

## **Mentale Sundhedsudfordringer i Saudi-Arabien**

Mental sundhed er en stadig mere anerkendt folkesundhedsproblematik i Saudi-Arabien, med betydelige huller i diagnose og behandling på trods af en stigende forekomst af mentale sundhedsproblemer.

### **Forekomst af mentale sundhedsforstyrrelser**

Studier estimerer, at cirka en tredjedel af den saudiarabiske befolkning vil opleve en form for mental sundhedsforstyrrelse i deres liv, hvor de mest almindelige er depression og angst. I en national screening i 2020 var 13,8% af befolkningen i risiko for Major Depressive Disorder (MDD), og 11,8% for Generalized Anxiety Disorder (GAD). Dog er diagnose- og behandlingsraterne alarmerende lave, med kun 1,5% af personer diagnosticeret med depression og 0,5% behandlet for angst. Denne betydelige forskning fremhæver det presserende behov for at forbedre mentale sundhedstjenester.

En undersøgelse fra 2023 baseret på den saudiarabiske nationale mental sundhedsundersøgelse fandt, at:

- 40,1% af saudiarabisk ungdom havde haft en mental sundhedstilstand på et tidspunkt i deres liv
- 26,84% havde oplevet angstforstyrrelser
- 15,44% havde oplevet forstyrrende adfærdforstyrrelser
- 9,67% havde oplevet humørforstyrrelser
- 7,06% havde oplevet spiseforstyrrelser

De fandt også, at kun 14,47% af unge med en hvilken som helst mental forstyrrelse modtog behandling for deres tilstand.

### **Sociodemografiske faktorer**

Flere demografiske faktorer øger risikoen for at udvikle mentale sundhedsproblemer i Saudi-Arabien. Disse inkluderer køn (kvinder er mere tilbøjelige til at lide af mentale sundhedsforstyrrelser), lav uddannelse, indkomstniveau og arbejdsløshed. Alternativt er fysisk aktivitet, frivilligt arbejde og deltagelse i daglige hobbyer anerkendt som beskyttende faktorer mod mentale sundhedstilstande.

## **Udfordringer i håndtering af mental sundhed**

På trods af indsats fra regeringen og sundhedsorganisationer står Saudi-Arabien over for betydelige udfordringer i at levere tilstrækkelig mental sundhedspleje:

- Stigma omkring mental sundhed forhindrer fortsat individer i at søge hjælp.
- Manglende opmærksomhed og utilstrækkelig træning blandt sundhedsudbydere fører til oversete diagnoser, især i primære sundhedsindstillinger.
- Adgang til mentale sundhedstjenester forbliver begrænset, især i nogle områder.

## **Indsatser og programmer**

Den saudiarabiske regering har implementeret nationale screeningsprogrammer og samarbejdet med Verdenssundhedsorganisationens Mental Health Gap Action Programme (mhGAP) for at adressere disse problemer. mhGAP-initiativet fokuserer på at træne primære sundhedsudbydere til at opdage og håndtere almindelige mentale sundhedsforstyrrelser som depression og angst. Dog er det stadig nøgleområder at udvide adgangen til tjenester og reducere stigmaet omkring mental sundhed.

## **Bevidsthed om mental sundhed i Saudi-Arabien**

Bevidsthed om mental sundhed er blevet en voksende prioritet i Saudi-Arabien, især da mentale sundhedsproblemer som depression og angst er steget betydeligt i de seneste år. På trods af bestræbelser på at adressere disse bekymringer forbliver stigma en primær barriere for behandling, og oplysningskampagner spiller en afgørende rolle i at opfordre til åbne samtaler, tidlig diagnose og tilgængelig pleje.

## **Nuværende tilstand af mental sundhedsbevidsthed**

- Forekomst og stigma: Cirka en tredjedel af den saudiarabiske befolkning vil sandsynligvis opleve en mental sundhedstilstand i deres liv, men kun en tredjedel af disse individer modtager en diagnose eller behandling. Socialt stigma

### ***Kilder:***

Frontiers | National screening for anxiety and depression in Saudi Arabia 2022 (frontiersin.org)

Mental Health Atlas 2020 Country Profile: Saudi Arabia (who.int)

Saudi Arabia's New Generation of Mental Health Crisis - thewaveclinic.com