

Nationellt centrum för suicid- forskning och prevention

Årsrapport 2023



Karolinska
Institutet

 Region Stockholm

Innehåll

| | |
|--|-----------|
| Om NASP | 1 |
| Bakgrund | 1 |
| Finansiering | 1 |
| Organisation. | 1 |
| Uppdrag | 1 |
| Verksamhet | 2 |
| Strategiskt folkhälsoarbete | 6 |
| Internationellt samarbete med Världshälsoorganisationen (WHO) | 6 |
| Stöd till kommunala, regionala och statliga aktörer om strategiskt folkhälsoarbete | 7 |
| Kartläggning och uppföljning av pågående självmordsförebyggande aktiviteter | 7 |
| Suicid i transportsystemet | 8 |
| Skalbara insatser | 10 |
| Rekommendationer för suicidpreventiva åtgärder – RESPI | 12 |
| Journalgranskning | 13 |
| Metodstöd till media | 14 |
| Forskning och verksamhetsutveckling | 15 |
| Epidemiologisk bevakning av suicid | 15 |
| Livskartor baserat på journaler för individer 0–24 år. | 17 |
| Låsbara medicinskåp | 17 |
| Stöd till efterlevande | 18 |
| Suicidprevention i transportsystemet | 19 |
| BCI | 20 |
| Promoting Social Interaction Through Emotional Body Odours – POTION | 21 |
| Extended-Personal Reality: augmented recording and transmission of virtual senses through artificial-Intelligence – EXPERIENCE | 23 |
| Genetic Investigation of Suicide and Suicide attempt – GISS | 25 |
| Kulturell anpassning av Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA). | 25 |

| | |
|--|------------|
| Informationsspridning och kunskapsöversättning | .27 |
| Webbaserade rekommendationer för suicidpreventiva insatser | 27 |
| Systematiskt och kunskapsbaserat stöd i suicidfrågor | 28 |
| Konsultation och föreläsning om suicidpreventivt arbete | 29 |
| Stöd till nationella styrdokument | 29 |
| Suicidpreventiva dagen | 30 |
| Nationella suicidpreventiva konferensen | 31 |
| Stödmaterial för media | 32 |
| Vanliga frågor och svar om självmord (FAQ) | 32 |
| Publikationer | 32 |
| Utbildning | .33 |
| Akut omhändertagande av självmordsnära person (AOSP) | 33 |
| Aktion Livräddning | 34 |
| Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA) | 35 |
| Utbildning för forskarstuderande | 37 |
| Youth Aware of Mental health i Stockholms län | 37 |
| Publikationer – 2023 | .39 |
| Vetenskapliga publikationer | 39 |
| Rapporter och andra publikationer | 42 |



Om NASP

Bakgrund

Sedan 1993 har Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (NASP) arbetat med att bistå regeringen och Region Stockholms beslutsfattare och invånare med kunskapsunderlag, kunskapsutveckling och kunskapsspridning.

Finansiering

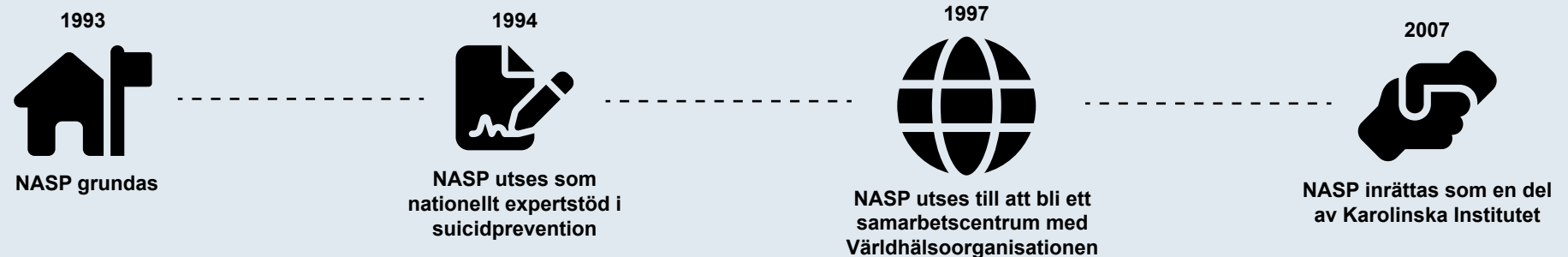
NASP finansieras av Region Stockholm och Socialdepartementet samt genom olika forskningsanslag från både svenska och internationella forskningsfinansiärer.

Organisation

NASP är ett samverkande centrum som består av två enheter som är organiserade under två huvudmän: Karolinska Institutet (KI) och Stockholms läns sjukvårdsområde (SLSO) vid Region Stockholm. NASP är även ett WHO samarbetscentrum för forskning, metodutveckling och utbildning i självmordsprevention.

Uppdrag

Vårt uppdrag är att genom forskning, strategiskt folkhälsoarbete, utbildning och informationsspridning bidra till att minska antalet självmord och självmordsförsök regionalt och nationellt. NASP ska även bidra till att utveckla och stimulera kunskapsområdet självmord och självmordsprevention.



Verksamhet

NASP:s verksamhet består av fyra huvudområden och strategier för måluppfyllelse



Forskning och utveckling

I en tvärvetenskaplig forskningsmiljö (folkhälsa, psykologi, psykiatri, molekylär biologi och antropologi) bedriver vi forskning med målet att utveckla innovativa självmordspreventiva metoder. Vi genomför även forskningsstudier för att identifiera trender, riskfaktorer och sårbara populationer kopplade till självmord. Den forskning som vi, och andra forskare bedriver används till att styra de aktiviteter som vi utför inom strategiskt folkhälsoarbete, utbildning och spridning av information.

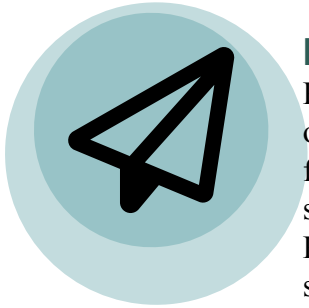


Strategiskt folkhälsoarbete

NASP bedriver epidemiologisk bevakning av antalet självmord och självskador på riks-, region- och kommunnivå för att kartlägga relevanta riskgrupper och trender, som i sin tur kan ligga till grund för riktade folkhälsoinsatser. Vi genomför även analyser och tar fram rapporter på begäran från aktörer som arbetar med självmordsprevention. Syftet är att stimulera och stödja det självmordspreventiva arbetet och kunskapsutbytet, både på lokal nivå och för särskilda riskgrupper och kontexter i samhället.

Vi stödjer aktörer som vill arbeta med självmordsprevention på ett strukturellt sätt genom att erbjuda konsultationer gällande handlingsplaner, styrdokument och genom att rekommendera specifika insatser baserat på vetenskapligt underlag.

På RESPI.se samlar vi information om olika typer av befolkningsinriktade insatser för att minska självmordshandlingar. Vi granskar kontinuerligt insatsernas vetenskapliga underlag och uppdaterar informationen därefter. Informationen på RESPI.se syftar till att vara ett stöd i beslutsprocessen om vilka självmordspreventiva insatser som bör implementeras enligt den senaste tillgängliga forskningen.



Informationsspridning och kunskapsöversättning

På NASP arbetar vi med både generell och riktad informationsspridning med syftet att bidra till en ökad medvetenhet om frågor som berör självmord och självmordsprevention. Vi tar fram informationsmaterial, publicerar rapporter och faktablad, håller föreläsningar, arrangerar och medverkar i seminarier och konferenser och sprider information och kunskap via relevanta webbplattformer.

Kunskapsöversättning, som är en central del av NASP:s informationsverksamhet, är processen att sammanställa vetenskaplig kunskap och forskning och göra informationen tillgänglig, användbar och förståelig för praktiker, beslutsfattare och allmänheten.

NASP tillhandahåller även systematiskt inhämtad vetenskaplig information, rörande självmord och självmordsförebyggande åtgärder, på begäran från olika aktörer såsom statliga, regionala och kommunala myndigheter, beslutsfattare, media och allmänheten.



Utbildning

Vi genomför utbildningsaktiviteter med målet att bidra till ett samhälle som är engagerat och har adekvata resurser och kunskaper för att kunna arbeta med självmordsprevention. NASP bedriver flera utbildningar som riktar sig till individer, organisationer och samhället i stort. Samtliga utbildningar uppdateras kontinuerlig och följer den vetenskapliga utvecklingen. Genom utbildning av studenter, forskare och yrkesverksamma strävar vi efter att minska förekomsten av självmord genom att skapa ett motståndskraftigt samhälle där ett medmänskligt perspektiv råder.



I följande kapitel beskrivs de uppdrag och projekt som utgjort NASP:s verksamhet under 2023 och som bidragit till NASP:s måluppfyllnad.

Uppdragen och projekten är uppdelade utefter NASP:s fyra huvudområden:

- Strategiskt folkhälsoarbete
- Forskning och verksamhetsutveckling
- Informationsspridning och kunskapsöversättning
- Utbildning

Strategiskt folkhälsoarbete

Internationellt samarbete med Världshälsorganisationen (WHO)

Sedan 1997 är NASP utnämnt av Världshälsorganisationen (WHO) till ett samarbetscentrum för forskning, metodutveckling och utbildning i suicidprevention – WHO Collaborating Centre for Research, Methods Development and Training in Suicide Prevention.

NASP bistår WHO med vetenskaplig granskning av suicidpreventiva metoder, initiering och utvärdering av nya suicidpreventiva metoder samt rådgivning om förebyggande åtgärder. NASP utgör en kunskapskälla vad gäller aktuella och evidensbaserade suicidpreventiva metoder som används världen över, som i sin dissemineras till svenska aktörer genom NASP:s verksamhet.

Projektet mhGAP

Psykiska tillstånd utgör ett globalt problem, med otillräckliga resurser som förvärrar utmaningen. 2008 initierade WHO Mental Health Gap Action Programme (mhGAP) för att ta itu med ojämlikheterna och stödja vård av psykiska, neurologiska och beroendetillstånd.

Målet med projektet MhGAP är framtagandet av ett stödmaterial vars syfte är att stärka länders kapacitet att hantera den växande mängden psykiska, neurologiska och beroendetillstånd samt att minska behandlingsgapet. Dessa rekommendationer publicerades första gången år 2010. Under verksamhetsåret, 2023, lanserades den tredje upplagan av mhGAP-riktlinjerna, som återspeglar 15 års investering, täcker 11 moduler om olika psykiska tillstånd och angränsande besvär. MhGAP syftar till att överbrygga gapet mellan behovet av vård och tillgängliga resurser genom att tillhandahålla riktlinjer som täcker ett brett spektrum av psykiska tillstånd, inklusive förebyggande av självmord och självskada, med syfte att optimera vårdleveransen. Intressenter och hälso- och sjukvårdspersonal uppmuntras att utnyttja dessa riktlinjer för att förbättra den psykiatriska vården, vilket främjar en mer omfattande och tillgänglig strategi för leverans av psykiatrisk vård över hela världen.

