



Karolinska
Institutet

NyhetsBrevet

Nr 4, 2014. Personlig öppenhet och suicid Regionala Nätverket Stockholm/Gotland

ingsgruppen: Danuta Wasserman, Nationell prevention av suicid och prevention av psykisk ohälsa (NASP),
Gergö Hadlaczky (NASP)
Gunilla Wahlén (SPES)
Per Anders Rydelius (MIND)
ktion: Danuta Wasserman (NASP)
Birgit Frisé-Andersson (NASP)
Rigmor Stain, redaktör, kontaktperson mellan nätverken och NASP

Hej alla nätverksmedlemmar!

Sammanfattning

Yossi Levi-Belz vid universitetet i Tel Aviv, Israel och hans kollegor har studerat psykisk smärta och kommunikationssvårigheter hos en grupp patienter som gjort medicinskt livshotande självmordsförsök (MSSA) och jämfört med patienter som gjort medicinskt icke-livshotande självmordsförsök, patienter med psykisk sjukdom som aldrig gjort självmordsförsök och psykiskt friska personer. MSSA-gruppen hade signifikant större kommunikationssvårigheter än övriga grupper. Interaktionen mellan psykisk smärta och kommunikationssvårigheter förklarade tillsammans en stor del av självmordsförsökets livshotande karaktär. Resultaten illustrerar den stora betydelsen generellt sett av psykisk smärta för självmordsförsök, medan kommunikationssvårigheter har en avgörande roll när det gäller skillnader mellan livshotande och icke livshotande självmordsförsök. Samtidig förekomst av outhärdlig psykisk smärta och kommunikationssvårigheter ökar risken för mer livshotande former av självmordsförsök signifikant. Detta förhållande skulle kunna vara en möjlig förklaring till könsskillnaderna när det gäller livshotande självmordsförsök, med tanke på mäns erkänt sämre förmåga till personlig öppenhet, skriver författarna.

I slutet av Nyhetsbrevet finns information om kommande aktiviteter under 2013. Tidigare Nyhetsbrev finns utlagda på NASPs hemsida [www.ki.se/suicid under fliken Vetenskapligt bibliotek](http://www.ki.se/suicid_under_fliken_Vetenskapligt_bibliotek).

[Redaktör Rigmor Stain har](mailto:rigmor.stain@comhem.se) ändrat sin e-postadress till rigmor.stain@comhem.se

Bakgrund

Själv mordets etiologi kan beskrivas vara en samverkan mellan biologiska, psykologiska och existentiella faktorer. Psykologiska autopsier har visat att majoriteten av självmordsoffer haft en psykisk störning vid dödstillfället och att den oftast förekommande diagnosen varit depression. Men endast en minoritet av personer med depression tar livet av sig och flera forskare har påpekat att psykologiska faktorer snarare än själva depressionen sannolikt är avgörande för uppkomsten av självmordstankar och självmordshandlingar. Några av faktorerna har sammanförts i begreppet outhärdlig psykisk smärta och omfattar negativa känslor som skuld, skam, förödmjukelse, sorg och hopplöshet i en omfattning som den drabbade inte förmår hantera. Andra faktorer är brister i social kompetens exempelvis i förmågan att söka hjälp och social öppenhet exempelvis oförmåga att kunna tala med sina närstående om personliga problem och självmordstankar.

Yossi Levi-Belz vid universitetet i Tel Aviv, Israel och hans kollegor har i likhet med många andra forskare på området uppfattningen att personer som överlever medicinskt allvarliga självmordsförsök är epidemiologiskt mycket lika de individer som dör genom självmord, men skiljer sig ifrån dem som har ett icke-livshotande suicidalt beteende (**Levi-Belz et al 2014, bifogad**). Levi-Belz och hans kollegor har i den aktuella studien undersökt förekomsten av psykisk smärta och kommunikationssvårigheter hos fyra grupper av personer i åldrarna 20-85 år. **Grupp 1** bestod av 78 patienter (44 män, 34 kvinnor) som gjort medicinskt allvarliga självmordsförsök (MSSA; medical severe suicide attempts); **grupp 2** bestod av 116 patienter (65 män; 51 kvinnor), som sökt akutvård för att ha skadat sig själva, utan avsikt att dö genom handlingen (MNSSA; medically non-serious attempt); **grupp 3** var en psykiatrisk kontrollgrupp bestående av 47 patienter med psykiatrisk diagnos (14 män; 33 kvinnor) som inte gjort självmordsförsök samt **grupp 4** som bestod av 95 psykiskt friska individer (52 män; 43 kvinnor).

