022, červen 17). *Mental health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

WHO. (2023, říjen 20). *Mental health of older adults*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>

Winkler, P., Formánek, T., Mladá, K., & Lacko, S. E. (2021). Development of public stigma toward people with mental health problems in Czechia 2013–2019. *European Psychiatry*, 64(1), e52. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.2226>

World Health Organisation. (2024, říjen 10). *Mental health of adolescents*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Wooldridge, J. M. (2016). *Introductory econometrics: A modern approach* (6th ed.). South-Western Cengage Learning.

## Seznam zkratek

| Zkratka         | Pojem  |
|-----------------|--|
| ADHD            | Attention deficit hyperactivity disorder / porucha pozornosti s hyperaktivitou                           |
| Analýza         | Analytické podklady pro Krajský plán péče o duševní zdraví v Libereckém kraji pro období 2026-2030       |
| CDZ             | Centrum duševního zdraví   |
| CDZ-S           | Centrum duševního zdraví pro seniory   |
| ČR              | Česká republika  |
| ČSÚ             | Český statistický úřad   |
| DPS             | Dům s pečovatelskou službou  |
| DS              | Domov pro seniory  |
| EBPM            | Evidence-based policy making   |
| EHR             | Electronic Health Record / Elektronický zdravotní záznam   |
| EIU             | Extensive Internet Use / Nadměrné požívání internetu   |
| EU              | Evropská unie  |
| EY, Dodavatel   | Ernst & Young, s.r.o.  |
| GAD             | General Anxiety Questionnaire  |
| GDPR            | General Data Protection Regulation / Obecné Nařízení o Ochraně Osobních Údajů                            |
| HDP             | Hrubý domácí produkt   |
| IROP            | Integrovaný regionální operační program  |
| Kraj, Zadavatel | Liberecký kraj   |
| LDN             | Léčebna dlouhodobě nemocných   |
| MŠ              | Mateřská škola   |
| MZd             | Ministerstvo zdravotnictví   |
| NNO             | Nestátní neziskové organizace  |
| NÚDZ            | Národní ústav duševního zdraví   |
| NZIP            | Národní zdravotnický informační portál   |
| NZRPS           | Národní registr poskytovatelů zdravotnických služeb  |
| OECD            | Organisation for Economic Co-operation and Development / Organizace pro hospodářskou spolupráci a rozvoj |
| OPZ+            | Operační program Zaměstnanost +  |
| ORP             | Obec s rozšířenou působností   |
| OSVČ            | Osoba samostatně výdělečně činná   |
| PHQ             | Patient Health Questionnaire   |
| QR kód          | Quick response code  |
| SHARE           | Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe  |
| SMI             | Severe Mental Illness / Závažné duševní onemocnění   |

|      |  |
|------|--|
| SWOT | Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats/ Analýza silných a slabých stránek, vnějších příležitostí a hrozeb |
| ÚZIS | Ústav zdravotnických informací a statistiky  |
| VZP  | Všeobecná zdravotní pojišťovna   |
| WHO  | World Health Organisation / Světová zdravotnická organizace  |
| ZŠ   | Základní škola   |

## Seznam tabulek

|  |    |
|--|----|
| Tabulka 1: Kapitoly Analýzy.....   | 1  |
| Tabulka 2: Příspěvky na péči o duševní zdraví v Libereckém kraji.....                              | 4  |
| Tabulka 3: Seznam organizací podpořených z krajského rozpočtu či rozpočtu obcí v roce 2024 .....   | 4  |
| Tabulka 4: Matice metod použitých v Analýze .....  | 5  |
| Tabulka 5: Poměr respondentů dle pohlaví a věku v jednotlivých ORP jejich škol.....                | 3  |
| Tabulka 6: Agregované výsledky monitoringu duševního zdraví dětí a adolescentů v Libereckém kraji  | 4  |
| Tabulka 7: Popisné statistiky agregovaných dat pro jednotlivé využití škály .....                  | 4  |
| Tabulka 8: Vysvětlující tabulka k údajům v grafu .....   | 6  |
| Tabulka 9: Základní přehled průběhu dotazníkového šetření u dospělé populace.....                  | 4  |
| Tabulka 10: Popisné statistiky k odpovědím v dotazníku ke škálám WHO-5, PHQ-9 a GAD-7 .....        | 4  |
| Tabulka 11: Projekce počtu pacientů pro 14 skupin psychiatrických diagnóz .....                    | 26 |
| Tabulka 12: Počet pracovišť a pracovníků odbornosti psychiatrie z dat VZP .....                    | 34 |
| Tabulka 13: Počet pracovišť a pracovníků odbornosti dětská a dorostová psychiatrie z dat VZP ..... | 35 |
| Tabulka 14: Počet poskytovatelů zdravotní péče v oboru klinická psychologie.....                   | 35 |
| Tabulka 15: SWOT analýza Oblasti 1 – Dostupnost a struktura služeb pro duševní zdraví.....         | 7  |
| Tabulka 16: SWOT analýza Oblasti 2 – Personální kapacity a odbornost v péči o duševní zdraví ..... | 9  |
| Tabulka 17: SWOT analýza Oblasti 3 –Provázanost zdravotní a sociální péče .....                    | 10 |
| Tabulka 18: SWOT analýza Oblasti 4 – Informovanost, prevence a stigmatizace .....                  | 12 |

## Seznam grafů

|  |    |
|--|----|
| Graf 1: Demografické ukazatele – skupina respondentů děti a mladiství .....  | 2  |
| Graf 2: Výsledky WHO-5 u dětí a mladistvých dle ročníku a pohlaví .....  | 5  |
| Graf 3: Výsledky WHO-5 u dětí a mladistvých dle území ORP .....  | 5  |
| Graf 4: Porovnání výsledků WHO-5 s Národním monitoringem duševního zdraví dětí a adolescentů v ČR .....  | 6  |
| Graf 5: Výsledky PHQ-9 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP .....  | 7  |
| Graf 6: Výsledky GAD-7 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP .....  | 8  |
| Graf 7: Výsledky EIU-5 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP .....  | 9  |
| Graf 8: Demografické ukazatele – skupina respondentů dospělá populace .....  | 4  |
| Graf 9: Výsledky škály WHO-5 u dospělé populace dle pohlaví .....  | 5  |
| Graf 10: Výsledky škály WHO-5 u dospělé populace dle věku .....  | 6  |
| Graf 11: Výsledky škály PHQ-9 u dospělé populace dle věku .....  | 7  |
| Graf 12: Výsledky škály PHQ-9 u dospělé populace dle pohlaví .....   | 7  |
| Graf 13: Výsledky škály GAD-7 u dospělé populace dle pohlaví .....   | 8  |
| Graf 14: Výsledky škály GAD-7 u dospělé populace dle věku .....  | 8  |
| Graf 15: Odpovědi na otázku: Měl/a jste v posledním roce potřebu vyhledat odbornou pomoc v oblasti duševního zdraví dle pohlaví? .....   | 10 |
| Graf 16: Odpovědi na otázku: Jaké jsou podle vás hlavní bariéry v přístupu k odborné pomoci v oblasti duševního zdraví v Libereckém kraji? .....                                   | 10 |
| Graf 17: Odpovědi na otázku: Jak hodnotíte dostupnost služeb duševního zdraví v Libereckém kraji? .....  | 11 |
| Graf 18: Odpovědi na otázku: Jaké služby v oblasti duševního zdraví byste uvítal/a ve svém okolí? ..   | 11 |
| Graf 19: Porovnání výsledků WHO-5 pro primární pečující s většinovou populací .....  | 14 |
| Graf 20: Porovnání výsledků WHO-5 pro ženaté nebo vdané osoby a osoby rozvedené, svobodné nebo ovdovělé .....  | 14 |
| Graf 21: Porovnání výsledků PHQ-9 pro primární pečující s většinovou populací .....  | 15 |
| Graf 22: Porovnání výsledků PHQ-9 pro ženaté nebo vdané osoby a osoby rozvedené, svobodné nebo ovdovělé .....  | 15 |
| Graf 23: Porovnání výsledků GAD 7 pro primární pečující s většinovou populací .....  | 16 |
| Graf 24: Porovnání výsledků GAD-7 pro ženaté nebo vdané osoby a osoby rozvedené, svobodné nebo ovdovělé .....  | 16 |
| Graf 25: Odpovědi na otázku: „Jak hodnotíte dostupnost služeb duševního zdraví v Libereckém kraji?“ a srovnání s většinovou populací .....   | 16 |
| Graf 26: Odpovědi na otázku „Měl/a jste v posledním roce potřebu vyhledat odbornou pomoc v oblasti duševního zdraví?“ a srovnání s většinovou populací .....                       | 17 |
| Graf 27: Odpovědi na otázku „Jaké jsou podle vás hlavní bariéry v přístupu k odborné pomoci v oblasti duševního zdraví v Libereckém kraji?“ a srovnání s většinovou populací ..... | 17 |