NASP har medverkat i uppdateringsprocessen på flera nivåer: både som medlemmar av Guideline Development Group som bidrar till granskningen av bevis - genom att utföra rigorösa litteraturöversikter och sammanställningar av bevis - och som en del av den expertgrupp som formulerade de slutgiltiga riktlinjerna.

Stöd till kommunala, regionala och statliga aktörer om strategiskt folkhälsoarbete

NASP samverkar med forskare, kommuner, regioner och myndigheter i syfte att stödja en bred utveckling av det suicidpreventiva arbetet. Vi tillhandahåller aktuella och evidensbaserade kunskapsunderlag som baseras på återkommande systematiska litteratursökningar och sammanställningar av internationell och nationell suicidforskning, och delvis på internationellt erfarenhetsutbyte via andra aktörer inom suicidprevention t.ex., WHO, World Psychiatric Association (WPA), the European Psychiatric Association (EPA), International Academy of Suicide Research (IASR), International Association of Suicide Prevention (IASP), European Brain Council (EBC).

NASP får regelbundet in olika typer av frågor från kommuner och regioner i Sverige rörande självmord och självmordsprevention. De vanligast förekommande frågorna är allmänna frågor om självmordsstatistik, riskfaktorer och önskemål om vidare utveckling eller tolkning av självmordsstatistik för specifika områden samt förfrågningar om att ge föreläsningar, konsultationer vid genomförande av insatser och stöd till arbete med handlingsplaner för självmordsprevention. Samtliga frågor besvaras utifrån den senaste vetenskapliga evidensen i kombination med den expertis som finns inom NASP:s organisation. En viktig del av vår verksamhet består därför i att fungera som expertrådgivare och medarbetare har en konsultativ roll i olika frågor som rör självmord och självmordsprevention. NASP ger även metodstöd till kommunala, regionala och statliga organ beträffande tolkning av suicidstatistik och preventiva metoder.

Kartläggning och uppföljning av pågående självmordsförebyggande aktiviteter

NASP har, enligt en läns gemensam överenskommelse, i uppdrag att stödja och följa kommuner inom Stockholms län och deras arbete med suicidpreventiva handlingsplaner. Under 2023 fick NASP även fått ett uppdrag att fördjupa uppföljningen av detta arbete.

Det stöd som NASP erbjuder gällande utformning och innehåll i handlingsplanerna tillhandahålls bland annat genom:

- information på respi.se för inspiration och fakta om suicidprevention genom redovisning av evidensbaserade befolkningsinriktade suicidpreventiva åtgärder och stöd- och referensmaterial för hur en handlingsplan kan utformas och vad den kan innehålla.
- samtal och diskussion per telefon, mejl eller vid digitala möten.
- synpunkter på förslag till handlingsplan.

Enligt den senaste uppföljningen hade suicidpreventiva handlingsplaner antagits i nio av Stockholms läns 26 kommuner – varav sju var på gång. Överlag så varierar innehållet i handlingsplanerna, men de flesta har utformat dem i enlighet med de förslag som presenteras i det stödmaterial som finns tillgängligt på respi.se.

Suicid i transportsystemet

Under 2023 har NASP arbetat med – och agerat sakkunniga – i flera större projekt. NASP arbetar främst i samverkan med Trafikverket och SL (Region Stockholms Trafikförvaltning). NASP har till exempel haft en rådgivande roll och stöttat SL:s under året i samband med att de:

- implementerat förstärkt säkerhetskommunikation på 8 stationer i Stockholm
- planerat en intervention med informationsmaterial på tunnelbaneplattformar tillsammans med organisationen Mind
- arbetat med en handlingsplan för suicidprevention inom SL:s spårbundna trafik

Vidare har NASP anlåtts som konsult av flera organisationer för att arbeta med suicidprevention i transportsystemet, till exempel Trafikverket, SL, Region Stockholm, VTI (Statens väg- och transportforskningsinstitut) och flera av Sveriges övriga regioner och kommuner. NASP har även deltagit i kunskapshöjande insatser och genomfört föreläsningar hos flera aktörer, exempelvis Region Värmland, Rättsmedicinalverket, Region Skåne, Varbergs kommun och Trafikverket. Totalt har NASP genomfört strax över 20 föreläsningar om suicid i transportsystemet under verksamhetsåret 2023.

Konferens ”Suicidprevention i spårbunden trafik” och nätverksmöte

Den 4–5 december möttes nationella och internationella forskare, infrastrukturägare, sakkunniga och intressenter för att lyssna till och diskutera goda exempel på självmordsförebyggande åtgärder inom den spårbundna trafiken. Bakom arrangemanget stod NASP, med finansiering från Karolinska Institutet, Region Stockholm och Trafikverket.

Heldagskonferensen, den 4:e december, var tillägnad forskning och erfarenheter av suicidprevention på järnväg och tunnelbana. Cirka 150 personer deltog på evenemanget och den primära målgruppen var tjänstepersoner som arbetar med infrastrukturfrågor inom Sverige. Efterföljande dag möttes ”Trespass and Suicide Prevention Network” (TreSP-Network) som organiseras av internationella järnvägsunionen (UIC) och består av infrastrukturägare och experter från hela världen. Nätverksträffen var den 8:onde i sin ordning och under mötet presenterade NASP sina kunskaper och erfarenheter inom självmordsprevention i det svenska transportsystemet samt tog del av övriga medlemmars erfarenheter och implementeringar av suicidpreventiva aktiviteter. Dagen avslutades med ett platsbesök på tunnelbane- och pendeltågstationer i Stockholm, bland annat för att ta del av innovativa åtgärder som byggts av Trafikverket och SL och utvärderats av NASP.

Utveckling av webbplats om suicidskydd i offentlig miljö

Under hösten 2023 påbörjade NASP utvecklandet av en webbplats, med arbetsnamnet Means restriction (sve. begräsning av medel), vars syfte är att tillhandahålla specifik information om hur suicidskydd i den offentliga miljön bör konstrueras samt visa exempel på väldesignade suicidskydd från olika platser runt om i världen. Målgruppen för webbsidan är aktörer som arbetar med, eller beställer, suicidpreventiva åtgärder vid offentliga högriskmiljöer, som till exempel broar. Materialet på webbplatsen kommer endast att vara tillgängligt för professionella som arbetar inom området. Endast personer med ett konto (godkända av NASP) kommer kunna ta del av den detaljerade informationen om olika suicidskydd och dess utformning. Webbplatsen kommer att lanseras under 2024.



Skalbara insatser

BIC

Lågintensiv uppföljningsintervention, eller Brief Contact Intervention (BCI), är en metod där man regelbundet och på ett systematiskt sätt följer upp personer som har en förhöjd suicidrisk (t.ex. identifierade av vården) via telefon, brev, sms eller liknande för att förmedla medmänskligt stöd och omtanke. Uppföljningen behöver inte utföras av en psykiater eller annan typ av läkare utan även personal utanför hälso- och sjukvården, som har tränats för just detta ändamål, kan genomföra interventionen. BCI har i studier visat sig signifikant minska dödligheten i suicid hos patienter med tidigare suicidförsök^{1,2,3}. Interventionen är därmed vetenskapligt prövad, kostnadseffektiv, skalbar och kan erbjudas alla riskgrupper.

1 Fleischmann, A., Bertolote, J. M., Wasserman, D., Leo, D. D., Bolhari, J., Botega, N. J., Silva, D. D., Phillips, M., Vijayakumar, L., Varnik, A., Schlegel, L., & Thanh, H. T. (2008). Effectiveness of brief intervention and contact for suicide attempters: a randomized controlled trial in five countries. *Bulletin of the World Health Organization*, 86(9), 703–709.

2 Riblet, N. B. V., Shiner, B., Young-Xu, Y., & Watts, B. V. (2017). Strategies to prevent death by suicide: Meta-analysis of randomised controlled trials. *British Journal of Psychiatry*, 210(6), 396–402.

3 Inagaki, M., Kawashima, Y., Kawanishi, C., Yonemoto, N., Sugimoto, T., Furuno, T., Ikeshita, K., Eto, N., Tachikawa, H., Shiraiishi, Y., & Yamada, M. (2015). Interventions to prevent repeat suicidal behavior in patients admitted to an emergency department for a suicide attempt: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 175, 66–78.

Låsbara medicinskåp

Under 2021 visade statistiken på en betydande ökning av nya fall av avsiktlig självskada i Sverige, särskilt bland kvinnor i åldern 12–17 år, varav de flesta av fallen involverade förgiftning. Det var denna samhällsutveckling som var den drivande faktorn bakom de första planeringsaktiviteterna som genomfördes inom projektet med låsbara medicinskåp, ett projekt som initierades av NASP.

Huvudmålet med projektet är att minska antalet fall av avsiktlig självskada (genom förgiftning) bland barn och ungdomar i Stockholms län – primärt genom att minska återfall av självskadande beteende.

Ett låsbart medicinskåp kommer distribueras till familjer vid BUP Akuten i Stockholm vars barn uppvisar självskadande beteende genom förgiftning (till exempel paracetamol). Därefter sker en uppföljning av återfall hos barnet. Projektet kommer att utvärderas i en randomiserad kontrollerad studie (RCT) och är ett samarbete mellan NASP och Centrum för psykiatrforskning (CPF).

SAFETY-projektet

Sektionen Intensiv öppenvård inom BUP i Region Stockholm är en nybildad sektion som ansvarar för handläggning och vård av barn och unga med allvarlig psykiatrisk problematik, hög samsjuklighet och låg funktion, med syftet att kunna erbjuda en personcentrerad sammanhållen vård på ett patientsäkert sätt.

En stor andel av dessa barn och unga har, utöver neuropsykiatriska funktionsvariationer och diagnoser såsom depression eller ångestsyndrom, också suicidtankar och självskadebeteende. Många har gjort ett eller flera suicidförsök.

Syftet med projektet är att implementera och utvärdera två transdiagnostiska familjebehandlingar (SAFETY och Supportive Therapy) riktade mot suicidala barn och ungdomar och deras familjer inom ramen för vårdprocesser för suicidprevention och självskadebeteende. Projektet finansieras delvis av Hälso- och sjukvårdsförvaltningen (HSF), delvis av forskningsmedel och är ett samarbete mellan NASP och Centrum för psykiatriforskning (CPF).

Insatser i tunnelbanesystemet: förstärkt säkerhets-kommunikation

I detta projekt implementerades ett utökat vitt område början och slutet av tunnelbanepattformarna – som tydliggörs med en gul linje och skyltar som beskriver, hur man som resenär, ska stå i väntan på tåg. Denna intervention anses ha en suicidpreventiv effekt genom att minska antalet resenärer som befinner sig på det område på plattformarna där ett potentiellt suicidförsök är allvarligast, och därmed även ökar sannolikheten till upptäckt och mänskligt stöd.

