



Karolinska
Institutet



NASP:s Nyhetsbrev

nummer 1 | år 2016

God fortsättning på det nya året!

Information om självskade- och självmordsbeteende på Internet

En engelsk studie av Vinod Singaravelu och hans kollegor redovisar i *Crisis* (2015;36;211-219) sina resultat från en undersökning rörande den information om självskade- och självmordsbeteende som ungdomar kan finna på Internet. I samråd med ungdomar 15-19 år, som vårdades inom barn- och ungdomspsykiatri, valdes sex sökord inom kategorierna *Mental state* och *How to harm yourself*. Totalt inkluderades 314 webbsidor i analysen. Webbsidor, som genererades med sökord som *Selfharm* och *How to self-harm*, hade till övervägande delen ett positivt stödjande innehåll, som även uppmanade till hjälpsökande. 15,8% av sidorna gav anvisningar om metoder att skada sig själv och 7% uppmanade till självskadebeteende. Sökord som *Suicide* och *Ways to kill yourself* ledde till hemsidor som till 40,9% var pro-suicidala och 68,4% levererade detaljerad information om olika metoder för att skada sig själv respektive suicidera. Det är lätt för ungdomar att via Internet skaffa sig den information de söker om självskadebeteende och självmord. Även om sidor av stödjande karaktär och med uppmaningar om hjälpsökande dominerar, finns risken att ungdomar i riskzonen för självskadebeteende provoceras till skadehandlingar av den negativa information de hittar. Behandlande läkare/psykolog bör alltid ta reda på vilka internetvanor de ungdomar har som befinner sig i riskzonen för självskadebeteende, skriver författarna.

För att läsa hela sammanfattningen och ta del av tidigare Nyhetsbrev från NASP, besök www.ki.se/nasp/nyhetsbrev.

För att titta närmare på artiklar som refereras till i Nyhetsbrev, besök [Nyhetsbrevets läsrum](#)

Nyheter från NASP på webben

På **NASP:s webbsida** kan du se våra senaste nyheter och kalenderhändelser!

Självmordspreventivt stöd och resurser

På NASP:s sida "Få stöd" finns kontaktuppgifter till flera hjälplinjer samt råd om hur man kan hjälpa en person som befinner sig i en självmordskris. **Besök sidan här.**

Nya datum för Aktion Livräddning -VT16

I vår kommer utbildningsprojektet Aktion Livräddning till Norrtälje, Åkersberga, Vallentuna och Österåker.

Läs mer om utbildningen och hur du kan anmäla dig och



dina kollegor här!

MHFA Instruktörslista 2015

Nu finns en uppdaterad lista med kontaktuppgifter till aktiva instruktörer i Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA).

För att hitta en instruktör i ditt län, se listan här.

Självordspreventiva utbildningar vid NASP

Besök gärna vår utbildningssida för att se vilka utbildningar vi håller i och hur du anmäler dig till dem!

Utbildningar vid NASP



Mind söker volontärer till suicidpreventiv stömlinje

Den nya stömlinjen är en vidareutveckling av Minds uppskattade webbtjänst Självordsupplysningen. Stömlinjen erbjuder stöd dygnet runt både via chatt och telefon. **Läs mer och fyll i formuläret ifall du vill anmäla intresse för att bli volontär.**

Ny rapport om skolbaserade program för att förebygga självskadebeteende inklusive suicidförsök

Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU) har publicerat rapporten "Skolbaserade program för att förebygga självskadebeteende inklusive suicidförsök". **Läs mer om rapporten och ladda ner den som PDF på SBU:s webbplats.**

Litteratur

Galli S. När mammas tankar ändrade färg, Utgiven av IDUS förlag, ISBN13: 9789175772622

Ringskog Vagnhammar S & Wasserman D. Första hjälpen vid självmordsrisk.

Utgiven av Studentlitteratur, uppl 1:2, 2011
ISBN 978-91-44-06068-2

Wasserman D. Depression (The Facts) 2nd Edition, omarbetad för allmänheten.

Boken har vunnit 2012 "Book Award" priset från British Medical Association Book of Science Awards 2012, for the Public Understanding of Science. Priset delas ut till den bok som panelen anser bäst stödja främjandet av allmänhetens förståelse för vetenskap.

Utgiven av Oxford University Press November 2011.
ISBN 9780199602933

Susanne Bejerot, docent i psykiatri och överläkare vid Norra Stockholms psykiatri har skrivit **Förordet till Lars Wiklunds bok Lisa – ett liv**, som handlar om hans dotters barndom, ungdom och vuxenliv som tragiskt ändades med ett självmord. **Läs mer och beställ boken här.**

Reading room 1 är tillgängligt för er alla

Varje månad läser Jerzy Wasserman, Vladimir Carli, Gergö Hadlaczky, Guo-Xin Jiang, Marcus Sokolowski, Rigmor Stain, David Titelman och Danuta Wasserman alla självmordsrelaterade artiklar, som publicerats i peer-granskade tidsskrifter. Det rör sig om cirka 300 artiklar/månad. De viktigaste och mest tillämpliga artiklarna för det självordspreventiva arbetet inom hälso- och sjukvården och befolkningen läggs ut i **läsrummet**.

Har Du information om självordspreventiva aktiviteter som Du vill att NASP förmedlar i nyhetsbrevet?

Mejla direkt till redaktören. Rigmor.stain@comhem.se

Ledningsgruppen: Danuta Wasserman, Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa (NASP), Gergö Hadlaczky (NASP), Gunilla Wahlén (SPES), Per Anders Rydelius (MIND)

Redaktion: Danuta Wasserman (NASP), David Titelman (NASP), Rigmor Stain, redaktör, kontaktperson mellan nätverken och NASP

[Klicka här för att läsa brevet i din webbläsare](#) | [Tipsa en vän!](#) | [Klicka här för att avregistrera din adress](#)

Postman