

---

# Péče o duševní zdraví studenta

---

Studium na vysoké škole je velmi příjemnou etapou života – přesto se může stát, že změna studijního prostředí, změna studijního stylu, jiné pracovní tempo, či řada dalších příčin, které se studiem bezprostředně nespojují, mohou u studentů vést k depresím, úzkostným stavům, poruchám příjmu potravy, poruchám spánku, poruchám koncentrace či sebehodnocení, či jiným příznakům duševní nepohody. Většinou se jedná o terapeuticky dobře zvládnutelné stavy – od září 2021 je na naší fakultě v provozu Kontaktní místo pro duševní zdraví studentů, kde působí několik terapeutů (kvalifikovaní psychologové a psychiatři), kterýkoli student či studentka se mohou snadno objednat k vyšetření prostřednictvím aplikace: <https://tkp.lf3.cuni.cz/> .

Vyšetření i následná péče jsou bezplatné a pochopitelně plně důvěrné (tým Kontaktního místa bez souhlasu klientů s fakultou žádné informace nesdílí).

V případě akutních psychických obtíží lze využít služby některého pražského centra krizové intervence, např. v PN Bohnice - <https://bohnice.cz/krizova-pomoc/> , kde funguje i krizová linka.

Lze také navštívit studentskou poradnu 3. LF UK: <https://www.lf3.cuni.cz/3LF-308.html> .

Kdykoli lze vyhledat pomoc na nonstop studentské SOS lince: +420 724 292 312.