Graf 28: Odpovědi primárních pečujících na otázku: „Jaké služby v oblasti duševního zdraví byste uvítal/a ve svém okolí?“ a srovnání s většinovou populací..... 18

# Přílohy

## Příloha 1: Dotazníky WHO-5, PHQ-9 a GAD-7

### WHO-5

Pro každé z pěti tvrzení prosím vyberte odpověď, která se nejvíc blíží tomu, jak jste se cítil/a v posledních 2 týdnech. Příklad: Pokud jste byl/a v posledních 2 týdnech po více než 7 dní veselý/á a v dobré náladě, zaškrtněte čtvereček pod údajem Více než polovinu doby.

|  | 5          | 4            | 3                      | 2                      | 1     | 0     |
|--|------------|--------------|------------------------|------------------------|-------|-------|
|  | Celou dobu | Většinu doby | Více než polovinu doby | Méně než polovinu doby | Občas | Nikdy |
| Byl/a jsem veselý/á a v dobré náladě.                      |            |              |                        |                        |       |       |
| Byl/a jsem klidný/á a uvolněný/á.                          |            |              |                        |                        |       |       |
| Byl/a jsem aktivní a plný/á elánu.                         |            |              |                        |                        |       |       |
| Probouzel/a jsem se svěží a odpočínutý/á.                  |            |              |                        |                        |       |       |
| Můj každodenní život byl naplněn věcmi, které mě zajímají. |            |              |                        |                        |       |       |

### PHQ-9

Jak často vás během posledních 2 týdnů trápily následující potíže?

|  | 0        | 1           | 2              | 3               |
|--|----------|-------------|----------------|-----------------|
|  | Vůbec ne | Několik dní | Více než týden | Téměř každý den |
| Malý zájem nebo potěšení z věcí, které dělám.  |          |             |                |                 |
| Pocit, že jsem na dně, pocit deprese nebo beznaděje.   |          |             |                |                 |
| Potíže s usínáním, přerušovaným spánkem nebo naopak s příliš dlouhým spánkem.  |          |             |                |                 |
| Pocity únavy a nedostatku energie.   |          |             |                |                 |
| Malá chuť k jídlu, nebo naopak přejídání.  |          |             |                |                 |
| Špatný pocit sám ze sebe – že se mi v životě nedaří, nebo že jsem zklamal/a sám/sama sebe nebo svou rodinu.  |          |             |                |                 |
| Potíže se soustředěním, např. při čtení nebo sledování televize.   |          |             |                |                 |
| Pohyboval/a jsem se nebo jsem mluvil/a tak pomalu, že si toho mohli druhí všimnout? Nebo naopak, byl/a jsem tak neklidný/á a pohyboval/a jsem se mnohem víc, než je obvyklé? |          |             |                |                 |
| Myšlenky, že by mi bylo lépe, kdybych nežil/a nebo si nějak ublížil/a.   |          |             |                |                 |

## GAD-7

Jak často vás během posledních 2 týdnů trápily následující potíže?

|  | 0        | 1           | 2              | 3               |
|--|----------|-------------|----------------|-----------------|
|  | Vůbec ne | Několik dní | Více než týden | Téměř každý den |
| Nervozita, úzkost nebo pocit, že jsem napjatý/á. |          |             |                |                 |
| Neschopnost zastavit nebo ovládnout své obavy.   |          |             |                |                 |
| Přílišné starosti kvůli různým věcem.            |          |             |                |                 |
| Potíže se uvolnit.                               |          |             |                |                 |
| Takový neklid, že těžko dokážu klidně sedět.     |          |             |                |                 |
| Snadno se rozzlobím nebo jsem podrážděný/á.      |          |             |                |                 |
| Strach, jako kdyby se mělo stát něco hrozného.   |          |             |                |                 |

## Příloha 2: Doplnující otázky v dotazníku pro dospělou populaci

Měl/a jste v posledním roce potřebu vyhledat odbornou pomoc v oblasti duševního zdraví?

- Ano, a využil/a jsem ji
- Ano, ale nevyužil/a jsem ji
- Ne

Jaké služby v oblasti duševního zdraví byste uvítal/a ve svém okolí?

(možno zaškrtnout více odpovědí)

- Individuální psychoterapie (individuální sezení s psychoterapeutem)
- Skupinová terapie (např. pro pečující osoby, lidi se závislostním problémem)
- Krizová intervence (např. telefonická linka, krizové centrum)
- Podpora domácí péče pro psychiatricky nemocné (např. terénní služby, podpora rodinných pečujících, denní stacionář)
- Domov se zvláštním režimem
- Podpůrné programy na pracovišti (např. workshopy, konzultace)
- Speciální programy pro rodiče malých dětí (např. psychologická podpora, rodičovské koučování)
- Žádné
- Jiná (prosím upřesněte): \_\_\_\_\_

Jak hodnotíte dostupnost služeb duševního zdraví v Libereckém kraji?

- Velmi dobrá
- Spíše dobrá
- Spíše špatná
- Velmi špatná

- Nevím / nemám zkušenost

**Jaké jsou podle vás hlavní bariéry v přístupu k odborné pomoci v oblasti duševního zdraví v Libereckém kraji?**

- Nedostatek dostupných služeb v mém okolí
- Dlouhá čekací doba
- Finanční náklady
- Nedostatek informací o dostupných službách
- Stigma spojené s vyhledáním pomoci
- Žádné
- Nevím / nemám zkušenost
- Jiné (prosím upřesněte): \_\_\_\_\_

## EY | Building a better working world

EY přispívá k lepšímu fungování světa tím, že vytváří hodnotu pro klienty, zaměstnance, společnost i celou planetu a buduje důvěru na kapitálových trzích.

Týmy odborníků EY s využitím dat, umělé inteligence a pokročilých technologií pomáhají klientům s důvěrou a sebedůvěrou utvářet budoucnost a nacházet odpovědi na ty nejnaléhavější výzvy dneška a zítřka.

Díky detailní znalosti různých ekonomických odvětví, globálně propojené multidisciplinární síti a ekosystému nejrůznějších partnerských organizací mohou týmy našich auditorů, konzultantů, daňových poradců i odborníků na strategické a transakční poradenství poskytovat komplexní služby ve více než 150 zemích a teritoriích.

All in to shape the future with confidence.

Název EY zahrnuje celosvětovou organizaci a může zahrnovat jednu či více členských firem Ernst & Young Global Limited, z nichž každá je samostatnou právní osobou. Ernst & Young Global Limited je britská společnost s ručením omezeným garancí, která neposkytuje služby klientům. Informace o tom, jak EY shromažďuje a používá osobní údaje, a o právech fyzických osob stanovených právními předpisy o ochraně osobních údajů jsou k dispozici na [ey.com/privacy](https://ey.com/privacy). Členské firmy EY neposkytují právní služby v zemích, kde to zákon neumožňuje. Podrobnější informace o naší organizaci najdete na našich webových stránkách [ey.cz](https://ey.cz).

© 2025 Ernst & Young, s.r.o. | Ernst & Young Audit, s.r.o. | E & Y Valuations s.r.o. | EY Law advokátní kancelář, s.r.o. Všechna práva vyhrazena.

Tento materiál má pouze všeobecný informační charakter, na který není možné spoléhat jako na poskytnutí účetního, daňového, právního ani jiného odborného poradenství. V případě potřeby se prosím obraťte na svého konkrétního poradce.

[ey.cz](https://ey.cz)

A young girl with dark hair, wearing a brown patterned blouse, is seen from behind, sitting at a wooden desk in a classroom. She has her right hand raised high, with fingers spread, as if wanting to answer a question. In the background, other students are visible, including a boy in a light blue shirt and a girl in a green sweater, also with their hands raised. A whiteboard is visible in the distance. A large yellow rectangular overlay is positioned in the upper left quadrant of the image, containing the text 'Děti a mladiství' in bold black font.