Metod

Forskarna dokumenterade uppgifter om studiedeltagarnas ålder, kön, religion, civilstånd, levnadsförhållanden, barn, utbildning och arbete. Psykiatrisk diagnos bedömdes enligt DSM-IV-TR (Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders, reviderad 2000). Dödlighetsrisken för självmordsförsöket bedömdes med skattningsinstrumentet the Lethality Rating Scale (LRS).

Begreppet *psykisk smärta* delades upp i fyra variabler 1) *Upplevelser av psykisk smärta* utvärderades med hjälp av självskattningsskalan MPS (Mental Pain Scale). MPS består av 45 frågor som behandlar 9 upplevelsevariabler, vilka är: brist på kontroll, dålig självbild, känsloupplevelser, känna sig förlamad, irreversibel smärta, förvirring, behov av socialt stöd och tomhet. Personen bedömer själv sina upplevelser enligt en Likert-skala från 1-5. Skattningsskalan har utarbetats av Orbach och hans medarbetare (**Orbach et al Suicide and Life-Threatening Behavior 33(3) 2003, bifogad**). 2) *Depression* bedömdes med skattningsskalan BDI (Becks Depression Inventory); 3) *Hopplöshet* skattades med användning av Beck Hopelessness Scale (BHS) och 4) Livshändelser skattades med användning av the Life Event Scale (LES).

Kommunikationssvårigheter delades i tre variabler: 1) *Personlig öppenhet* bedömdes med självskattningsskalan the self-report Jourard Self-Disclosure Questionnaire (JSDQ). 2) För uppskattning av *schizoida drag* användes SCID II (Structured Clinical Interview for DSM-IV Personality Disorders och 3) för bedömning av graden av *Ensamhet* användes the University of California, Los Angeles Loneliness Scale (ULS).

Resultat

Forskarna fann inga skillnader mellan de fyra grupperna när det gällde ålder, kön och civilstånd. De icke-suicidala psykiatriska patienterna hade signifikant lägre socioekonomisk status jämfört med de andra grupperna ($p < 0.05$) och de psykiskt friska kontrollerna hade signifikant fler års utbildning, jämfört med de övriga grupperna ($p < 0.05$). De vanligast förekommande psykiska sjukdomarna i de två grupperna med patienter som gjort självmordsförsök var affektiva sjukdomar, schizofreni och ångestsjukdomar.

Som väntat hade de patienter som gjort medicinskt allvarliga självmordsförsök haft signifikant längre slutenvårdsbehandling jämfört med MNSSA-gruppen ($p < 0,01$) och hade signifikant högre LRS-scores ($p < 0,01$). Samtliga patienter som gjort självmordsförsök (såväl MSSA som MNSSA) hade signifikant högre nivåer av depression (BDI), känslor av hopplöshet (BHS) och personliga upplevelser av psykisk smärta (MPS) och ett högre antal av negativa livshändelser ($p < 0,05$ för samtliga).

Graden av kommunikationssvårigheter skiljde sig signifikant mellan grupperna. Gruppen med medicinskt allvarliga självmordsförsök hade signifikant lägre nivå av personlig öppenhet jämfört med såväl MNSSA-gruppen som den psykiskt friska kontrollgruppen ($p < 0,05$ i båda fallen). Patienter som gjort medicinskt

allvarliga självmordsförsök hade signifikant mer schizoida drag och upplevde en större ensamhet jämfört med de tre andra grupperna ($p < 0,05$).

Man fann ett signifikant negativt samband mellan graden av *personlig öppenhet* och skattningstalet för LRS d v s ju lägre personlig öppenhet desto mer livshotande var självmordsförsöket ($p < 0,001$). Det fanns ett signifikant positivt samband mellan *schizoida drag* respektive *ensamhet* och LRS d v s ju mer uttalades *schizoida drag* patienten hade, respektive ju större *ensamhet* patienten upplevde, desto mer livshotande var självmordsförsöket ($p < 0,001$ i båda fallen). Vid höga nivåer av psykisk smärta var det ett signifikant positivt samband mellan summan av kommunikationsvariablerna (personlig öppenhet, schizoida drag och ensamhetskänslor) och självmordsförsökets dödlighetsnivå ($p < 0,001$).

Slutsatser

Resultaten visar att den behandlande läkaren bör vara uppmärksam på risken för medicinskt allvarliga självmordsförsök hos individer som har höga skattningsnivåer för psykisk smärta samtidigt med allvarliga kommunikationssvårigheter. Män har visats ha betydligt sämre förmåga till personlig öppenhet än kvinnor och utgör majoriteten av dem som dör genom självmord. Det vore därför önskvärt att män, i suicidpreventivt syfte, finge träning i personlig kommunikation, exempelvis genom interpersonell psykoterapi, parallellt med behandling av underliggande psykisk sjukdom, skriver författarna.

