

NASP:s Nyhetsbrev

nummer 6 | år 2016

Självordsrisk hos efterlevande till självmordsoffer

David Titelman sammanfattar i Nyhetsbrevet Alexandra Pitmans och hennes medarbetares, vid University College i London, studie rörande risken för suicidalitet hos efterlevande till självmordsoffer jämfört med den hos efterlevande till personer som avlidit av andra orsaker. Undersökningen omfattade 3 432 sorgdrabbade unga vuxna i åldrarna mellan 18-40 år, vilka efter 10 års ålder förlorat en släkting eller nära vän genom plötslig död. Materialet delades in i tre grupper och suicidaliteten hos 614 personer, som hade sorg efter en närståendes suicid (n=614) jämfördes den hos 2 818 personer som förlorat en närstående antingen genom en naturlig (n= 2 106) eller en onaturlig (n= 712) död. Det fanns inga skillnader mellan grupperna avseende ålder, könsfördelning eller social bakgrund. Tiden sedan dödsfallet var i genomsnitt 4,9 år. Personerna i gruppen med sorg efter ett självmord var signifikant oftare tyngda av psykiska störningar och hade själva gjort självmordsförsök signifikant oftare jämfört med dem som var efterlevande till personer som dött genom andra orsaker. Det fanns en tydlig skillnad mellan kvinnor och män: majoriteten av de som gjort självmordsförsök i gruppen efterlevande efter suicid var kvinnor.

Resultaten visar att den psykologiska närheten har lika stor betydelse som det biologiska släktskapet när det gäller hur människor hanterar sorgen efter en närståendes självmord. Det är således viktigt att inte bara familjemedlemmar utan även nära vänner och arbetskamrater får stöd och hjälp efter ett självmord i den nära kretsen. Samtliga deltagare i studien var anställda och studenter vid högskolor och universitet i England och det är därför osäkert om resultaten kan antas vara likartade inom andra befolkningsgrupper, skriver författarna och pekar därmed på behovet av att ytterligare studier genomförs inom området.

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 Nyhetsbrevet, besök [Nyhetsbrevets läsrum](#)

Nyheter från NASP

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

Självordspreventivt 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.**

Vårens och höstens datum för Aktion Livräddning finns nu klara!

I vår kommer utbildningsprojektet Aktion Livräddning till Norrtälje, Åkersberga, Vallentuna och Österåker samt till Djurgårdens, Norrmalms, Vasastans och Östermalms stadsdelar. I höst kan ni som arbetar i stadsdelarna Kungsholmen, Bromma och Ekerö ta del av utbildningen.



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



BRIS stödhelger för familjer där mamma eller pappa tagit sitt liv

Bris stödhelger vänder sig till barn, unga och föräldrar i familjer där mamma eller pappa har tagit sitt liv.

Läs mer på BRIS webbsida.

Mind söker volontärer till suicidpreventiv stödlinje

Den nya stödlinjen är en vidareutveckling av Minds uppskattade webbtjänst Självmordsupplysningen. Stödlinjen erbjuder stöd dygnet runt både via chatt och telefon. [Läs mer och fyll i formuläret ifall du vill anmäla intresse för att bli volontär.](#)

Litteratur

Wasserman, D (red.) **Suicide: an unnecessary death**

Oxford: Oxford University Press. Second Edition. 2nd ed. 2016
ISBN: 9780198717393

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

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 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 självmordspreventiva arbetet inom hälso- och sjukvården och befolkningen läggs ut i [läsrummet](#).

Har Du information om självmordspreventiva 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](#)