## **Děti a mladiství**

## 2. Děti a mladiství

NÚDZ v roce 2023 realizoval průlomovou studii duševního zdraví žáků devátých tříd v ČR. Výzkum přinesl unikátní data o stavu adolescentů v oblasti well-beingu i symptomatologie deprese a úzkosti. Výsledky ukazují znepokojivý obraz: více než 50 % žáků vykazuje nízký well-being, 30 % projevuje známky středně těžké až těžké úzkosti a 40 % vykazuje symptomy středně těžké až těžké deprese (Kučera et al., 2023). Nový výzkum Univerzity Palackého odhalil, že asi 16 % mladistvých a dětí v Česku se potýká se sebepoškozováním v takové míře, že by měli vyhledat odbornou pomoc. Celkově jde zhruba o 70 tisíc mladých lidí, většinou dívek (Švihel, 2025). Celosvětově mezi nejčastější duševní problémy u dospívajících patří úzkostné poruchy, které postihují 4,4 % dětí ve věku 10-14 let a 5,5 % adolescentů ve věku 15-19 let. Poruchy chování, jako je porucha pozornosti s hyperaktivitou (ADHD), se vyskytují u 2,9 % mladších dětí a 2,2 % starších dospívajících. Další závažné problémy zahrnují poruchy příjmu potravy a psychózu. Sebevražda je alarmujícím třetím nejčastějším důvodem úmrtí ve věkové skupině 15-29 let (World Health Organisation, 2024).



Duševní zdraví dětí a mladistvých je globální výzvou, protože **celosvětově trpí duševní poruchou přibližně jeden ze sedmi adolescentů ve věku 10–19 let** (World Health Organisation, 2024).

**Asi polovina veškerých duševních onemocnění vypukne před 14. rokem věku života** (Solmi et al., 2022), období dospívání je tak klíčové pro formování duševního zdraví. Fyzické, emocionální i sociální změny činí dospívající osoby zranitelnějšími vůči problémům s duševním zdravím. Děti a dospívající s duševními problémy často čelí stigmatizaci a diskriminaci, problémům s učením, sociálnímu vyloučení nebo problémům s fyzickým zdravím. Tyto faktory mohou mít dlouhodobý dopad na jejich celkovou životní perspektivu, protože duševní zdraví dětí a dospívajících je jedním z determinantů duševního zdraví v dospělosti. Proto je důležité dbát na preventivní opatření, zajistit rovný přístup k péči o duševní zdraví a poskytovat podporu sociálně-emočního učení v rodině i ve škole. Detekce příznaků a vhodná léčba jsou podmínkou pro zlepšení podmínek pro duševně nemocné děti a mladistvé, respektování jejich lidských práv a podporu prožití naplněného života. Včasná intervence, komplexní péče a dostupná podpora jsou významné pro včasné rozpoznání příznaků a zahájení léčby (McGorry & Mei, 2018).

### 2.1 Výzkum duševního zdraví žáků (11-19 let) v Libereckém kraji

Výzkum duševního zdraví žáků byl realizován prostřednictvím dotazníkového šetření. Metodologie se opírá o čtyři standardizované sebereportovací škály: WHO-5, PHQ-9, GAD-7 a EIU-5. Tyto nástroje neslouží ke klinické diagnostice duševních onemocnění, ale jedná se o screeningové dotazníky, které orientačně hodnotí míru existujících symptomů. Konkrétní otázky každé škály jsou součástí přílohy č. 1. Analýzy a postup jejich vyhodnocení je detailně popsán v kapitole 1.3.

Dotazníkové šetření bylo realizováno tak, aby splňovalo výzkumné standardy SIMAR s důrazem na dotazování dětí, mládeže a zranitelných osob.<sup>5</sup> Respondenti byli oslovovaní

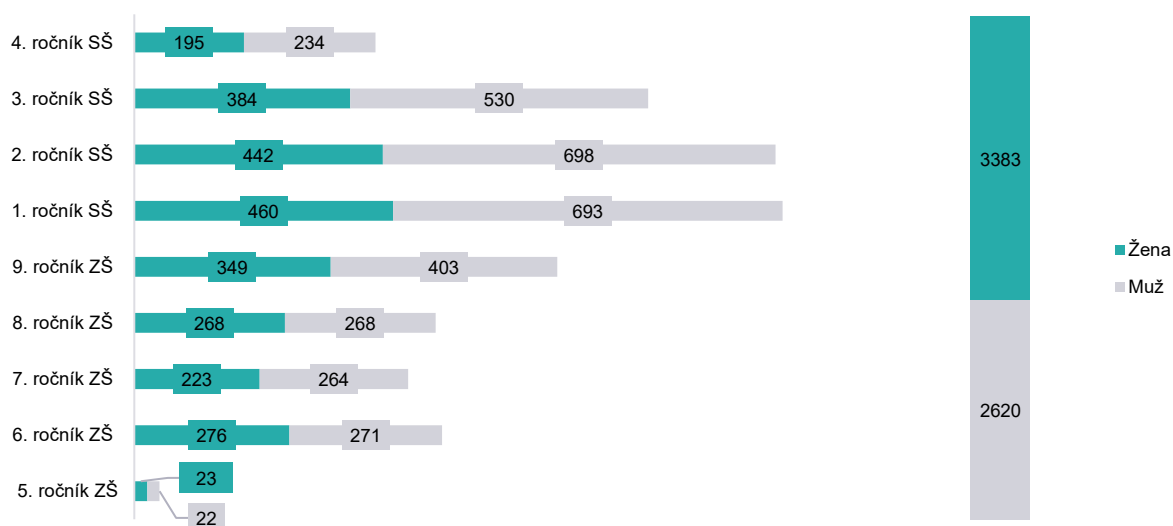
<sup>5</sup> SIMAR. *Standard 09: Pravidla realizace výzkumných šetření s dětmi, mládeží a dalšími zranitelnými osobami.* (2021). Kniha standardů SIMAR. [https://simar.cz/assets/media/files/standardy/Standard\\_09.pdf](https://simar.cz/assets/media/files/standardy/Standard_09.pdf)

nepřímo prostřednictvím škol v Kraji v úzké spolupráci se Zadavatelem a Odborem školství Libereckého kraje. Celkem se šetření zúčastnilo 58 škol. Pilotní sběr dat probíhal v termínu od 5. do 16. května 2025, primární sběr od 26.5.2025 do 30.6.2025 a dodatečný sběr dat na školách, které se nezapojily do primárního sběru dat od 1.9.2025 do 13.10.2025. Tento přístup umožnil efektivní sběr dat mezi nezletilými respondenty. Žáci mladší 15 let byli k šetření připuštěni pod podmínkou zajištění podpisu informovaného souhlasu s účastí v šetření jejich zákonným zástupcem. EY zajistilo podpůrné materiály a podporu při realizaci průzkumu, konkrétní způsob provedení šetření si určovaly školy individuálně. Díky sběru dat ve školách byl zajištěn reprezentativní vzorek kombinující odpovědi žáků spadajících do všech věkových a socio-ekonomických skupin. Každé oslovené škole byl zaslán individuální odkaz pro vyplnění dotazníku, čímž byly odpovědi respondentů doplněny o informaci, do jaké školy respondent chodí, a tedy do působnosti které obce s rozšířenou působností (ORP) tato vzdělávací instituce spadá.

Přes robustní počet respondentů šetření spoléhá na sebehodnocení, což může vést k podhodnocení nebo nadhodnocení symptomů duševního zdraví. Použité škály (WHO-5, PHQ-9, GAD-7 a EIU-5) nemusí plně zachytit komplexitu duševního zdraví. Tyto výsledky jsou platné pouze pro daný časový rámec a geografickou oblast, a jakékoli změny v sociálních, ekonomických nebo zdravotních podmínkách mohou ovlivnit jejich relevanci v budoucnu.

Celkový vzorek čítá **6 003** respondentů, kteří dotazník kompletně vyplnili a řádně odeslali. Nekompletní odpovědi nebyly do vyhodnocení zahrnuty. Ve vzorku respondentů převažuje ženské pohlaví, které s celkovým počtem 3 383 respondentů tvoří 56,35 % vzorku. Mužských respondentů je 2 620, tedy 43,65 %. Grafické zobrazení rozdělení respondentů dle věku a pohlaví je zobrazeno v Grafu 1.

