



# NASP:s Nyhetsbrev

nummer 15 | år 2016

## Stigande trend av psykisk ohälsa hos svenska ungdomar

Sven Bremberg har undersökt utvecklingen över tid mellan åren 1990-2010 för psykisk ohälsa hos svenska ungdomar och ungdomar i andra nordiska länder och i Nederländerna. Han finner att symtomen "att känna sig nedstämd", "att ha sömnsvårigheter" samt "att ha haft huvudvärk" ökade hos ungdomar i samtliga länder fram till millennieskiftet. Ökningen var som mest markant i Sverige, men till skillnad från de övriga länderna, där den stigande trenden för psykiska problem avstannade vid slutet av 1990-talet, fortsatte ökningen i Sverige även in på 2000-talet med ökad ångest hos båda könen och en ökning i frekvensen för självmordsförsök hos unga kvinnor. Den årliga självmordsfrekvensen under åren 1990-2010 minskade med -0,27/100 000 i Danmark, -0,42 i Finland, -0,09 i Nederländerna och -0,20 i Norge, men ökade i Sverige med +0,04 årligen. Den årliga förändringen i drogrelaterade dödsfall per 100 000 invånare mellan åren 1995-2010 var i genomsnitt -0,06 i Danmark, +0,10 i Finland, -0,01 i Nederländerna, -0,01 i Norge och +0,13 i Sverige.

Det är tydligt att trenden för ökande psykisk ohälsa hos Sveriges ungdomar skiljer från den i de övriga nordiska länderna och Nederländerna. Sverige skiljer sig även från de övriga länderna på två socialpolitiska områden som har betydelse för den psykiska hälsan bland unga människor, nämligen skolan och arbetsmarknaden. Sveriges ungdomar har betydligt sämre skolprestationer än ungdomar i de andra nordiska länderna och Nederländerna och en betydligt högre ungdomsarbetslöshet. Det finns starka samband mellan såväl dåliga skolprestationer som arbetslöshet med psykisk ohälsa, självskadande beteende och självmord.

**För att läsa hela sammanfattningen och ta del av tidigare Nyhetsbrev från NASP, besök [www.ki.se/nasp/nyhetsbrev](http://www.ki.se/nasp/nyhetsbrev).**

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

### Nyheter från NASP

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.**

### Vårens datum för instruktörsutbildningen AOSP

Nu finns möjlighet att anmäla sig till vårens tillfälle att gå instruktörsutbildningen **Akut omhändertagande av självmordsbenägen person (AOSP) upplagt på webben**. Läs mer om hur du anmäler dig där.

### Höstens datum för Aktion Livräddning är nu klara!

I höst kan ni som arbetar i stadsdelarna Kungsholmen, Bromma och Ekerö kostnadsfritt ta del av endagsutbildningen Aktion Livräddning. Vi erbjuder också halvdagar med uppföljning i tre olika teman för områdena Djurgården, Norrmalm, Vasastan, Östermalm



**Läs mer om Aktion Livräddning och hur du kan anmäla dig och dina kollegor här!**

**Vill du och dina kollegor eller vänner utbilda er i Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA)?**

**I vår instruktörslista kan du hitta instruktörer till 2-dagarsutbildningen Första hjälpen till psykisk hälsa!**

### **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**



## **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](mailto: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](#)