10 септември - Световния ден за суицидопревенция

Световната здравна организация е обявила 10 септември като Световен ден за суицидопревенция, тъй като самоубийствата са сериозен здравен проблем в световен мащаб. Суицидното поведение е един от параметрите, с които се оценява нивото на психично здраве и социално благополучие на всяко общество. По данни на Евробарометър днес психични заболявания има един на всеки десет граждани на ЕС (в България един на всеки пет), като в повечето страни депресията е най-разпространеният проблем. България е страната, в която се наблюдава едно от най-високите нива на самоопределено лошо настроение.

За България самоубийствата представляват един от проблемите с непрекъснато нарастваща значимост. Това се обуславя от определени демографски, социално-икономически, психологически и здравни аспекти на суицидните действия, които биха могли да се обобщят като: загуба на човешки потенциал; сравнително висока използваемост на ресурсите на здравната помощ - обща и специализирана; негативно психологическо влияние върху отделни личности, групи от населението, общности и цялото общество. Най-често се самоубиват хора с психични разстройства (от 45 до 70%), с депресии (около 15%) и шизофрения (около 10%), т.е. хора със заболявания, които могат да се лекуват или подържат с лекарства. Някои от тези хора или нямат време да се консултират с лекар, или се страхуват да потърсят помощта на психолог или психиатър – страх от заклеймяването, страх от общественото мнение, страх от стигмата. Рисковите групи са сред лицата с депресия, зависимост или друго психическо разстройство, лица с тежки соматични заболявания, ученици от 10 до 18 години, жертви на насилие, безработни мъже и жени от 25 до 50 години, възрастни и самотни хора.

Митове и факти за самоубийствата:

МИТ: Хората, които заявяват, че ще се самоубият, или заплашват със самоубийство, не се самоубиват.

ФАКТ: Повечето хора, които се самоубиват, са заявили по пряк или непряк начин за намерението си да се самоубият.

МИТ: Самоубийствата се случват внезапно и без предупреждение.

ФАКТ: Повечето самоубийства представляват грижливо обмислена и планирана стратегия за разрешаване (бягство) на различни лични проблеми.

МИТ: Хората, извършили несполучлив опит за самоубийство, са ужасени от това, което са направили и повече няма да повторят подобен опит.

ФАКТ: При всеки индивид, в чиято биография фигурира поне един опит за самоубийство, съществува много по-голям суициден риск, отколкото при този, който никога не е правил подобни опити.

МИТ: Самоубийците желаят да умрат.

ФАКТ: Повечето самоубийци изпитват смесени чувства към самоубийството си. Те са амбивалентни към живота, не желаят смъртта и повечето от тях искат да бъдат спасени и да им се помогне.

МИТ: Всички самоубийци са с болна психика.

ФАКТ: Макар че самоубиецът е нещастен човек, той не винаги е психично болен.

МИТ: Ако започнеш да разпитваш или се интересуваш, дали са налице суицидни мисли и предишни опити, накрая ще накараш лицето наистина да се самоубие.

ФАКТ: Не можеш да направиш някого самоубиец, когато проявяваш загриженост за благополучието на човека, дискутирайки с него възможността за самоубийство.

През 2011г. в Шуменска област са регистрирани 94 души направили опит за самоубийство, от които 66 жени и 28 мъже, от тях 10 опита са успешни (7 мъже и 3 жени).

През 2012г. до края на месец юли в Шуменска област са регистрирани 66 опита за суицид, от тях 8 са успешни (5 мъже и 3 жени).