**Graf 1: Demografické ukazatele – skupina respondentů dětí a mladistvů**

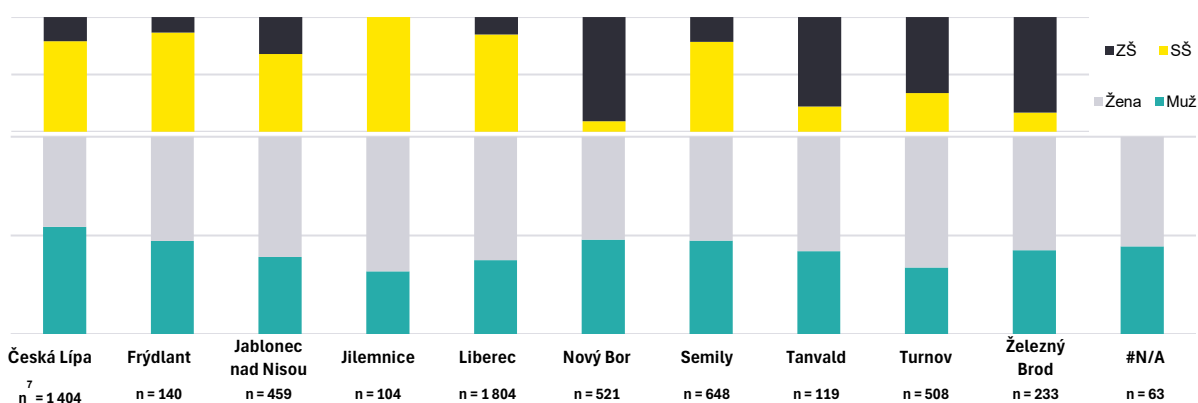


Zdroj: vlastní zpracování

Limitace výzkumu spočívá v náhodném výběru vzorku respondentů a účasti v dotazníkovém šetření na bázi dobrovolnosti jednotlivých škol a respondentů. Data na úrovni ORP jsou dále

zatížena možným zkreslením z důvodu, že se nejedná o ORP respondentů, ale jejich školy<sup>6</sup>. Dalším nedostatkem dat je nerovnoměrné rozložení respondentů dle věku napříč ORP. Z Tabulky 5 je patrné, že v ORP **Česká Lípa, Frýdlant, Jablonec nad Nisou, Liberec, Semily** a **Jilemnice** je **převaha respondentů 1. až 4. ročníku středních škol (SŠ)**, zatímco v ORP **Nový Bor, Tanvald, Turnov** a **Železný Brod** převažují respondenti 5. až 9. ročníku základních škol (ZŠ). Rozložení dle pohlaví je také nerovnoměrné, ale výkyvy nejsou tak patrné jako v případě věku. Jedná se primárně o ORP Jablonec nad Nisou, Jilemnice, Liberec a Turnov, ve kterých je převaha respondentů ženského pohlaví patrnější než ve zbytku ORP. Česká Lípa jako jediný územní celek vykazuje převahu respondentů mužského pohlaví. 65 respondentů nebylo možné z důvodu technické chyby zařadit do jednoho z ORP.

**Tabulka 5: Poměr respondentů dle pohlaví a věku v jednotlivých ORP jejich škol**



Zdroj: vlastní zpracování

Celkové výsledky napříč pohlavími, ORP a ročníky jsou zobrazeny v Tabulce 6. Deskriptivní (popisné) statistiky k jednotlivým škálám jsou zobrazeny v Tabulce 7. Z monitoringu duševního zdraví dětí a mladistvých v Libereckém kraji vyplývá, že 55,6 % žáků vykazuje snížený well-being, tedy že jejich subjektivní vnímání vlastní duševní pohody poukazuje na to, že se mohou potýkat se zvýšeným stresem, únavou, nebo počínajícími psychickými obtížemi. Průměrné skóre této škály okolo 46 také naznačuje, že se velké množství žáků potýká se sníženým well-beingem.

Výsledky symptomatologie deprese naznačují, že s významnými depresivními symptomy, které mohou vést k vážnému narušení fungování, se potýká 7,1 % respondentů (těžká deprese dle škály PHQ-9), resp. 19,9 % respondentů (těžká a středně těžká deprese dle škály PHQ-9). Ohrožení úzkostnými symptomy čelí 12,79 % respondentů. Průměrné skóre škály PHQ-9, tedy 9,3 spadá na pomezí mírné a střední deprese, což naznačuje, že snížený well-being nutně nemusí vyvolávat depresivní symptomy, které si žádají neodkladnou odbornou intervenci. I u škály GAD-7 odpovídají průměrné hodnotě mírné symptomů úzkosti. Tyto výsledky lze tedy vnímat tak, že je zde prostor pro **preventivní opatření**, která by mohla

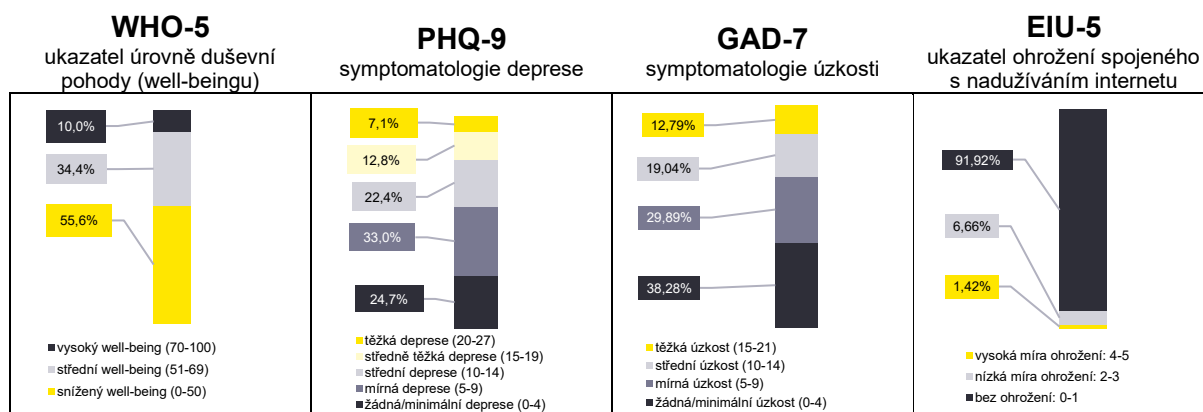
<sup>6</sup> ORP bylo zpětně určeno prostřednictvím dat z individualizovaného odkazu, pomocí kterého byl dotazník zprostředkován respondentům jejich vzdělávací institucí.

<sup>7</sup> n = počet odpovědí zařazených do analýzy dat (data očištěná o odpovědi s neuděleným souhlasem s účastí v dotazníkovém šetření, nevyplněným souhlasem zákonného zástupce s účastí v dotazníkovém šetření, a nedokončené odpovědi)

zamezit případnému rozvinutí depresivních a úzkostných symptomů u většího množství mladistvých, kteří se aktuálně potýkají se sníženou subjektivní duševní pohodou.

Ukazatel ohrožení spojeného s nadužíváním internetu poukazuje na velmi nízké množství ohrožených dětí a mladistvých v Libereckém kraji. Pouze 1,42 % respondentů čelí vysoké míře ohrožení a téměř 92 % dětí a mladistvých je bez ohrožení v kontextu využívání internetu. To naznačuje, že nelze jednoduše spojit nízkou duševní pohodu čistě pouze s nadužíváním internetového obsahu.