**Föreningen Psykisk Hälsa har bytt namn till Mind och föreningens [webb-
stödsida för unga vuxna med psykisk ohälsa och självmordstankar har
adressen \[www.mind.se\]\(http://www.mind.se\)](http://www.mind.se)**

Man kan prata anonymt på chatten vardagar mellan 19-22 och det gäller såväl för den som mår dåligt som för oroliga anhöriga och vänner. Man kan även maila frågor och få information om självmord och psykisk hälsa. Gå till hemsidan www.sjalvmordsupplysningen.se och läs mera.

Föreningen söker personer som kan fungera som handledare och stötta och vara bollplank till de volontärer som nu chattar med de hjälpsökande på webbstödsidan på kvällstid. Man söker personer med utbildning inom vård och omsorg och med kunskap om självmord, gärna personer som gått någon av NASPs/KIs utbildningar.

Intresserade ombeds vända sig till Marie-Louise Söderberg
070-484 0334 eller 08-34 70 65

Eller maila till marie-louise.soderberg@mind.se

Suicide Zero (fd Rescue) obs namnändring!

är en svensk organisation som arbetar för att rädda liv och minska antalet självmord. Gå in på organisationens hemsida och läs om deras målsättningar och arbete.

www.suicidezero.se

Du kan även få information direkt ifrån ordförande Ludmilla Rosengren
ludmilla@suicidezero.se

Dr Amy Wenzel, Universitetshuset i Uppsala håller regelbundet Workshops om KBT-vid självmordsnärhet. Du kan läsa mer om dr Wenzel iden bifogade informationen samt om KBT-behandlingen på hemsidan www.kbt-centrum.se och www.kbt.nu

Konferenser under 2014

EPA, the European Psychiatric Association

är den största föreningen av psykiatrer i Europa och omfattar individuella medlemmar från 75 europeiska och internationella stater och 33 Nationella Europeiska Psykiatriska Föreningar med cirka 77 000 psykiatriker.
President: Danuta Wasserman

Anmäl Dig! 1 vecka kvar till

EPAs 22 European Congress of Psychiatry som äger rum 1-4 mars 2013 i München, Tyskland. Ytterligare information se

hemsidan <http://www.europsy.net>

Se även bifogad affisch ”EPA 2014 Munich”.

EPA arbetar bland annat för att förbättra den psykiska hälsan i Europa och kvaliteten på olika psykiatriska behandlingar samt att höja kvaliteten på den teoretiska och praktiska utbildningen i psykiatri.

I bifogade dokument ”EPAs 30-årsjubileum” kan du läsa om hur EPA bildades, dess 30-åriga historia och nuvarande målinriktningar.

Aktuell litteratur

Ringskog Vagnhammar S & Wasserman D. *Första hjälpen vid självmordsrisk*. Utgiven av Studentlitteratur, uppl 1:2, 2011
IBSN 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.
IBSN 9780199602933

Susanne Bejerot, docent i psykiatri och överläkare vid Norra Stockholms psykiatri har skrivit Förordet till Lars Wiklunds bok **Lisa – ett liv (bifogat)**, som handlar om hans dotters barndom, ungdom och vuxenliv som tragiskt ändades med ett självmord. Även författarens egen presentation av boken har bifogats.

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 c.a 300 artiklar/månad. De viktigaste och mest intressanta läggs ut i ”läsrummet”. Jag har bifogat en länk till läsrummet som du kan spara bland dina bokmärken och sedan kan du besöka läsrummet när du har lust.

<http://www.mendeley.com/groups/1410773/nasp-recently-published-important-papers/papers>

Att registrera sig på Mendeley och installera detta fantastiska litteratur-dataprogram är helt gratis och du kommer direkt till sidan ”Recently published important papers-NASP”. De flesta artiklarna har URL och länkar direkt till

PubMed, så att du kan hämta hem hela artikeln. Om du stöter på några problem så hjälper Gergö Hadlaczky och Lizzy Mårtensson på NASP dig gärna.

Har Du information som Du vill vidarebefordra inom nätverket Stockholm-Gotland eller till de övriga nätverken i suicidprevention **mejla direkt till redaktören. Observera att jag ändrat postadress till rigmor.stain@comhem.se**

Redaktör
Rigmor Stain, dr med sci, docent, NASP