Rekommendationer för suicidpreventiva åtgärder – RESPI

RESPI (respi.se) är ett webbaserat kunskapsunderlag som dels innehåller beskrivningar av evidensbaserade befolkningsinriktade insatser för att minska suicid, dels redogörelser av olika ”förutsättningar” som NASP anser nödvändiga för ett fungerande nationellt, regionalt och lokalt suicidpreventivt arbete. RESPI inkluderar även handlingsplaner och stödmaterial som NASP har tagit fram eller som andra aktörer inom fältet suicidprevention bidragit med. Målet med RESPI är att sprida evidensbaserade befolkningsinriktade insatser för att stödja olika aktörer i svenska regioner och kommuner (men även andra intressenter) i deras prioriteringar och val av suicidpreventiva insatser som har vetenskapligt stöd.

RESPI är baserat på systematiska litteraturgranskningar av vetenskapligt utvärderade suicidpreventiva insatser som publicerats efter 2016. Tidigare sammanställningar av evidensläget kring suicidprevention finns dokumenterat i två omfattande systematiska litteraturöversikter¹² vilket användes som en utgångspunkt när evidens publicerad efter dessa sammanställningar granskades och sammanfattades.

1 Mann, J. J., Apter, A., Bertolote, J., Beautrais, A., Currier, D., Haas, A., Hegerl, U., Lonnqvist, J., Malone, K., Marusic, A., Mehlum, L., Patton, G., Phillips, M., Rutz, W., Rihmer, Z., Schmidtke, A., Shaffer, D., Silverman, M., Takahashi, Y., ... Hendin, H. (2005). Suicide prevention strategies: a systematic review. *JAMA*, 294(16), 2064–2074.

2 Zalsman, G., Hawton, K., Wasserman, D., Heeringen, K. van, Arensman, E., Sarchiapone, M., Carli, V., Höschl, C., Barzilay, R., Balazs, J., Purebl, G., Kahn, J. P., Sáiz, P. A., Lipsicas, C. B., Bobes, J., Cozman, D., Hegerl, U., & Zohar, J. (2016). Suicide prevention strategies revisited: 10-year systematic review. *The Lancet Psychiatry*, 3(7), 646–659.

År 2022 tillsattes en arbetsgrupp på NASP som påbörjade en process med att granska och uppdatera det vetenskapliga underlaget genom att granska relevant litteratur som publicerats efter den senaste uppdateringen 2018. Under 2023 färdigställdes arbetet med litteraturöversikten som bestod av systematiska forskningsöversikter, metaanalyser och originalstudier publicerade mellan 20 september 2018 och 31 augusti 2022. Totalt identifierades 2158 artiklar. Samtliga artiklar granskades av tre av varandra oberoende personer för att identifiera relevanta publikationer. Totalt identifierades 54 publikationer som relevanta, och dessa låg till grund för uppdateringen av RESPI under 2023.

Vid de årliga litteraturöversikterna granskas varje insatsområde i sin helhet och om evidensen motiverar till det uppdateras rekommendationsnivån/evidensgraden.

Projektet initierades 2018 av Hälso- och sjukvårdsförvaltningen i Region Stockholm och lanserades först som en betaversion (som en E-bok). I samband med lanseringen fick flera intressenter möjlighet att ge sin feedback till innehållet och dess struktur och år 2020 lanserades första versionen av webbplatsen respi.se.

Journalgranskning

År 2020 fick NASP – efter godkänd etikansökan – tillstånd att granska journaler för personer avlidna i säkra suicid inom Stockholms län under året 2015. Studien omfattar 230 personer och bygger på journaler hämtade från psykiatri, primärvård och somatisk specialistvård.

Journalgranskningsstudien är ett landsomfattande projekt där forskare från flera regioner och kommuner medverkar. Syftet med studien är att titta på vilken kontakt de här personerna haft med sjukvården innan, vad har det ställts för diagnos och vilka symptom har personerna sökt för.

Nästan 90% av de 230 individerna som avlidit i suicid hade någon vårdkontakt de senaste 24 månader, 60% hade en vårdkontakt inom de sista 4 veckorna i livet och ca 14,3 % inom ett dygn före suicid. Fördjupade studier pågår om frågor som är svårare att undersöka via register, som till exempel vårdkontaktens natur, vilka typer av problematik som togs upp vid olika vårdkontakter, osv.





Metodstöd till media

Forskning har visat att bristfällig och sensationsartad rapportering om suicid i medier kan leda till ytterligare suicid och suicidförsök, men att en ansvarsfull och balanserad rapportering kan bidra till att upplysa allmänheten om suicidproblematiken och därigenom främja det suicidpreventiva arbetet.

Yrkesverksamma inom media spelar därför en viktig roll i det suicidpreventiva arbetet. NASP arbetar för att öka kunskapen om hur rapportering och framställningar av suicidrelaterade händelser kan påverka suicidrisken och hur denna risk kan minskas. Vidare tar NASP fram, publicerar och sprider stödmaterial, metodstöd, och stödstrukturer till mediebranschen.

Under 2023 initierades ett medieråd om rapportering om självmord – med avstamp i Världshälsoorganisationens rekommendationer – till vilken flera medieorganisationer, institutioner och relevanta aktörer ur civilsamhället bjöds in. Tanken är att gemensamt diskutera självmord och hur det presenteras i media, dess inverkan på befolkningen och vilket stöd respektive mediekoncern behöver för att känna att de kan rapportera om självmord på ett sätt som inte bidrar till negativa påföljder, som till exempel att uppmuntra till självmordshandlingar. Det huvudsakliga syftet är att skapa ett forum för diskussion och dialog om hur rapportering och framställningar om suicid kan ske på ett ansvarsfullt och balanserat sätt, samt hur medieorganisationer kan medverka i ett mer övergripande suicidpreventivt arbete. Ett medieråd som kan verka över tid ger möjligheter att presentera forskning och nya rön inom området suicid och medier, samt löpande kunna diskutera medieorganisationernas frågor och möjliga ambivalens kring hur rapportering och framställningar kring suicid bör hanteras.

I medierådet finns representanter från flera organisationer och institutioner som Sveriges Radio, SVT, Dagens Nyheter, Svenska Dagbladet, Länsstidningen Östersund, Tidningsutgivarna, Medieombudsmannen, Statens medieråd samt forskare och intresseorganisationer som arbetar med suicidprevention (Karolinska Institutet, Stockholms universitet, Suicide Zero och Mind).

Forskning och verksamhets- utveckling

De projekt som presenteras i denna sektion är finansierade av externa forskningsanslag samt statsanslaget till KI för Forskning och utbildning på forskarnivå.

Epidemiologisk bevakning av suicid

NASP har till uppgift att följa självmordsutvecklingen i Sverige samt att följa utvecklingen i Europa och världen i övrigt, vilket inkluderar även att studera associationer mellan suicidtal och avgörande faktorer som kan påverka suicidtalerna, att identifiera möjligheter till suicidpreventiva insatser och att analysera svensk och internationell självmordsstatistik.

En central aktivitet är epidemiologisk bevakning av suicid och självsador/suicidförsök på riksnivå, regionnivå och kommunnivå. Detta sker främst genom att inhämta statistik från Socialstyrelsens kvalitetsregister och statistikmyndigheten SCB. Bearbetade data presenteras på NASP:s statistiksidor (<https://ki.se/nasp/statistik>). På statistiksidorerna görs årliga uppdateringar av statistiken kring suicid och självsador/suicidförsök på nationell och länsnivå. På webbsidorerna beskrivs övergripande trender – exempelvis tidstrender (inklusive pandemirelaterade trender) - på ett lättillgängligt sätt.

NASP sammanställer, tolkar och analyserar även epidemiologiska rapporter på begäran från andra aktörer som presenteras i skräddarsydda rapporter. Under kalenderåret 2023 levererade NASP totalt 68 epidemiologiska läns- och kommunsstatistikrapporter till 18 av Sveriges 21 län, som i sin tur inkluderade detaljerade rapporter för 264 (90%) av Sveriges 290 kommuner. Rapporterna omfattar dock inte detaljerade statistiska uppgifter för kommuner där invånarantalet är litet (<10 000 invånare).

Enligt statistiken från Socialstyrelsens dödsorsaksdatabas dog 1555 personer, 15 år och äldre, i suicid i Sverige 2022 (motsvarande 17,97 per 100 000 invånare). 1098 var män och 457 var kvinnor. Statistiken inkluderar både säkra självmord och dödsfall med oklar avsikt (så kallade "osäkra självmord"). Av dessa dödsfall var 20% osäkra självmord.

Suicid och covid-19-pandemin

I samband med publicering av självmordsstatistiken för 2022 uppmärksammade NASP risken för ökande självmord i samband med covid-19-pandemins avtagande och upphörande. Under pandemin, 2020, registrerades det lägsta självmordstalet för den svenska befolkningen (15 år eller äldre) sedan 1980 (17,0 per 100 000 invånare). Minskningen var i stort sett i linje med den allmänna nedåtgående trend som observerats sedan millennieskiftet.

Under 2021 och 2022 observerade NASP en liten ökning av antalet självmord (jämfört med 2020), men detta kunde inte betraktas som statistiskt avvikande.

Med hänsyn till de stegvis ökande siffrorna för åren 2021 och 2022 ansåg NASP att en förstärkt beredskap med självmordspreventiva insatser var att rekommendera, särskilt genom implementering av evidensbaserade interventioner. Detta gällde inte minst eftersom lågkonjunktur, krig och andra samhällsförändringar tog vid efter pandemins slut.

Statistik

Statistiken som presenteras på NASP:s webbsida grundas på Socialstyrelsens dödsorsaksregister och patientregistret. Data från databaserna bearbetas vidare av NASP.



Sverige

[Självmord](#)

[Självmord \(varje län\)](#)

[Självmordsförsök](#)



Stockholms län

[Självmord](#)

[Självmordsförsök](#)

Arbetar du för en region eller kommun och önskar att få hjälp med framtagning och tolkning av statistik till en handlingsplan för suicidprevention? Då kan du skicka ett mejl till oss så hjälper vi dig.

[Kontakta oss](#)

ki.se/nasp/statistik

Livskartor baserat på journaler för individer 0–24 år

Som en fortsättning på arbetet med Journalgranskning, i vilket NASP skapat en nationell databas med systematiskt insamlad information om vård före självmord, genomför vi även en kvalitativ analys för att fördjupa vår kunskap.

I detta forskningsprojekt skapar vi livskartor baserat på patientjournaler för individer i åldrarna 0–24 år som tog sina liv i Stockholm 2015. Genom att kartlägga vårdinteraktioner och viktiga livshändelser från medicinska journaler får vi en djupare förståelse för patienternas vårdresa och deras upplevda, kommunicerade och dokumenterade påfrestningar fram till självmordet. Visualiseringen av dessa livskartor hjälper oss att förstå samspelet mellan personliga, sociala och miljömässiga influenser över tid och att identifiera mönster samt individuella upplevelser.

All känslig personlig information anonymiseras tidigt i processen för att skydda patienternas integritet.