**Tabulka 6: Agregované výsledky monitoringu duševního zdraví dětí a adolescentů v Libereckém kraji**



Zdroj: vlastní zpracování

**Tabulka 7: Popisné statistiky agregovaných dat pro jednotlivé využití škály**

|  | WHO-5<br>ukazatel úrovně duševní pohody (well-beingu) | PHQ-9<br>symptomatologie deprese | GAD-7<br>symptomatologie úzkosti | EIU-5<br>ukazatel ohrožení spojeného s užíváním internetu |
|--|---|----------------------------------|----------------------------------|---|
| Průměr   | 46,042  | 9,265                            | 7,346                            | 0,348   |
| Směrodatná chyba (standard error) <sup>8</sup>         | 0,249   | 0,077                            | 0,071                            | 0,011   |
| Medián <sup>9</sup>                                    | 48  | 8                                | 6                                | 0   |
| Modus <sup>10</sup>                                    | 60  | 7                                | 3                                | 0   |
| Směrodatná odchylka (standard deviation) <sup>11</sup> | 19,309  | 5,981                            | 5,515                            | 0,820   |
| Rozpětí  | 100   | 27                               | 21                               | 5   |
| Minimum  | 0   | 0                                | 0                                | 0   |
| Maximum  | 100   | 27                               | 21                               | 5   |
| Počet respondentů (n)                                  | 6 003   | 6 003                            | 6 003                            | 6 003   |

Zdroj: vlastní zpracování

<sup>8</sup> kvantifikuje, jak moc se očekává, že se průměr souboru dat bude lišit od skutečného průměru populace

<sup>9</sup> Hodnota, která dělí řadu vzestupně seřazených výsledků na dvě stejně početné poloviny

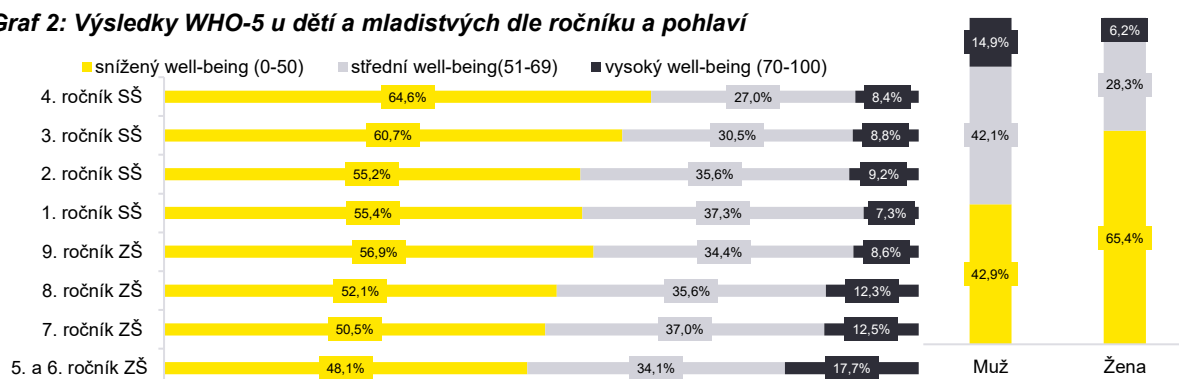
<sup>10</sup> Nejčastěji uváděná hodnota

<sup>11</sup> Ukazuje, do jaké míry jsou body rozptýleny od průměru; (čím menší směrodatná odchylka, tím menší rozptyl, tím méně se hodnoty jednotlivých respondentů od sebe liší)

## WHO-5

Výsledky pro úroveň well-beingu v Libereckém kraji u skupiny dětí a mladistvých dle věku naznačují vysoké rozdíly napříč věkovými skupinami. Jak je zjevné z Grafu 2, se sníženým well-beingem se v 5. a 6. ročníku ZŠ potýká přibližně 48,1 % žáků, ve 4. ročníku SŠ pozorujeme o 16,5 p.b. vyšší údaj. Lze tedy konstatovat, že s rostoucím věkem se u dětí a mladistvých snižuje subjektivní well-being. Lze v tomto případě také vyloučit, že by hlavní faktor v tomto případě bylo pohlaví, jelikož je množství žáků vykazujících snížený well-being vyšší v případě žáků 4. ročníku SŠ než v případě 1. a 2. ročníku ZŠ, přestože v posledních dvou zmíněných je vysoká převaha respondentů ženského pohlaví. Právě pohlaví respondentů je dle dat z dotazníkového šetření determinantem úrovně duševní pohody. Relativní množství chlapců, kteří vykazují snížený well-being oproti celkové populaci respondentů je menší než v případě děvčat, u vysokého well-beingu je to naopak.

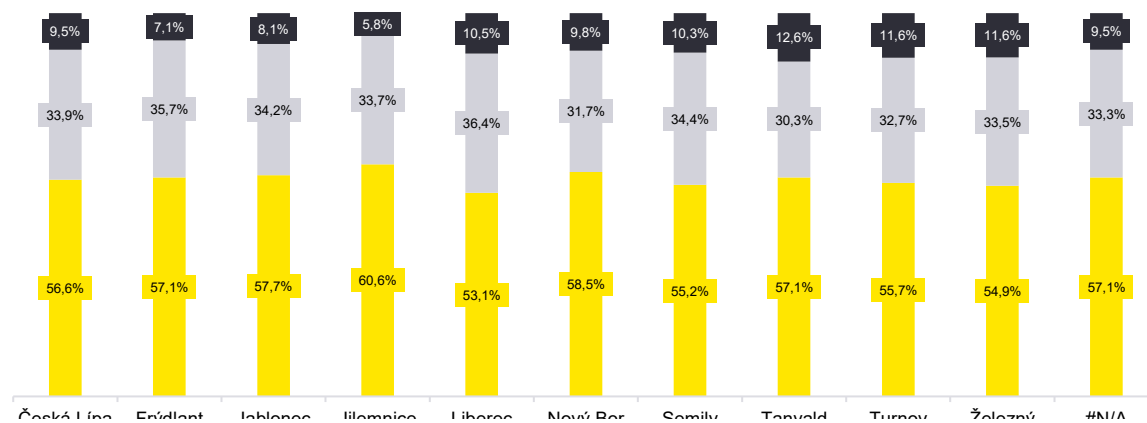
**Graf 2: Výsledky WHO-5 u dětí a mladistvých dle ročníku a pohlaví**



Zdroj: vlastní zpracování

Oproti výše zmíněným faktorům, tedy věku a pohlaví, je rozdělení respondentů dle územní příslušnosti jejich školy spojené se spíše vyrovnanými výsledky. Jak je zobrazeno v Grafu 3, procentuální zastoupení žáků se sníženým well-beingem se pohybuje mezi 55,2 % (ORP Semily) a 60,6 % (ORP Jilemnice). Je zde mírně patrný jak vliv věku, tak vliv pohlaví (například na území ORP Jilemnice, kde byli respondenti složení převážně ze středoškolských studentů ženského pohlaví pozorujeme nejvyšší zastoupení žáků se sníženým well-beingem). U většiny území ORP však nelze jednoznačně na základě věku a pohlaví vysvětlit zvýšený počet žáků se sníženým well-beingem (například u ORP Nový Bor, ORP Frýdlant a ORP Tanvald).

**Graf 3: Výsledky WHO-5 u dětí a mladistvých dle území ORP**



Zdroj: vlastní zpracování

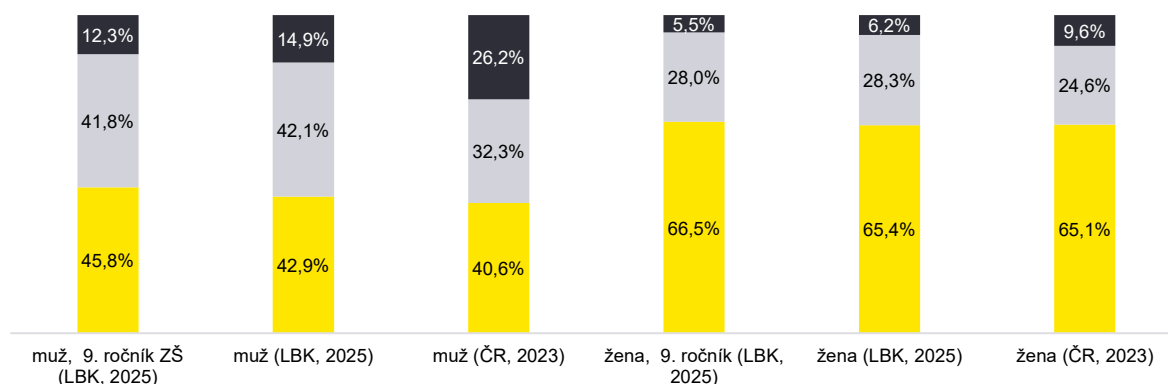
Graf 4 zobrazuje porovnání dat získaných z dotazníkového šetření s daty z roku 2023, která byla získána v rámci národního monitoringu duševního zdraví dětí a adolescentů v ČR (Kučera et al., 2023). V rámci sběru dat z roku 2023 byli osloveni žáci 9. tříd. S ohledem na výše uvedená zjištění, tedy, že úroveň duševní pohody je velmi odlišná napříč věkovými skupinami, v grafu X porovnáváme jak agregovaná data pro všechny věkové skupiny, tak data pro žáky 9. tříd ZŠ. Z Grafu 4 je patrné a možné porovnání výsledků dvou monitoringů stavu duševního zdraví dětí a mladistvých. U mužů lze největší rozdíly oproti roku 2023 pozorovat ve formě zmenšení poměru respondentů, kteří vykazují vysoký well-being. Zatímco v monitoringu na úrovni celé ČR v roce 2023 náleželo 26,2 % respondentů do skupiny s vysokým well-beingem, v roce 2025 ve stejné věkové kategorii (tj. žáci 9. tříd) do této skupiny spadá pouze 12,3 % respondentů. Napříč sledovanými věkovými skupinami se jedná o mírně lepší výsledek s 14,9 % respondenty s vysokým well-beingem. Skupina dívek, jak již bylo zmíněno, dle sebehodnocení, vykazuje výrazně vyšší výskyt nízkého well-beingu než u chlapců. Z národního monitoringu i dotazníkového šetření vyplývá, že mezi 65,1 % a 66,5 % dívek zažívá snížený well-being. Nelze tedy pozorovat výraznou změnu mezi lety 2023 a 2025. Podobně jako u chlapců, i u dívek pozorujeme snížení zastoupení vysokého well-beingu v populaci z 9,6 % na 5,5 % u žákyň 9. tříd. V Tabulce 8 níže jsou vysvětleny popisky Grafu 4.

