
		보 도 자 료		수도권매립지 종료 
		배포일자	2022년 3월 6일(일) 총 3매	
담당 부서	건강증진과	담당자	• 정신건강팀장 유경철 ☎440-1581 • 담당자 안선영 ☎440-1583	
사진(이미지)	<input type="checkbox"/> 없음 <input checked="" type="checkbox"/> 있음	참고자료	<input checked="" type="checkbox"/> 없음 <input type="checkbox"/> 있음	
보 도 시 점	배포 즉시 보도하여 주시기 바랍니다.			

인천시, 코로나19 심리지원으로 일상회복 힘써

- ‘마음으로’ 홈페이지서 정신건강 자가검사 가능 -
- 코로나19 확진자, 가족, 대응인력 등 세분화된 마음건강 서비스 제공 -

인천시가 코로나19로 지친 시민들의 마음을 보듬는다.

인천광역시는 코로나19의 장기화로 시민들의 높아지는 피로감과 불안 및 우울 등 정신건강 악화 예방을 위해 심리지원 서비스를 지속한다고 밝혔다.

시가 지난 6월에 실시한 ‘2021년 인천광역시 코로나19 정신건강 실태조사’에 따르면, 지난해 스트레스 고위험 비율은 63.5%로 전년(40.1%) 대비 58.4% 증가했으며, 우울 고위험 비율 또한 전년(18.1%) 대비 100% 증가한 36.2%로 나타났다.

코로나19로 인해 건강한 사람도 정신건강에 어려움을 겪고 있으며,

이에 따라 심리지원의 중요성이 더욱 높아지게 됐다.

이에 인천시와 인천광역시 정신건강복지센터에서는 ‘마음으로’ 홈페이지(<https://maro.imhc.or.kr>), 정신건강 자가검사(24개 항목)와 수용전념치료 프로그램을 탑재해 누구나 쉽게 마음치유 프로그램에 참여할 수 있도록 시민의 접근성을 높였으며, 페이스북/카카오톡 플친 및 챗봇 등 온라인 플랫폼을 통해 포스터, 리플릿, 카드뉴스 등 심리지원 정보를 지원하고 있다.

또한 마음이 힘들 때, 언제든지 상담 받을 수 있도록 24시간 정신건강 위기 상담전화(☎1577-0199)를 운영해 고위험군에 대한 전화상담부터 응급출동 및 위기개입을 실시하고 있다.

특히 지난해에는 4개의 정신응급병상을 추가 확보해 병상부족으로 인한 치료 지연 등의 문제를 줄이고, 정신응급환자의 치료와 보호까지 신속하게 진행할 수 있는 위기대응 체계를 강화했다.

특히 코로나19와 관련해 시민들과 종사자들에 대한 심리 지원을 다각화했다.

우선, 코로나19 확진자, 가족, 격리자에게는 1:1 전화상담, 심리지원 안내문자 등을 제공해 갑작스러운 재난에서 일어날 수 있는 공포, 좌절감, 낙인에 대한 스트레스를 줄이고 심리안정을 도모할 수 있도록 했다.

코로나에 심리적으로 취약할 수 있는 여성양육자 및 보육교사를 대상으로 아동 정서발달을 위한 인성동화를 제작·배포했으며, 정신질환 발생률이 높은 청년을 대상으로 온라인 캠페인 및 마음건강 검사를 진행해 초기 정신질환 발생 환자를 적극 발굴했다.

더불어 최일선에서 코로나19 방역에 힘쓰는 대응인력 약 400명을 대상으로 번 아웃을 예방할 수 있도록 호캉스 프로그램, 도예, 두부체험 등 일일 체험 프로그램을 지원해 편안한 쉼과 힐링을 제공했으며, 프로그램 참여자들의 만족도 조사결과, 참여자의 98%가 높은 만족도와 함께 실질적인 회복을 경험한 것으로 나타났다.

올해는 길었던 코로나19의 출구가 보이기를 기대하며 인천 시민들의 일상회복을 지원하기 위해 마음으로 캠핑존, 랜선여행 등 힐링 및 심리방역 콘텐츠를 적극 개발·운영할 예정이다.

정형섭 시 건강체육국장은 “코로나19 장기화로 누구라도 우울과 불안 겪을 수 있는 지금, 모두가 힘들고 어려운 이 시기에 조금이라도 시민들에게 도움이 되길 바란다”며 “앞으로도 인천시민의 정신건강을 위해 지속적으로 노력하겠다.”고 말했다.

※ 문의 : 인천광역시정신건강복지센터 마음건강팀(468-9916)

<사진> 코로나19 마음건강 회복지원 안내문(별첨)