Låsbara medicinskåp

Under 2021 visade statistiken på en betydande ökning av nya fall av avsiktlig självskada i Sverige, särskilt bland kvinnor i åldern 12–17 år, varav de flesta av fallen involverade förgiftning. Det var denna samhällsutveckling som 2022 initierade NASP ett projekt i Stockholms län, med bakgrund till denna samhällsutveckling, för att undersöka effekterna av att distribuera låsbara medicinskåp till familjer vars barn uppvisar självskaðebeteende genom förgiftning.

År 2023 levererades hälften av de låsbara medicinskåpen som beställdes i Q4 2022 (cirka 1 250 enheter) till NASP. Ett samarbete etablerades mellan Barn- och ungdomspsykiatri (BUP), CHIS och Centrum för psykiatrforskning (CPF), med ytterligare stöd från KI, för att utvärdera interventionens effektivitet i att förebygga upprepad självskada bland svenska barn och ungdomar.

Ett utvärderingsprotokoll utformades genom samarbete mellan enheterna, vilket säkerställer vetenskaplig kvalitet och praktisk genomförbarhet. Protokollet fick interna godkännanden från Hälso- och sjukvårdsförvaltningen (HSF), BUP, BUP Akuten, CPF och Psykiatrins Ledningsgrupp (PLG) vid SLSO, och väntar nu på slutgiltigt etiskt godkännande från Etikprövningsmyndigheten.

Etikansökan förbereddes i Q4 2023 och lämnades in i Q1 2024.

Stöd till efterlevande

NASP inledde 2022 ett projekt som syftar till att utarbeta och utpröva en modell för uppsökande stöd för efterlevande vid suicid i Stockholms län.

Projektet började med en kartläggning av redan tillgängliga resurser i Stockholms län samt intervjuer med andra aktörer som utarbetat modeller för stöd till efterlevande, eller som bedömdes ha annan kunskap av värde för projektet. Utifrån sammanställning av intervjuer och aktuellt forskningsläge har ett koncept för stöd samt en kontaktkedja utarbetats. Kedjan tar sin början i polisens kontakt med familjer efter suicid. Utformning av en folder till efterlevande påbörjades. Förberedelser vidtogs för att kunna inleda en pilotomgång av projektet under 2023.

I pilotomgången ska stöd erbjudas till 20–30 barn och unga som förlorat närstående i suicid. Insatsen ska vara medmänskligt stödjande med psykoedukativa inslag, främja en förståelse för suicid – fri från stigmatisering – samt normalisera egna och andras reaktioner i sorg och kris. Projektet finansieras av Hälso- och sjukvårdsförvaltningen Region Stockholm.



Suicidprevention i transportsystemet

Arbetet med suicid i transportsystemet initierades av NASP tillsammans med Trafikverket år 2020. Det övergripande syftet är att bidra till utvecklingen av det suicidpreventiva arbetet i transportsystemet och andra offentliga platser. Med detta arbete hoppas NASP kunna: bidra till en ökad förståelse för fenomenet; rekommendera suicidpreventiva metoder samt utvärdera de åtgärder som infrastrukturägare implementerat med syfte att förebygga suicid och personpåkörningsolyckor.

Under verksamhetsåret har NASP varit delaktiga i en utredning av Trafikverkets arbete för att nå regeringens etappmål 2030 som anger att antalet omkomna i den spårbundna trafiken ska halveras – en utredning där man undersöker dels det som gjorts historiskt, dels förslag på åtgärder för att öka sannolikheten att nå målet samt arbeta i riktning mot nollvisionen.

I början av verksamhetsåret genomfördes en kartläggning av förekomsten av suicid genom hopp från broar utifrån dokumentation från Rättsmedicinalverket. Kartläggningen resulterade i rapporten Suicid vid broar i Sverige, i vilken det redogörs för fysiska omständigheter såsom tid och plats samt eventuella biologiska, psykologiska och sociala faktorer. Utifrån kartläggningen, och statistiska effektutvärderingar av existerande suicidskydd i Sverige, diskuteras standarder ("best practice") för hoppsskydd från broar.

Utöver ovan nämnda projekt har NASP genomfört fördjupningsstudier om förekomsten av suicid i transportsystemet, främst med fokus på järnvägs- och vägtrafik.

NASP har publicerat flera artiklar med koppling till suicidprevention i transportsystemet. En av studierna undersökte arbetsrelaterad stress och arbetstillfredsställelse hos tågförare i Sverige. Med hjälp av en enkät kunde man samla in data från 251 lokförare. Resultaten visade att lokförare upplevde hög stress på grund av personpåkörningar på grund av olyckshändelser och suicid, tidspress, trafikstörningar, och arbetsmiljö.

Själv mord är vanligt förekommande i järnvägsmiljöer och ett allvarligt problem. Inom EU sker årligen ca 2500 självmord på järnväg. I det svenska järnvägs- och tunnelbanesystemet sker ca 85 självmord per år, oftast till följd av person-under-tåg-incidenter (s.k. PUT-incidenter). I en annan studie, genomförd vid NASP, kunde man se att implementering av långsgående staket vid plattformarnas ände visade stor effekt på att minska antalet otillåtna spårbeträdanden och förseningar i trafiken, samtidigt såg man också en tendens till färre antal personpåkörningar och suicid. Staket är en relativt billig och skalbar metod som har potential att förebygga självmord och dess allvarliga effekter på fler platser i järnvägssystemet men bör studeras vidare då det endast är en pilotstudie och det finns osäkerheter om effektstorlekar och eventuellt bakomliggande variabler.

BCI

Lågintensiv uppföljningsintervention, eller Brief Contact Intervention (BCI), är en metod där man regelbundet och på ett systematiskt sätt följer upp personer som har en förhöjd suicidrisk (t.ex. identifierade av vården) via telefon, brev, sms eller liknande för att förmedla medmänskligt stöd och omtanke.

För att utvärdera genomförbarheten av metoden i en svensk kontext började NASP redan 2022 planera inför en pilotstudie och 2023 lades grunden för projektet. Pilotstudien har två övergripande mål:

1. att utveckla en metod för BCI som kan tillämpas i en svensk kontext och skalas upp för en bredare implementering;
2. att minska suicidrisken hos suicidnära personer.

Ett avtal har skrivits mellan föreningen Mind – som arbetar med psykisk hälsa och suicidprevention – och KI där det framgår att Mind kommer att avsätta resurser för att bedriva uppföljningssamtalen. Mind har lång erfarenhet av arbete med psykisk hälsa och bedriver sedan 2015 Självmordslinjen där de under 2022 mottog 69 000 samtal. Mind:s erfarenhet och perspektiv har varit värdefullt i arbetet att ta fram en fungerande pilot.

I samverkan med Mind har NASP tagit fram ett protokoll och schema för uppföljningssamtalen. Vidare har NASP etablerat pilotprojektet hos Socialförvaltningen i Stockholm stad som kommer vara den första instansen att hänvisa deltagare till piloten. NASP och Mind har tillsammans utvecklat en självansmälan på Mind:s webbplats där potentiella deltagare kan anmäla sig. Även material och webbsidor som beskriver piloten har utvecklats.

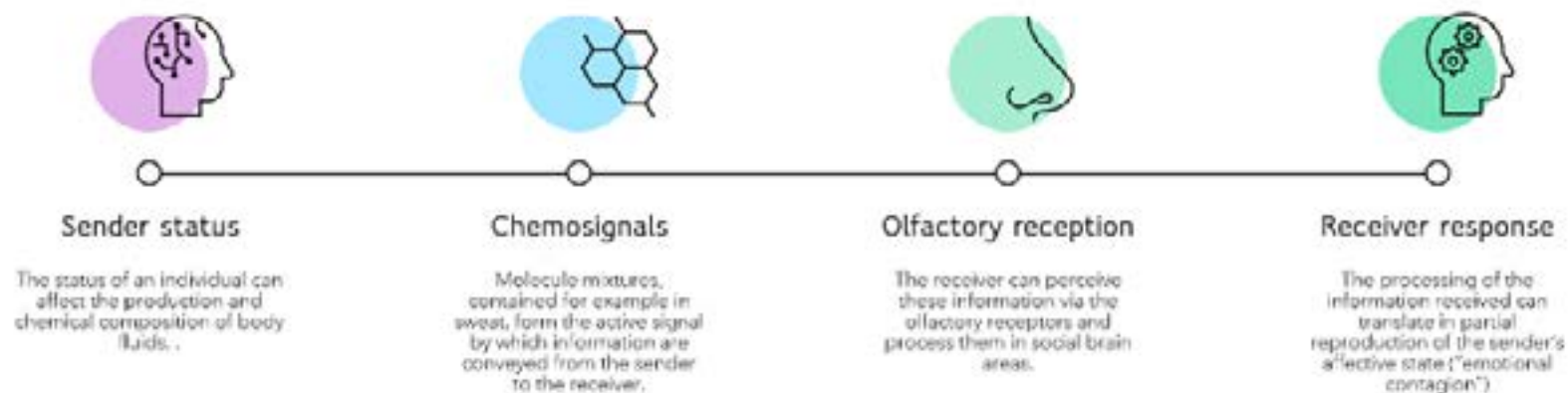
Pilotprojektet planeras att pågå under ett år med start 2024.

Promoting Social Interaction Through Emotional Body Odours – POTION

Förutom väletablerad mänsklig social kommunikation, som den som sker genom visuella eller auditiva signaler, har vårt luktsinne nyligen blivit ett intressant ämne. Till skillnad från andra former av sensorisk kommunikation är doftsignaler vanligtvis utsända oavsiktligt av individer ("avsändare") och omedvetet uppfattade av andra ("mottagare"). Detta har visat sig leda till en delvis reproduktion av avsändarens affektiva tillstånd hos mottagarna (såsom mätbara förändringar i ansiktsmuskulatur eller pupilldilatation). Tillsammans med 10 europeiska forskningscentrum deltar NASP i det EU-finansierade POTION-projektet, som syftar till att förstå doftsignalernas

natur och deras påverkan på människor – särskilt användningen av doftsignaler för att förbättra förståelsen och behandlingen av psykiatriska tillstånd. Med tanke på den ökande förekomsten av affektiva syndrom som social ångest och depression, särskilt i ljuset av covid-19-pandemin, är det avgörande att hitta sätt att förbättra behandlingarna för sådana tillstånd. NASP undersöker specifikt effekten av mänskliga doftsignaler hos patienter som upplever affektiva och sociala syndrom. Mer specifikt samarbetar vi med projektets partners för att genomföra studier som testar potentialen hos doftsignaler för att förbättra behandlingen av patienter med depression och social ångest.

År 2022 slutfördes den första kliniska studien som testade möjligheten att använda doftsignaler för att förbättra en kort mindfulness-terapi hos en grupp kvinnor i åldern 18 – 35 år med ångest eller depression. Resultaten



visade att doftsignaler förstärkte fördelarna med mindfulness hos personer med social ångest, jämfört med dem som utförde mindfulness utan doftsignaler. Dock visade det sig att detta inte gällde för personer med depression som genomgick samma mindfulness-intervention. För att replikera och bygga vidare på dessa resultat genomförs för närvarande större och mer robusta studier.