**Tabulka 8: Vysvětlující tabulka k údajům v grafu**

|   |                                    |  |
|---|------------------------------------|--|
| 1 | muž/žena, 9. ročník ZŠ (LBK, 2025) | Jedná se o výsledky dotazníkového šetření v Libereckém kraji napříč respondenty 9. tříd všech ORP dle pohlaví        |
| 2 | muž/žena (LBK, 2025)               | Jedná se o výsledky dotazníkového šetření v Libereckém kraji napříč všemi respondenty dle pohlaví                    |
| 3 | muž/žena (ČR, 2023)                | Jedná se o výsledky národního monitoringu duševního zdraví dětí a adolescentů v ČR z roku 2023 (Kučera et al., 2023) |

Zdroj: vlastní zpracování

**Graf 4: Porovnání výsledků WHO-5 s Národním monitoringem duševního zdraví dětí a adolescentů v ČR<sup>12</sup>**



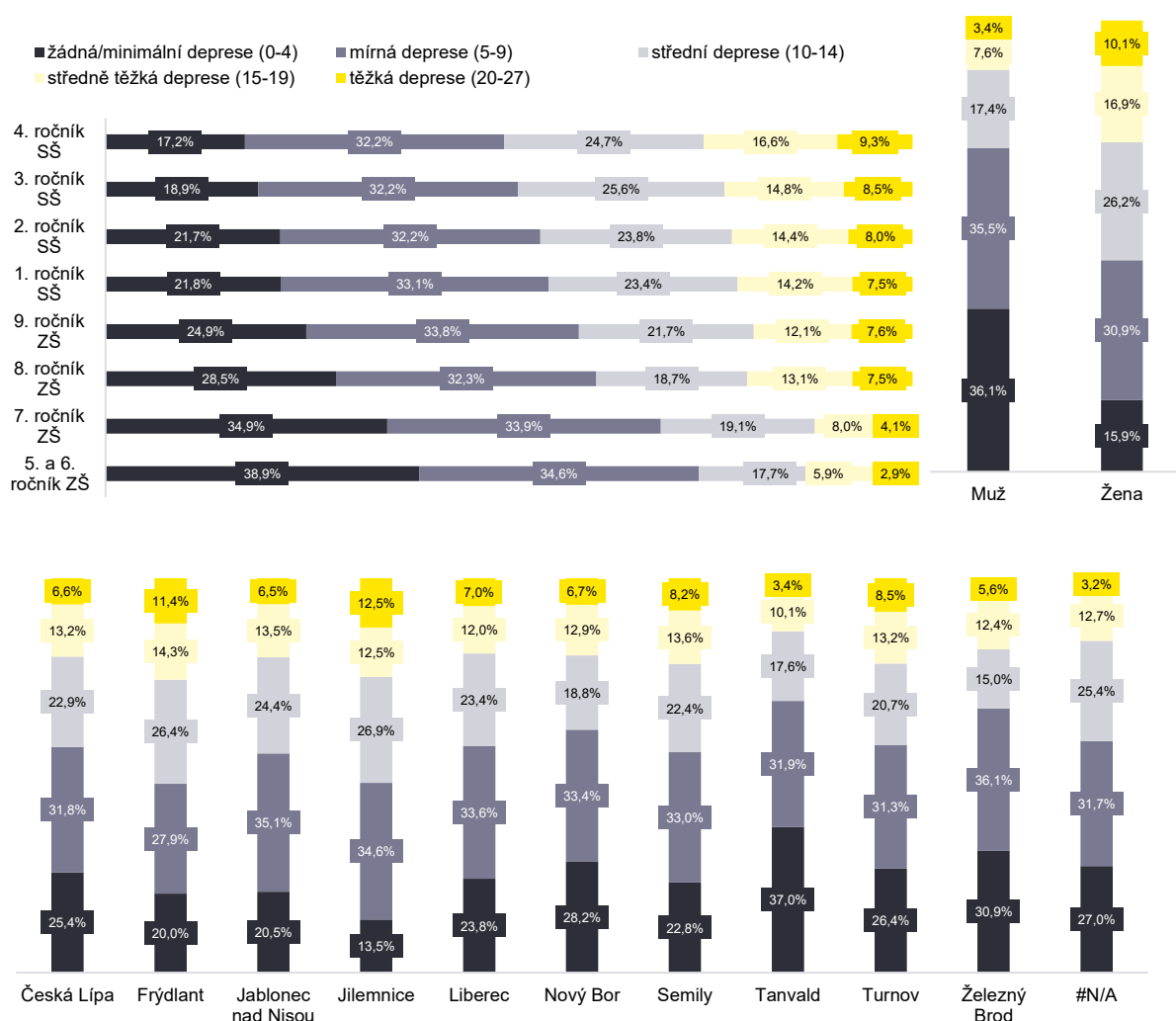
Zdroj: vlastní zpracování primárních dat z dotazníkového šetření a Kučera et al., 2023

<sup>12</sup> Národní ústav duševního zdraví (Pracovní skupina pro výzkum duševního zdraví dětí a adolescentů; DZDA) ve spolupráci s Českou školní inspekcí a expertní platformou projektu SUPREME-MH provedl pilotní národní monitoring duševního zdraví u žáků na základních školách v České republice. Sběr dat proběhl v květnu a červnu roku 2023 ve všech krajích u více jak 6 tisíc žáků 9. tříd.

## PHQ-9

Graf 5 znázorňuje výsledky škály PHQ-9 u dětí a mladistvých podle ročníku, pohlaví a místní příslušnosti školy (ORP). Podobně jako u škály WHO-5 z dat vyplývá, že s rostoucím věkem narůstá podíl žáků se střední až těžkou depresí, a naopak klesá podíl žáků s mírnou depresí, přičemž dívky vykazují vyšší míru depresivních symptomů než chlapci. Rozdíly mezi dvěma pohlavími jsou zde ještě patrnější než u škály WHO-5. Regionální data ukazují, že na území některých ORP je výskyt závažnějších forem deprese vyšší, například se jedná o území ORP Jilemnice a ORP Frýdlant, kde více než 1/4 respondentů vykazuje těžkou nebo středně těžkou depresi, nebo ORP Semily, kde se jedná o 21,8 % respondentů, poslední ORP s více než 20% zastoupení jedinců se středně těžkou až těžkou depresí dle škály PHQ-9 je Turnov s 21,7 % respondentů spadajících do těchto dvou kategorií.