Potentialen hos doftsignaler att förbättra psykisk hälsa är lovande, särskilt med tanke på de växande utmaningarna med ökad psykisk ohälsa globalt vilket kräver mer effektiva och nyskapande behandlingsalternativ.

Mer information

Webb: <https://potionh2020.com/>

X: [@PotionProject](#)

Finansiering

POTION-projektet och dess studier finansieras av Europeiska kommissionens H2020-ramprogram, bidragsnummer 824153



Extended-Personal Reality: augmented recording and transmission of virtual senses through artificial-Intelligence – EXPERIENCE

EXPERIENCE syftar till att revolutionera sättet vi skapar och delar upplevelser med hjälp av Virtual Reality (VR)-teknik, förstärkt av Artificiell Intelligens (AI). Målet är att göra det möjligt för vem som helst att skapa och dela sina egna unika VR-upplevelser – så kallade “utökade personliga verkligheter”. Dessa utökade personliga verkligheter är personifierade VR-miljöer som automatiskt genereras från användarens neurofysiologiska data, samt ytterligare psykologisk, kognitiv, neurofysiologisk och beteendemässig information. Syftet är att fånga och analysera användarens subjektiva upplevelse och översätta den till en skräddarsydd virtuell miljö. När en annan användare går in i denna miljö kan de “återuppleva” samma upplevelse tack vare en kombination av olika manipulationer – visuella, auditiva och taktila stimuli, rum-tidsmanipulation samt flera typer av biologisk feedback. Det är som att kliva i någon annans skor och uppleva världen genom deras ögon (och känslor). Denna nyskapande metod för att dela upplevelser har potential att förbättra sociala interaktioner.

NASP deltar främst i testning av kliniska tillämpningar av virtuell verklighet och senare även de utökade personliga verkligheterna. Nuvarande diagnos-



tiska protokoll för affektiva störningar bygger till stor del på självrapporter och verbal kommunikation mellan patienter och psykiatriska yrkesverksamma. Denna process kan vara föremål för olika utmaningar och snedvridningar, vilket påverkar noggrannheten i diagnos och behandling. EXPERIENCE-projektet har en lovande lösning för att hantera några av dessa utmaningar genom att ta bort kommunikationsbarriären och direkt observera beteende i VR – därmed rör vi oss mot mer objektiva, datadrivna metoder.

Det första försöket har startat i Padua, Italien, där man testat en VR-miljö som är specifikt utformad för att utvärdera beteenden relaterade till depressiva symtom. Deltagarna utforskar ett virtuellt familjehem medan deras beteenden, ögonrörelser, kognition och fysiologi registreras. Insamlade data kommer att användas för att träna en maskininlärningsalgoritm i att kunna bedöma symtom. I takt med att projektets hård- och mjukvaruinfrastruktur utvecklas kommer vi att samla in mer och mer data för att förbättra systemets noggrannhet och effektivitet.

I grund och botten är EXPERIENCE-projektet en omfattande insats som samlar olika experter från olika områden för att förverkliga visionen om delade, personifierade VR-upplevelser. Från hårdvaru- till mjukvaruutveckling och vetenskaplig forskning bär detta samarbetsinitiativ en ambition om att omforma sociala interaktioner och erbjuda nya perspektiv för förståelse och behandling av affektiva störningar.

Mer information

Webb: <https://experience-project.eu>

Facebook: [@Experience Project H2020fet](#)

X: [@EXPERIENCE_FET](#)

LinkedIn: [@EXPERIENCE H2020 Project](#)

Finansiering

EXPERIENCE-projektet och dess studier finansieras av Europeiska kommissionens H2020-ramprogram, bidragsnummer 101017727.

Genetic Investigation of Suicide and Suicide attempt – GISS

GISS-projektet som bedrivs på NASP syftar till att försöka bidra med mer kunskaper på området genetik och självmordsförsök/själv mord. I GISS projekt studeras biopsykosociala och genetiska data för över 1000 Ukrainska personer som har begått självmordsförsök, inklusive 519 icke-suicidala personer och 660 kärnfamiljer. GISS data används även i storskaliga samarbetsprojekt ("meta-analyser") vid "Psychiatric Genomics Consortium" i s.k. "genome-wide association studies" (GWAS). Vidare övervakas och analyseras den vetenskapliga litteraturen på detta område, när nya rön kommer ut.

Kulturell anpassning av Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA)

Forskning har visat att psykisk ohälsa drabbar invandrar- och minoritetsgrupper i större utsträckning än majoritetsbefolkningen, samt att bristen på kulturellt och språkligt anpassad utbildning i psykisk hälsa begränsar tillgången till vård för psykiska besvär hos personer i invandrargrupper. Att nå utsatta grupper med preventivt och hälsofrämjande arbete är därför viktigt och ett sätt att göra det är att anpassa redan befintliga program. NASP har därför under 2023 initierat ett projekt som syftar till att undersöka behovet av en kulturell anpassning av MHFA-Sverige samt att med insikter från deltagare ta fram en kulturellt och språkligt anpassad variant av utbildningen.

Under 2023 har NASP gått igenom den litteratur som handlar om kulturella anpassningar av utbildningar i psykisk hälsa. Ett särskilt fokus har lagts på den internationella forskningen gällande anpassningar av MHFA. NASP har även tagit del av utvärderingar från tidigare kurser och samtalat med instruktörer om deras erfarenheter rörande behovet av en kulturell anpassning av MHFA.

Framöver förväntas detta undersökas vidare för att slutligen kunna resultera i en kulturellt anpassad MHFA-manual.

FORSKNING OCH VERKSAMHETSUTVECKLING

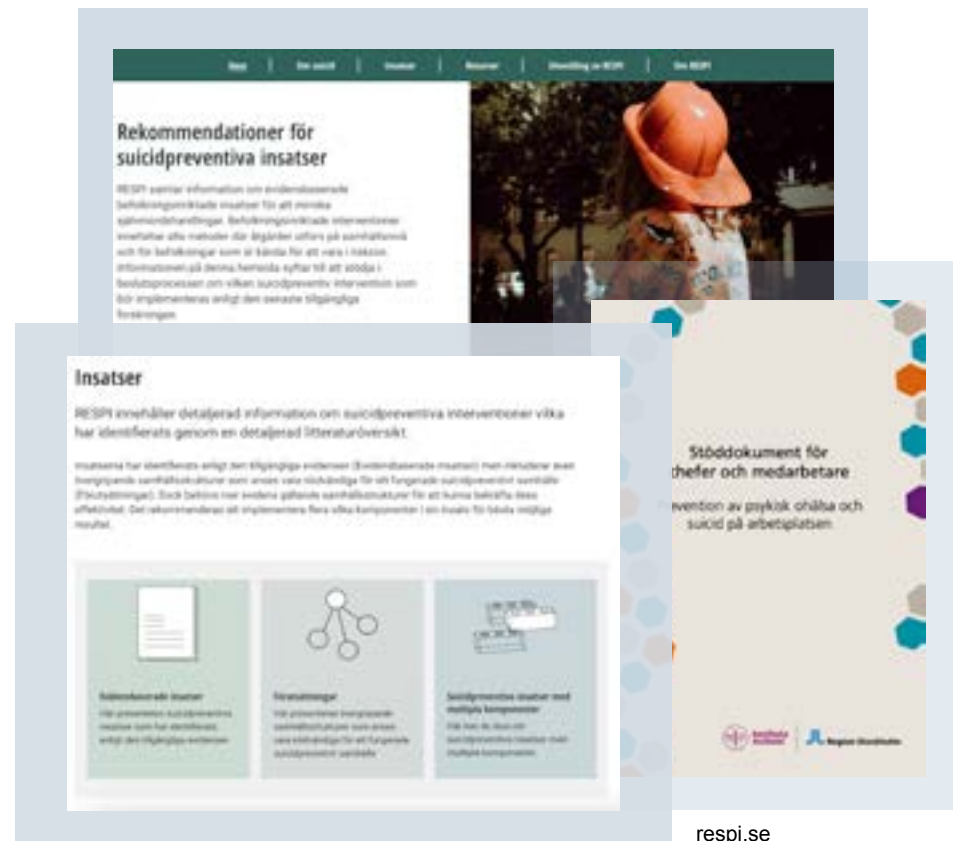


Informationsspridning och kunskapsöversättning

Webbaserade rekommendationer för suicidpreventiva insatser

RESPI, respi.se, är en webbplats som skapats och underhålls av NASP. Med RESPI syftar NASP till att överföra information och resultat från forskning till praktik som kan implementeras i Sveriges regioner och kommuner. Det är viktigt att stötta aktörer vad gäller val av insatser samt verka för att förstärka ett kunskapsbaserat arbetssätt. På RESPI finns även befintliga suicidpreventiva handlingsplaner från kommuner och regioner i Sverige att ta del av, samt stödmaterial anpassat för arbetsplatser som önskar arbeta med dessa frågor (se Stödmaterial för chefer och medarbetare).

Under verksamhetsåret 2023 hade RESPI 12 111 besökare av vilka 8004 var unika. Några av de mest besökta webbsidorna var ”Information om suicid och suicidprevention” (2496 besökare), ”Utveckling av RESPI” (1620 besökare), ”Evidensbaserade insatser i suicidprevention” (1608 besökare) och ”Resurser” (1506 besökare).



Stödmaterial för chefer och medarbetare

De flesta suicid sker bland personer som är i yrkesverksam ålder. Arbetsplatsen är därför en viktig arena för det suicidförebyggande arbetet. En god och hälsofrämjande arbetsmiljö är en skyddsfaktor när det kommer till psykisk ohälsa och självmord. Dock kan människor drabbas av svåra kriser som gör att det känns hopplöst att leva.

För att hjälpa chefer och medarbetare att tolka signaler, ställa svåra frågor och kunna agera när det behövs har NASP tagit fram ”Stöddokument för chefer och medarbetare – Prevention av psykisk ohälsa och suicid på arbetsplatsen” som finns publicerat på respi.se. Stödmaterialen består av ett kunskapsunderlag och två foldrar; en till chefer och en till medarbetare. Foldrarna kan användas som utgångspunkt och anpassas till lokala förhållanden.

Systematiskt och kunskapsbaserat stöd i suicidfrågor

Utöver behovet av sammanställd och användaranpassad suicidstatistik (se Epidemiologisk övervakning av suicid) finns det ett allmänt behov av kunskaps- och informationsspridning relaterat till suicid riktat till en bred målgrupp som innefattar allt ifrån enskilda privatpersoner, studenter, journalister, och intresseorganisationer till suicidpreventiva samordnare, myndigheter, forskare och vårdanställda.

NASP tar regelbundet emot frågor från olika svenska aktörer och arbetar målgruppsanpassat för att besvara samtliga frågor utifrån den senaste vetenskapliga evidensen i kombination med den expertkunskap som finns på NASP. Inom ramen för detta arbete genomförs omfattande litteratursökningar, kortare granskningar eller mer direkta konsultationer beroende på frågornas komplexitet och omfattning. Medarbetare på NASP verkar därmed som expertråd och har en konsulterande roll genom att erbjuda ett utbud av stödjande insatser som sträcker sig från att svara på frågor till att hålla i föreläsningar, tillhandahålla uppdaterad information om suicid och suicidprevention via online-resurser, samt delta vid ämnesrelevanta konferenser och seminarier.

Under 2023 inkom det cirka 160 ärenden till NASP:s funktionsmejl. Fjolårets siffra (150 ärenden) är snarlik. Totalsumman (158) bestod av 68 epidemiologiska statistikrapporter (43%) och 90 övriga ärenden (57%). Bland ärendena var intressenten i cirka 72% av fallen en kommun, region eller myndighet.

De 90 (57%) ärenden som kategoriserats som ”övriga” bestod av olika suicidrelaterade frågor. Frågorna gällde främst **evidens för suicidpreventiva åtgärder och forskningsrelaterade frågor (31%)**, **övriga statistiska dataunderlag och tolkningar (20%)**, **samarbetsförfrågningar och frågor om utbildningar (13%)**, **riskfaktorer för suicid (10%)**, **metodologisk rådgivning (8%)**, **myndighetsutredningar (3%)**, **studiearbeten (3%)** samt **övrig kommunikation (12%)**.

De största grupperna av intressenter/avnämare var **kommuner, regioner och myndigheter (29%)**. Övriga intressentgrupper var **skolor/studenter (16%)**, **forskare och universitet (13%)**, **journalister (13%)**, **vårdenheter (9%)**, **privatpersoner (7%)**, **intresseorganisationer (6%)** och **övriga avnämare (7%)**.

Konsultation och föreläsning om suicidpreventivt arbete

NASP samverkar med forskare, myndigheter, regioner/kommuner, intresseorganisationer, nätverk och företag för att främja och stödja ett lättillgängligt, evidensbaserat och jämställt suicidpreventivt arbete. Vi samlar in, sammanställer, syntetiserar och analyserar både kvantitativa och kvalitativa data. Kunskapen förmedlas sedan genom föreläsningar, riktade informationsinsatser, kampanjer, metodstödjande rådgivningar, rapporter och kommunikationsinsatser via internet.

NASP genomför kontinuerligt aktiviteter som sprider kunskap och information om suicid. Vidare har NASP erbjudit suicidpreventivt metodstöd genom föreläsningar till flera olika organisationer, bland annat Missing People och Scouterna.

Stöd till nationella styrdokument

Under 2023 har NASP bidragit med sin expertkunskap inom suicidprevention till arbetet med att ta fram förslaget på en ny nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention. Medarbetare från NASP har deltagit i möten med Folkhälsomyndigheten och Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) och har fört en dialog kring forskning och evidensbaserade insatser i suicidprevention. Vidare har NASP bidragit med förslag till innehållet i de insatsområden som är kopplade till Delmål 6: ett stärkt suicidpreventivt arbete.

Suicidpreventiva dagen

Den 10 september är den internationella suicidpreventiva dagen, en dag som lanserats av International Association for Suicide Prevention (IASP) och Världshälsoorganisationen (WHO) för att sätta arbetet med att förhindra självmord på agendan. Varje år uppmärksammas den suicidpreventiva dagen världen över med syfte att prata och öka kunskapen om att förebygga suicid. I samband med den internationella suicidpreventiva dagen anordnar NASP vid Karolinska Institutet och Region Stockholm en aktivitet som lyfter det självmordspreventiva arbetet på olika sätt.

2023 arrangerade NASP ett webinarium i samband med suicidpreventiva dagen på temat ”Suicidkommunikation på digitala plattformar”. Under webinariet fick åhörare lyssna till Michael Westerlund, universitetslektor Stockholms universitet och forskningspecialist vid NASP, som pratade om självmordsrelaterad internetanvändning samt Yvonne Andersson, utredare och analytiker Statens medieråd, som berättade om en översikt Statens medieråd genomfört kopplat till unga, medier och psykisk ohälsa. Avslutningsvis presenterade Gergő Hadlaczky om AI-chatbotar och självmordsprevention.



Bild genererad av Adobe Firefly

Nationella suicidpreventiva konferensen

Ett av NASP:s uppdrag – att sprida kunskap och information – innefattar att tillsammans med Folkhälsomyndigheten och en region/kommun i Sverige arrangera den nationella suicidpreventiva konferensen. Den nationella suicidpreventiva konferensen arrangeras vart annat år och respektive år utgår från ett specifikt tema. Syftet med konferensen är att skapa en plattform där beslutsfattare, myndigheter, organisationer och intressenter kan mötas och där de kan dela med sig av kunskaper och erfarenheter som kan främja det suicidpreventiva arbetet och bidra till samverkan.

2023 anordnades den 14:e konferensen i ordningen som ägde rum i Östersund, 25–26 oktober. Värddar för året var Region Jämtland Härjedalen och temat var ”Med samlad kraft för livet!”. Moderator var författare, journalist och programledare Frida Boisen.

Som huvudarrangör ingår bland annat att ta fram ett varierat och angeläget program. NASP hade även som sitt huvudansvar att samordna och kommunicera med samtliga föreläsare samt att ta fram ett ansökningsformulär för förslag på programpunkter och innehåll. En specifik programgrupp tillsattes för att granska samtliga ansökningar vars poängsättning låg till grund för det urval som sedan gjordes. En målsättning med det slutgiltiga urvalet bland ansökningarna var att försöka spegla den mångfald av insatser och angreppsområden som finns inom det självmordsförebyggande arbetet.

Flera programpunkter och medarbetare representerade NASP:s verksamhet under konferensen. NASP hade även en monter där besökare kunde ta del av olika projekt, utbildningar och informationsmaterial.

Plenarföreläsningar:

- Att köpa tid när den behövs som allra mest, **Gergö Hadlaczky**
- Hur kan framställandet av självmord i media påverka suicidtal och hur ser det ut i Sverige? **Michael Westerlund**

Seminarier:

- Skärmtid och psykisk ohälsa bland unga personer, **Sebastian Hökby**
- Sleep habits, quality, and chronotype in a large sample of Swedish adolescents: Associations with suicidal ideation and depression, **Theresa Lemke**
- Implementeringen av YAM i Region Stockholm, **Anna Johansson**
- Suicid vid broar i Sverige, **Anna-Lena Andersson**
- Skalbara interventioner för att förebygga suicid inom spårbunden trafik, **Johan Fredin-Knutzén**
- Kommunala, regionala och nationella faktorer förknippade med självmord över tid i Sverige – en longitudinell flernivåanalys, **Emma Eliasson**
- Äldre mäns psykiska ohälsa och risk för självmord, **Britta Alin Åkerman**
- Psykosociala faktorer dokumenterade hos unga som dog i suicid i Sverige 2015, **Linda Karlsson**

Stödmaterial för media

”Preventing suicide: A resource series” (Att förebygga självmord: ett stödmaterial) är ett initiativ från WHO som syftar till att tillhandahålla omfattande och praktiska resurser för individer, samhällen och myndigheter för att effektivt hantera och förebygga självmord. Denna resursserie består av evidensbaserad information, riktlinjer och strategier för att hjälpa till med att utveckla och implementera program och policys för självmordsprevention. Resursserien täcker ett brett spektrum av ämnen relaterade till självmordsprevention, från att förstå problemets omfattning till att identifiera riskfaktorer, implementera interventioner och utvärdera effektiviteten av förebyggande insatser. Innehållet baseras på noggrann forskning och evidens, vilket ger praktisk vägledning grundad i vetenskaplig kunskap och bästa praxis inom området för självmordsprevention. När WHO publicerar en ny, eller uppdaterad, resurs så är det NASP som ansvarar för att göra en svensk översättning och kulturellt anpassa innehållet utifrån svenska förhållningssätt.

Under 2023 lanserade WHO nya, uppdaterade riktlinjer gällande rapportering om självmord i media. I oktober lanserade NASP en översatt version av dessa riktlinjer. Under 2024 förväntas en uppdaterad och kulturellt anpassad version att lanseras.

Vanliga frågor och svar om självmord (FAQ)

2022 lanserade NASP en webbsida med en så kallad FAQ (”Frequently Asked Questions”), som innefattar vanliga frågor och svar rörande självmord. Syftet med FAQ:n är att tillgängliggöra information för allmänhet och professionella. Frågorna som adderas till FAQ:n baseras till stor del på återkommande frågor som skickats in till NASP:s funktionsmejl. 2023 arbetade en tillsatt arbetsgrupp med att identifiera relevanta frågor och formulera svar baserade på senaste tillgängliga vetenskapliga litteraturen. Nya frågor och svar förväntas adderas under 2024.

Publikationer

Utöver de vetenskapliga artiklar och det stödmaterial som NASP är involverade i så publicerar vi egna rapporter, faktablad och informationsmaterial för att på ett sammanhållet och enkelt sätt sprida och överföra den kunskap och de resultat som genereras via forskning, utveckling och implementering. Under 2023 sammanställdes två faktablad som summerade resultat och rekommendationer från två studier på tema psykisk hälsa hos unga i Stockholms län, med fokus på skärmtid respektive sömnvanor.

- Sämre psykisk hälsa bland unga när skärmtid försämrar stresshantering (Hökby, S., 2023)
- Sömnbrist kopplat till depression och suicidtankar bland ungdomar (Lemke, T., 2023)

Samtliga publikationer finns att tillgå via NASP:s två officiella webbplatser; ki.se/nasp och nasp.regionstockholm.se. För en lista över samtliga publikationer och artiklar från verksamhetsåret, se Lista över publikationer 2023.

Utbildning

Akut omhändertagande av självmordsnära person (AOSP)

Akut omhändertagande av självmordsnära person (AOSP)

AOSP är en utbildning som syftar till att stärka deltagarna i hur man kan agera om någon befinner sig i en självmordskris – samt att våga fråga, våga lyssna och att våga stanna kvar.

Utbildningen utvecklades i samband med projektet Självmordsprevention i Stockholms län (SPIS) – ett samarbetsprojekt mellan polis, Stockholms brandförsvaret, Ambulanssjukvården i Storstockholm AB, SOS Alarm, Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandestöd (SPES) och NASP. Syftet med utbildningen är att ge redskap och öppna upp för diskussion om hur man kan agera i en akut situation när en person överväger att ta sitt liv.

I ett första steg så vände sig utbildningen endast till blåljuspersonal; polis, räddningstjänst, ambulans eller SOS Alarm, som ofta är de som möter akut självmordsnära individer i sin yrkesroll – och som kan vara det första medmänskliga stödet på plats. Blåljuspersonal behöver också samverka sinsemellan och förhålla sig till regelverk som gäller specifikt för dem, något som också belyses i AOSP. Idag finns AOSP även anpassat för personer som inte har en koppling till blåljusorganisationerna men som ändå kan komma i kontakt med självmordsnära personer som till exempel fältarbetare, skolor och personal inom omsorg och sociala tjänster. Dessa två inriktningar benämns som AOSP-A (för allmänheten) respektive AOSP-B (för blåljus).