**Graf 5: Výsledky PHQ-9 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP**

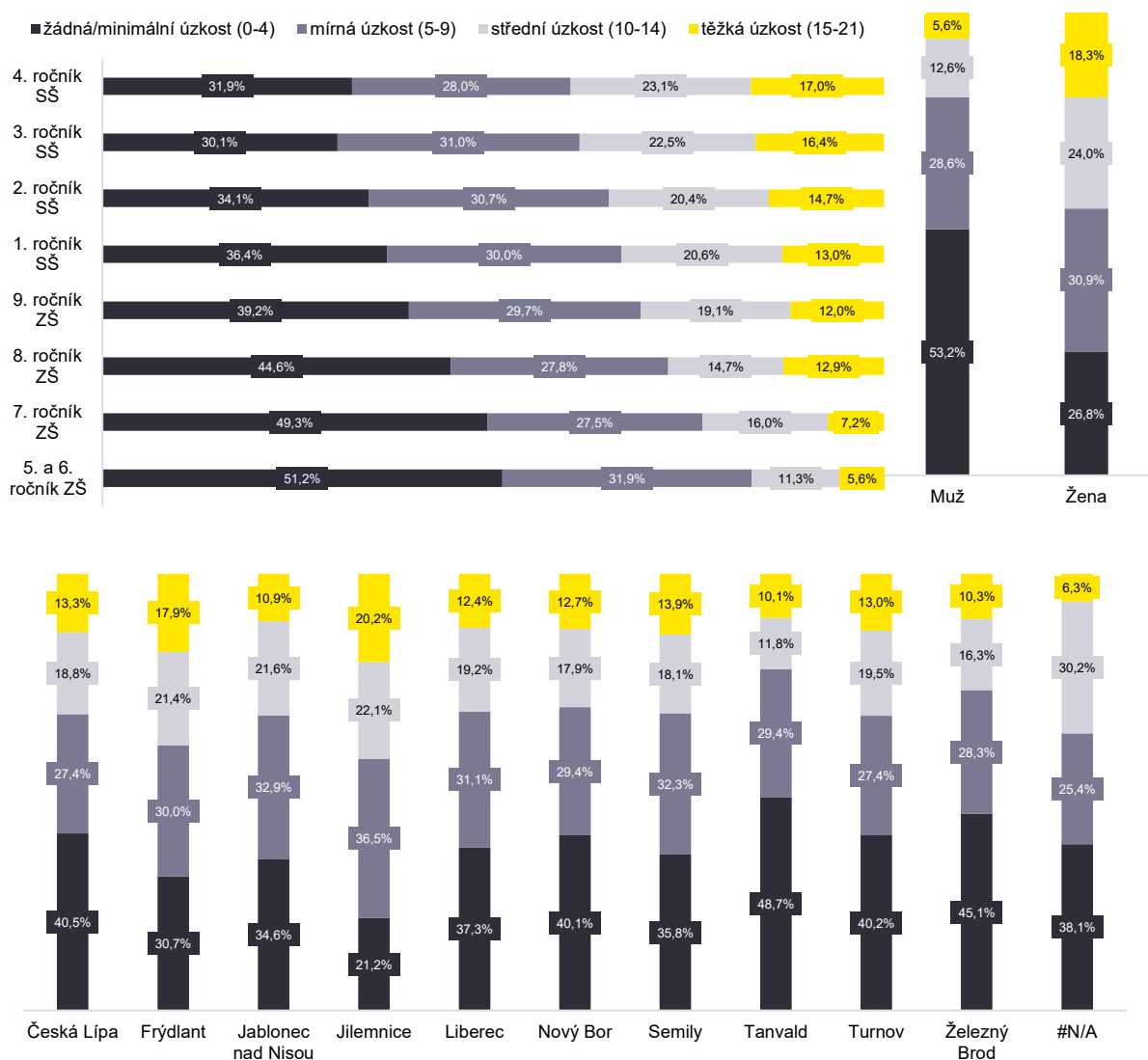


Zdroj: vlastní zpracování

## GAD-7

Škála GAD-7 opět výsledky WHO-5 a PHQ-9 validuje. Graf 6 znázorňuje výsledky škály GAD-7 u dětí a mladistvých podle ročníku, pohlaví a místní příslušnosti školy (ORP). Z dat vyplývá, že s rostoucím věkem narůstá podíl žáků s těžkou úzkostí, přičemž dívky vykazují výrazně vyšší míru střední až těžké úzkosti a dvojnásobně nižší výskyt žádné nebo minimální úzkosti než chlapci. Regionální rozdíly ukazují, že opět v ORP Jilemnice a v ORP Frýdlant spadá nepoměrně více žáků do kategorie těžké úzkosti více než 20 (ORP Jilemnice), resp. téměř 18 % (ORP Frýdlant) respondentů spadá do kategorie střední až těžké úzkosti, zatímco v jiných oblastech, jako je ORP Tanvald, ORP Česká Lípa nebo ORP Jablonec nad Nisou, je oproti ostatním ORP vyšší podíl žáků s žádnou nebo pouze mírnou úzkostí. Tato zjištění podtrhují důležitost systematického sledování a podpory duševního zdraví ve školním prostředí, zejména v oblastech a skupinách s vyšším výskytem úzkostných symptomů.