AOSP är utformat som en 8 timmar lång kurs och bygger på en serie videoföreläsningar som behandlar ämnen så som risk- och sårbarhetsfaktorer som är förknippade med psykisk ohälsa och självmord, myter, fördomar och bemötande. Deltagarna får även diskutera olika fallbeskrivningar och praktiskt prova på olika situationer i rollspel. Kursen hålls av två utbildade instruktörer som har genomgått en tre dagar lång instruktörsutbildning. Instruktörsutbildningen omfattar en grundläggande genomgång av psykiska besvär och tillstånd, kursens pedagogiska upplägg och kärnvärden samt de olika moment som ingår i AOSP-A respektive AOSP-B.

NASP förvaltar instruktörsutbildningar i AOSP (både för blåljus och för allmänheten) och utbildar nya instruktörer över hela Sverige som fortsätter att sprida AOSP-konceptet inom sin lokala kontext och/eller inom sin verksamhet. Utöver att anordna instruktörsutbildningar så ansvarar NASP för att både uppdatera, utifrån senaste forskningen och statistik, och tillgängliggöra allt utbildningsmaterial via en digital utbildningsplattform. NASP sammanställer årligen en offentlig lista över aktiva instruktörer runt om i landet så att verksamheter som vill gå kursen AOSP-A eller AOSP-B enkelt kan komma i kontakt med instruktörer i sitt närområde. År 2023 utbildades sammanlagt 137 nya AOSP-instruktörer som i sin tur har behörighet att utbilda vidare.

Under hösten arrangerade NASP en nationell konferensdag för alla AOSP-instruktörer. Konferensen brukar äga rum en gång per år och ses som en slags fortbildning, som tar avstamp i den senaste forskningen inom området, samtidigt som det är en plattform för nätverkande, diskussioner och erfarenhetsutbyte mellan instruktörer från olika geografiska regioner, organisationer och med varierande bakgrund. I slutet av 2023 initierades ett pilotprojekt vars syfte är att utvärdera AOSP och dess kort- och långsiktiga effekter – ett projekt som kommer fortsätta under 2024.

Aktion Livräddning

Region Stockholm antog år 2006 en nollvision för självmord och 2008 en strategi för hur denna vision ska förverkligas. En av ansatserna i strategin är att höja kompetensen bland personer som kommer i kontakt med självmordsnära. Aktion Livräddning är ett projekt inom Region Stockholm med syfte att sprida kunskap om självmordsproblematik i syfte att förebygga självmord. Utbildningen består av en introducerande föreläsning som riktar sig främst till personer som i sitt yrke på något vis kommer i kontakt med självmordsnära och sårbara människor.

Till de som deltagit i den introducerande endagsföreläsningen erbjuds även två halvdagsföreläsningar, en om transkulturella aspekter på självmord och en med fokus på unga och självmord. Att förebygga självmord kräver inte bara kunskaper i suicidprevention, man behöver även känna till hur detta problem tar sig uttryck i olika kulturer.

Sammanlagt genomfördes 17 utbildningstillfällen: 12 basutbildningar och 2 fördjupningsutbildning om transkulturella aspekter på suicid, 2 fördjupningsutbildning om unga och aspekter på suicid samt en basutbildning som anordnades specifikt för Värmdö kommun. 9 av utbildningstillfällena hölls digitalt. Av de deltagarna som fyllt i ett kursutvärderingsformulär ansåg 98 procent att Aktion Livräddning i sin helhet var mycket bra eller bra.

Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA)

MHFA är en evidensbaserad utbildning som utvecklats i Australien. Tanken bakom utbildningsprogrammet är snarlik den vid fysisk Första hjälpen-utbildning: Att ge kursdeltagaren sådana kunskaper som tillåter denne att rycka in och ge en första hjälp fram tills att den drabbade fått professionell hjälp. Utbildningen har tre versioner beroende på vilken målgrupp den utbildade möter: ungdom, vuxen eller äldre. Utbildningen är upplagd som ett ”Train the trainer”-program, där de första som utbildas är ”Instruktörer” som i sin tur kan utbilda ”Första Hjälpare”. Programmet har översatts till flera språk, är internationellt beprövat och utvärderat och används för närvarande i 30 länder. I Sverige har Centrum för Evidensbaserade Psykosociala Insatser (CEPI) vid Lunds universitet utvärderat programmet och NASP har publicerat en metaanalys baserad på internationella data vars resultat visade signifikanta effekter vad gäller förbättringar av kunskaper, attityder och hjälpande beteenden.

Sedan 2010 har NASP vid KI i uppdrag av regeringen att sprida Första hjälpen-programmet i Sverige. NASP innehar en licens från MHFA-Australien och har antagit rollen som central samordnare av instruktörsutbildningen, vilket även innefattar ansvar för utbildningens aktiviteter samt kvalitets-säkring. Instruktörsutbildningen utförs av två huvudinstruktörer från NASP och pågår under fem dagar. De Första hjälpare som instruktörerna i sin tur utbildar certifieras av NASP. För att upprätthålla utbildningens relevans så uppdateras materialet kontinuerligt, vilket kräver att medarbetare på NASP

är insatta i de uppdateringar som sker inom MHFA-Australien, ny forskning inom fältet, ny statistik och nya relevanta riktlinjer. Utöver detta administrerar även NASP en lista över aktiva instruktörer i Sverige.

För att upprätthålla en hög kvalitet på utbildningen är det viktigt att instruktörer vidareutbildar sig och utbyter erfarenheter och kunskaper med varandra. Därför anordnade NASP under 2023 en nätverksträff där instruktörer från hela Sverige deltog, cirka 90 instruktörer på plats och 100 online. Nästa nätverksträff är tänkt att anordnas under 2024.

För närvarande ges MHFA-utbildningar i samtliga 21 regioner i Sverige, samt på Åland. Under 2023 utbildades 222 instruktörer, fördelade över 12 instruktörsutbildningar. Sammanlagt har NASP hållit i över 100 instruktörsutbildningar sedan start. I Sverige blev 12 106 personer certifierade Första hjälpare under 2023, vilket är en ökning med 17,55% jämfört med 2022 (2718 i ungdomsversionen, 6817 i vuxenversionen och 2571 i äldreversionen). Målsättningen på 2000 utbildade instruktörer och 50 000 Första hjälpare som sattes inför 2023 har nåtts under årets gång. Ett framtida mål är att lansera en certifiering för arbetsplatser.

För Stockholms län ordnade NASP specifika utbildningsmöjligheter för personer som arbetar som biståndsarbetare i Stockholms län. Dessa riktade utbildningskurser kommer att fortsätta 2024.



Certifiering för arbetsplatser

Efter förfrågan från MHFA:s instruktörer påbörjade NASP 2022 att ta fram en certifiering för arbetsplatser som har utbildat en viss procent av sina anställda i MHFA. Arbetet har gjorts i nära samarbete med folkhälsosamordnare samt med aktörer inom näringslivet och näringslivsutveckling i Vetlanda kommun.

Syftet med certifieringen är: (1) att arbetsplatser som utbildat sin personal ska få ett fysiskt bevis; (2) att motivera arbetsplatser som inte kommit lika långt i sitt MHFA-arbete. Utöver att erhålla ett certifikat kommer certifierade arbetsplatser att ges ett särskilt framtaget material för att vidareutbilda sin personal inom suicidprevention. Certifieringen skulle potentiellt kunna gynna arbetsplatsens konkurrenskraft, både med avseende på rekrytering av nyanställda och konsumenter/beställare, eftersom certifieringen visar att arbetsplatsen arbetar för en hållbar psykisk hälsa inom verksamheten. Vetlanda kommun kommer under 2024 vara först ut med en ansökan om ett certifikat. Därefter kommer certifieringen och dess ansökningsprocess utvärderas, och vid behov revideras, innan den lanseras nationellt.

Utbildning för forskarstuderande

NASP utvecklade och organiserade under 2022, i samverkan med Örebro universitet och Uppsala universitet, en poänggrundande kurs i suicidologi (4hp).

Målet med utbildningen är att öka kunskapen om suicid, och då särskilt om forskningsmetoder specifikt relaterade till suicidforskning. Den primära målgruppen är sökande som är antagna vid en utbildning på forskarnivå vid ett svenskt lärosäte. Utbildningen har två långsiktiga mål: (1) öka kunskapen bland forskarstuderande om suicid och forskningsmetoder som är specifikt relaterade till suicidforskning; (2) öka antalet forskare som långsiktigt kan bidra till en starkare evidensbas inom suicidpreventionsforskning.

Den första omgången av kursen genomfördes hösten 2022 på Örebro universitet. Kursutvärderingen visade på positiva resultat och samtliga deltagare rapporterade att kursens innehåll och upplägg möjliggjorde att de kunde uppfylla kursens mål. Under 2023 har fokus legat på planering och logistik inför 2024 års kursomgång som kommer äga rum under höstterminen på KI campus Solna.

Youth Aware of Mental health i Stockholms län

Youth Aware of Mental health (YAM) är ett program som riktar sig till unga och som är utformat för att ge utrymme till diskussion och reflektion, ge möjlighet att utveckla färdigheter för att hantera svåra situationer och att öka kunskapen om psykisk hälsa. I YAM är det de ungas röster som är i centrum. Det är de ungas erfarenheter och föreställningar som ligger till grund för hur övningarna tar form under programmets gång. Närvarande vuxna (YAM-instruktörer) talar aldrig om för dem hur de bör tänka, känna eller agera i en given situation. Istället samarbetar de unga, med stöd från instruktörerna, för att förstå olika perspektiv och komma fram till tänkbara sätt att hantera problem. YAM-instruktörerna arbetar aktivt med att skapa ett tryggt och inkluderande rum, där de unga bemöts som experter på sin egen psykiska hälsa.

Målgruppen för YAM är skolelever i åldrarna 13 – 17 år. Utbildningen leds av instruktörer som är utbildade vid NASP. Skolans egen personal deltar inte i själva programmet men spelar en viktig roll i att informera eleverna och uppmuntra till delaktighet. Programmet genomförs klassvis.

2023 genomgick över 4110 elever på 33 skolor uppdelat på 137 klasser YAM-programmet i Stockholms län genom NASP. Under hösten utbildades även lokala instruktörer som ska arbeta med YAM i sina hemkommuner; Botkyrka, Norrtälje, Vaxholm och Österåker.



Publikationer – 2023

Vetenskapliga publikationer

Brohan, E., Chowdhary, N., Dua, T., Barbui, C., Thornicroft, G., Kestel, D., team, W. mhGAP guideline, Ali, A., Assanangkornchai, S., Brodaty, H., Carli, V., et al.. The WHO Mental Health Gap Action Programme for mental, neurological, and substance use conditions: the new and updated guideline recommendations. *Lancet Psychiatry* 11, 155–158 (2024).