**Graf 6: Výsledky GAD-7 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP**

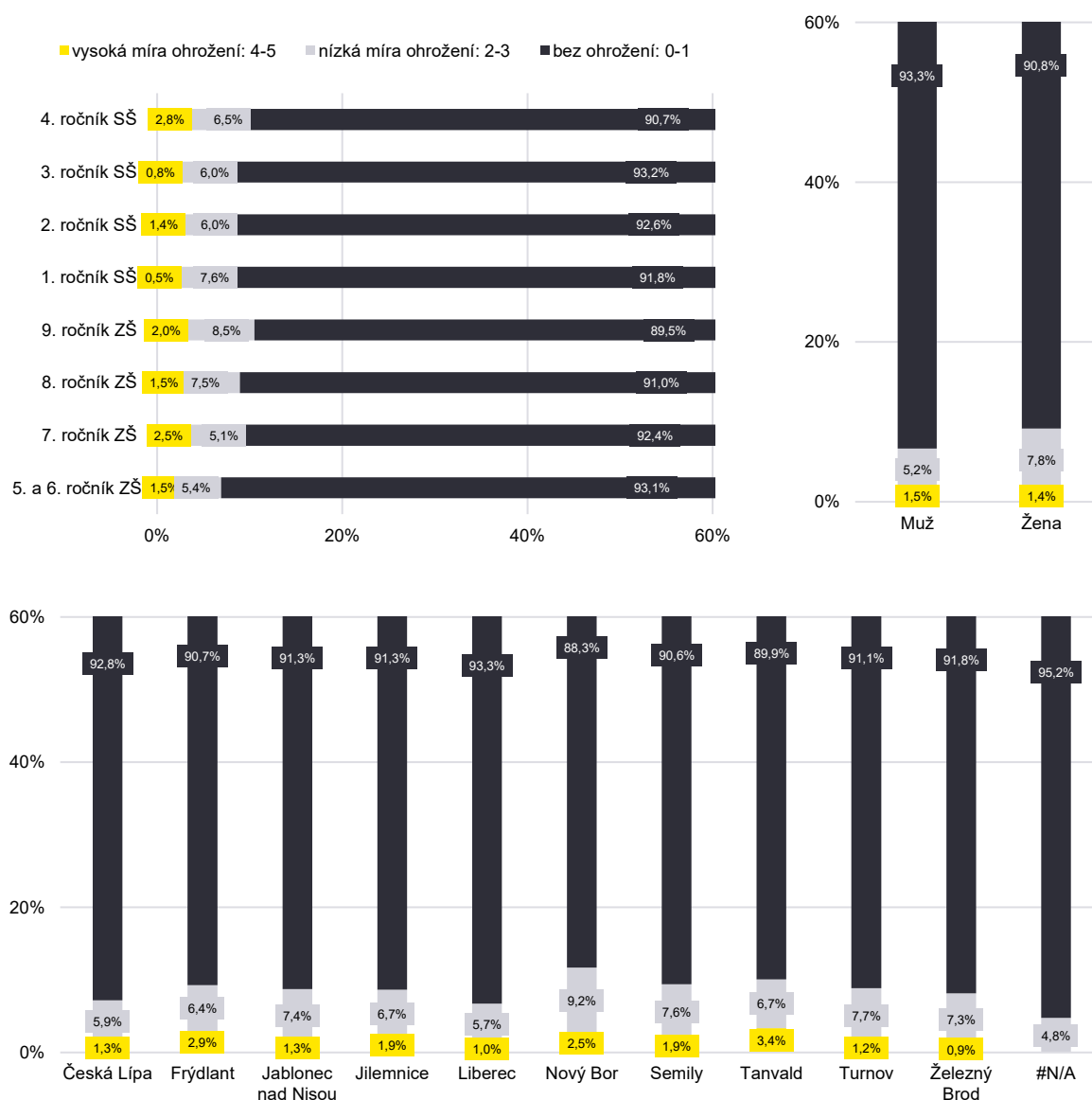


Zdroj: vlastní zpracování

## EIU-5

V oblasti ohrožení z důvodu nadužívání internetu, lze z výsledků v Grafu 7 konstatovat, že děti a mladiství napříč věkovými skupinami, pohlavími a geografickými oblastmi spíše nejsou ohroženi ve vysoké míře nadužíváním internetu. Množství dívek i chlapců ve skupině vysoce ohrožených je 1,4, resp. 1,5 % populace, žáků s nízkou mírou ohrožení je více, jedná se o 7,8 % dívek a 5,2 % chlapců. Z toho vyplývá, že nižší míru well-beingu ani vyšší výskyt depresivních a úzkostných symptomů u dětí a dospívajících nelze jednoznačně spojovat s jejich intenzivním využíváním internetu. Je však také možné, že vzhledem k tomu, že se jedná o sebehodnocení, si sami respondenti případné negativní vlivy internetu neuvědomují nebo je nevnímají jako problematické.

**Graf 7: Výsledky EIU-5 u dětí a mladistvých dle věku, pohlaví a území ORP**



Zdroj: vlastní zpracování

## 2.2 Závěry a doporučení k systémovým opatřením

Výzkum duševního zdraví žáků v Libereckém kraji ukázal, že více než polovina respondentů (55,6 %) vykazuje snížený well-being, což může souviset se zvýšeným stresem, únavou nebo počínajícími psychickými obtížemi. Výsledky škál PHQ-9 a GAD-7 ukazují, že 19,9 % žáků se potýká se středně těžkou až těžkou depresí a 12,79 % čelí výrazným úzkostným symptomům. Dívky vykazují vyšší míru depresivních i úzkostných symptomů než chlapci, a to napříč všemi ročníky. S rostoucím věkem zároveň klesá subjektivní duševní pohoda, přičemž žáci 4. ročníků SŠ vykazují nejvyšší míru sníženého well-beingu.

Regionální rozdíly ukazují, že v některých ORP (např. Jilemnice, Frýdlant) je výskyt závažnějších forem deprese a úzkosti vyšší než v jiných oblastech. Naopak ohrožení spojené s nadužíváním internetu se ukázalo jako minimální – pouze 1,42 % respondentů spadá do rizikové skupiny. Výsledky tak naznačují, že nízký well-being nelze jednoduše vysvětlit nadměrným užíváním digitálních technologií. Výzkum podtrhuje potřebu systematické podpory duševního zdraví ve školním prostředí, zejména v prevenci a včasném zachytu symptomů u rizikových skupin.

### Hlavní zjištění:

- ▶ Více než 55 % žáků vykazuje snížený well-being.
- ▶ Dívky mají vyšší míru depresivních a úzkostných symptomů než chlapci.
- ▶ Starší žáci (zejména 4. ročníky SŠ) vykazují nejvyšší výskyt těžké deprese a úzkosti.
- ▶ Regiony jako ORP Frýdlant vykazují vyšší míru závažných symptomů.
- ▶ Nadužívání internetu není hlavním faktorem sníženého well-beingu.

### ➔ Prevence a podpora well-beingu ve školách

Výzkum stavu duševního zdraví dětí a mladistvých ukázal, že problém je plošný (55 % má snížený well-being). V případě této věkové skupiny musí být hlavním místem pro prevenci a včasný záchyt škola.

- ▶ Kraj by mohl systémově financovat a podporovat zavádění programů na podporu duševního zdraví přímo do výuky (ideální prosazovat integraci do ŠVP)
- ▶ Kraj již spolupracuje s organizací Nevypust' duši na projektu *Duševní zdravověda*<sup>13</sup>. Systémovým krokem by bylo rozšíření a dlouhodobé financování podobných programů napříč středními školami v Kraji
- ▶ Kraj by mohl podporovat školení pro učitele, asistenty a metodiky prevence v oblasti péče o duševní zdraví. Cílem je, aby učitelé dokázali rozpoznat první příznaky, poskytnout základní psychologickou první pomoc a věděli, kam žáka odkázat.<sup>15</sup>
- ▶ Kraj by mohl podporovat (i finančně nad rámec státních normativů) kapacity školních psychologů a metodiků prevence a aktivně je propojovat do sítě návazných služeb.

<sup>13</sup> NEVYPUSŤ DUŠI. *Naše aktivity podpořil Liberecký kraj*. In: Nevypust' duši [online]. 21. března 2025 [cit. 23. října 2025]. Dostupné z: <https://nevypustdusi.cz/2025/03/21/nase-aktivity-podporil-liberecky-kraj/>

## → Včasná intervence a destigmatizace

Cílem je zachytit problémy dříve, než přerostou do závažné deprese či úzkosti. Finančně a mediálně podporovat regionální akce a kampaně, které normalizují téma péče o duševní zdraví a informují mladé lidi, kam se obrátit pro pomoc.

- ▶ Podporovat platformu, která monitoruje síť služeb péče o duševní zdraví a udržuje rozcestník služeb s cílem nasměrovat instituce i jednotlivce k odpovídající péči (služby pro děti a rodiny mohou být takto monitorovány ve spolupráci s obcemi s rozšířenou působností (ORP)).
- ▶ Kraj by měl podpořit vznik nebo rozšíření služeb v lokalitách jako je ORP Frýdlant nebo ORP Jilemnice, například financováním mobilních terénních týmů, které mohou do škol či komunit dojíždět.

## → Specializovaná a komunitní péče a nízkoprahové služby

Z výzkumu vyplývá pro 20 % žáků se středně těžkou až těžkou depresí (škála PHQ-9) je nutná odborná péče. Kapacity ambulantních psychiatrů jsou však celostátně i v kraji kriticky nedostatečné. Zároveň je klíčová dostupnost pomoci bez dlouhého čekání.

- ▶ Klíčovým systémovým krokem, je iniciace a spolufinancování vzniku Centra duševního zdraví pro děti a adolescenty (CDZ-D)<sup>14</sup>. Kraj může být iniciátorem, propojit místní aktéry (např. Krajskou nemocnici Liberec, FOKUS Liberec, který již provozuje CDZ pro dospělé) a spolufinancovat vznik tohoto centra s využitím národních a evropských dotací (IROP, OPZ+).
- ▶ Dalším krokem, který by mohl vést k odlehčení systému je zajistit dostatečnou kapacitu a kvalitu péče na dětském psychiatrickém oddělení v Krajské nemocnici Liberec a jeho propojení na nově vznikající komunitní služby.

Úkolem Libereckého kraje je nyní využít výsledky monitoringu jako argument pro zřízení multidisciplinární koordinační platformy a zajištění jejího dlouhodobého financování. Z důvodu provázanosti problematiky duševního zdraví na různé agendy musí probíhat spolupráce napříč všemi zainteresovanými stranami:<sup>15</sup>

- ▶ Odbor školství LK (koordinace prevence ve školách)
- ▶ Odbor zdravotnictví LK (koordinace vzniku CDZ-D a sítě specialistů)
- ▶ Odbor sociálních věcí LK (financování nízkoprahových a terénních služeb)
- ▶ Zástupci obcí s rozšířenou působností (zejména těch s horšími výsledky, jako Jilemnice a Frýdlant)
- ▶ Poskytovatelé služeb (KNL, ambulantní psychiatři, psychologové)
- ▶ Neziskové organizace (Nevypuť duši, FOKUS Liberec atd.)

<sup>14</sup> NEVYPUSŤ DUŠI. *Odolné Česko* [online]. [srpen 2025] [cit. 23. října 2025]. Dostupné z: <https://nevypustdusi.cz/2025/08/25/jak-vytvorit-odolne-cesko/>

<sup>15</sup> TITLBACH, Filip (host). Děti naznačují, že jim v tomto světě není dobře. Polovina z nich se netěší do školy. Jak vytvořit psychicky odolné Česko? Hosté: Marie Hájek Salomonová a Barbora Pšenicová. In: Studio N [online podcast]. Deník N, 17. října 2025 [cit. 23. října 2025].