Carvajal-Velez, L., Requejo, J. H., Ahs, J. W., Idele, P., Adewuya, A., Cappa, C., Guthold, R., Kapungu, C., Kieling, C., Patel, V., Patton, G., Scott, J. G., Servili, C., Wasserman, D. & Kohrt, B. A. Increasing Data and Understanding of Adolescent Mental Health Worldwide: UNICEF's Measurement of Mental Health Among Adolescents at the Population Level Initiative. *J Adolesc Health* 72, S12–S14 (2023).

Cecchetto, C., Bò, E. D., Eliasson, E. T., Vigna, E., Natali, L., Scilingo, E. P., Greco, A., Francesco, F. D., Hadlaczky, G., Lundström, J. N., Carli, V. & Gentili, C. Sniffing Out a Solution: Emotional Body Odors Can Improve Mindfulness Therapy for Social Anxiety Symptoms But Not for Depressive Symptoms. (2023). doi:10.2139/ssrn.4591481 (Preprint, under peer review)

Docherty, A. R., Mullins, N., Ashley-Koch, ..., Sokolowski, M., et al. GWAS Meta-Analysis of Suicide Attempt: Identification of 12 Genome-Wide Significant Loci and Implication of Genetic Risks for Specific Health Factors. *Am. J. Psychiatry* 180, 723–738 (2023).

Eriksson, C. & Stattin, H. Mental-health profiling with person-centred analysis: A study of adolescents in Sweden. *Scand. J. Public Heal.* 51, 628–635 (2023).

Eriksson, C. & Stattin, H. Secular trends in mental health profiles among 15-year-olds in Sweden between 2002 and 2018. *Front. Public Heal.* 11, 1015509 (2023).

Fredin-Knutzén, J., Olsson, N., Rosberg, T., Thorslund, B. & Lidestam, B. Train Drivers' Work Related Stress and Job Satisfaction. *J. Occup. Environ. Med.* 65, 775–782 (2023).

Gambadauro, P., Bränn, E. & Hadlaczky, G. Acceptance and willingness-to-pay for oocyte cryopreservation in medical versus age-related fertility preservation scenarios among Swedish female university students. *Sci. Rep.* 13, 5325 (2023).

Hökby, S., Westerlund, J., Alvarsson, J., Carli, V. & Hadlaczky, G. Longitudinal Effects of Screen Time on Depressive Symptoms among Swedish Adolescents: The Moderating and Mediating Role of Coping Engagement Behavior. *Int J Environ Res Public Health* 20, 3771 (2023).

Iliadis, S. I. & Gambadauro, P. Conservative management of early-stage endometrial cancer for fertility preservation: a survey study among Swedish gynecologists and gynecological oncologists. *Sci. Rep.* 13, 5861 (2023).

Lemke, T., Hökby, S., Wasserman, D., Carli, V. & Hadlaczky, G. Associations between sleep habits, quality, chronotype and depression in a large cross-sectional sample of Swedish adolescents. *PLOS ONE* 18, e0293580 (2023).

McCrone, P., Young, A. H., Zahn, R., Eberhard, J., Wasserman, D., Brambilla, P., Balazs, J., Caldas-de-Almeida, J., Ulrichsen, A., Baltzis, S., Carli, V., Antunes, A., Schiena, G., Quoidbach, V., Boyer, P. & Strawbridge, R. Economic impact of reducing treatment gaps in depression. *Eur Psychiatry* 1–14 (2023). doi:10.1192/j.eurpsy.2023.2415

Oskarsson, H., Mehlum, L., Titelman, D., Isometsä, E., Erlangsen, A., Nordentoft, M., Mittendorfer-Rutz, E., Hökby, S., Tomasson, H. & Palsson, S. P. Nordic region suicide trends 2000–2018; sex and age groups. *Nord. J. Psychiatry* 77, 721–730 (2023).

Petros, N. G., Alvarsson-Hjort, J., Hadlaczky, G., Wasserman, D., Ottaviano, M., Gonzalez-Martinez, S., Carletto, S., Scilingo, E. P., Valenza, G. & Carli, V. Predictors of the Use of a Mental Health-Focused eHealth System in Patients With Breast and Prostate Cancer: Bayesian Structural Equation Modeling Analysis of a Prospective Study. *JMIR Cancer* 9, e49775 (2023).

Plöderl, M., Westerlund, J., Hökby, S., Hadlaczky, G. & Hengartner, M. P. Increased suicide risk among younger women in winter during full moon in northern Europe. An artifact or a novel finding? *Mol Psychiatr* 28, 901–907 (2023).

Samdal, O., Budin, Ljøsne, I., Haug, E., Helland, T., Kjostarova, Unkovska, L., Bouillon, C., Brøer, C., Corell, M., Cosma, A., Currie, D., Eriksson, C., Felder, Puig, R., Gaspar, T., Hagquist, C., Harbron, J., Jåstad, A., Kelly, C., Knai, C., Kleszczewska, D., Kysnes, B. B., Lien, N., Luszczynska, A., Moerman, G., Moreno, Maldonado, C., NicGabhainn, S., Pudule, I., Rakic, J. G., Rito, A., Rønnestad, A. M., Ulstein, M., Rutter, H. & Klepp, K. Encouraging greater empowerment for adolescents in consent procedures in social science research and policy projects. *Obes. Rev.* 24, e13636 (2023).

Samochowiec, J., Frydecka, D., Skonieczna-Żydecka, K., Schouler-Ocak, M., Carpinello, B., Chkonia, E., Dom, G., Falkai, P., Misiak, B., Costa, M. P. da, Wise, J., Picker, L. de, Vahip, S., Wasserman, D., Galderisi, S. & Bieńkowski, P. Ethical dilemmas in contemporary psychiatry: Findings from a survey of National Psychiatric Associations in Europe. *Eur. Psychiatry* 66, e94 (2023).

Staines, L., Healy, C., Corcoran, P., Keeley, H., Coughlan, H., McMahon, E., Cotter, P., Cotter, D., Kelleher, I., Wasserman, C., Brunner, R., Kaess, M., Sarchiapone, M., Hoven, C. W., Carli, V., Wasserman, D. & Cannon, M. Investigating the effectiveness of three school based interventions for preventing psychotic experiences over a year period - a secondary data analysis study of a randomized control trial. *BMC Public Health* 23, 219 (2023).

Stewart, D. E., Wasserman, D. & Appelbaum, P. S. COVID-19 and psychiatrists' responsibilities: an update of the WPA position paper. *World Psychiatry* 22, 342–343 (2023).

Sundvall, G. M., Eastwood, E. M. & Bäärnhielm, S. Samis in the city. A qualitative study of mental health and well-being among Samis in Stockholm. *Int. J. Circumpolar Heal.* 82, 2246644 (2023).

Sutori, S., Hadlaczky, G., Eliasson, E., Wasserman, D. & Carli, V. Systematic Review and Meta-Analysis: Effectiveness of Stand-Alone Digital Suicide Preventive Interventions for the Self-Management of Suicidality. *J. Technol. Behav. Sci.* 1–12 (2023). doi:10.1007/s41347-023-00374-7

Valenza, G., Alcañiz Raya, M. L., Alfeo, A. L., Bianchi, M., Carli, V., Catrambone, V., Cimino, M. C. G. A., Dudnik, G., Duggento, A., Ferrante, M., Gentili, C., Guixeres, J., Rossi, S., Toschi, N. & van Wassenhove, V. The EXPERIENCE Project: Unveiling Extended-Personal Reality through Automated VR Environments and Explainable Artificial Intelligence. Proceedings of the 2023 IEEE International Conference on Metrology for eXtended Reality, Artificial Intelligence and Neural Engineering – IEEE MetroXRaine 2023 (2023).

Wasserman, D., Arango, C., Fiorillo, A., Levin, S., Peters, A., Rao, P., Sanchez, Villanueva, T. & Sylla, A. Improving mental health through fostering healthy lifestyles in young people: one of the targets in the WPA Action Plan 2023, 2026. *World Psychiatry* 22, 488–489 (2023).

Wasserman, D. Mental health for all: fostering healthy lifestyles. *World Psychiatry* 22, 343–344 (2023).

Wasserman, D., Arango, C., Fiorillo, A., Levin, S., Peters, A. C., Rao, G. P., Sylla, A. & Sanchez-Villanueva, T. Pushing forward public mental health agenda and promotion of mental health. *World Psychiatry* 22, 170–171 (2023).

Wasserman, D., Herrman, H., Javed, A., Ng, R. M. K., Falkai, P., Samochowiec, J., Eberhard, J. & Sartorius, N. WPA's humanitarian actions for Ukrainian psychiatrists and psychiatric patients. *World Psychiatry* 22, 166–167 (2023).

Rapporter och andra publikationer

Fors S, Georgelis A, Hadlaczky G, Hökby S, Kosidou K, Nord M, Pyko A, Lager A. Hur mår de allra äldsta i Stockholms län? Hälsa och livsvillkor bland personer som är 85 år och äldre i Stockholms län. Stockholm: Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin, Region Stockholm; 2023. Rapport 2023:6. (<https://www.slutarokalinjen.se/4a4d82/globalassets/verksamheter/forskning-och-utveckling/centrum-for-epidemiologi-och-samhallsmedicin/folkhalsoguiden/rapporter-och-faktablad/rapport-2023.6-hur-mar-de-allra-aldsta-i-stockholms-lan.pdf>).

Hadlaczky G & Hökby S. Självmord och självskador. I Bartelink V, Lager A (redaktörer). *Folkhälsorapport 2023*. Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin, Region Stockholm; 2023. (<https://www.folkhalsorapportstockholm.se/rapporten2/sjukdomar-och-skador/sjalvmord-och-sjalvskador/>).

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (2023). Sämre psykisk hälsa bland unga när skärmtid försämrar stresshantering (<https://nyheter.ki.se/media/140948/download>)

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (Publicerad: 2023-12-12). Sömnbrist kan kopplas till depression och självmordstankar bland unga (<https://nyheter.ki.se/somnbrist-kan-kopplas-till-depression-och-sjalvmordstankar-bland-unga>)

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (2023). Att förebygga självmord: Ett stödmaterial för yrkesverksamma inom media. (<https://ki.se/media/261085/download>)

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention, (Publicerad: 2023-06-19) "Självmord i Sverige", (<https://ki.se/nasp/sjalvmord-i-sverige>)

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention, (Publicerad: 2023-06-19) "Självmord i varje län i Sverige", (<https://ki.se/nasp/sjalvmord-i-varje-lan-i-sverige>).

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (Publicerad: 2023-06-19) Självmord i Stockholms län (<https://ki.se/nasp/sjalvmord-i-stockholms-lan>)

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (Publicerad: 2023-06-19) Självmordsförsök i Sverige (<https://ki.se/nasp/sjalvmordsforsok-i-sverige>)

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (Publicerad: 2023-06-19) Självmordsförsök i Stockholms län (<https://ki.se/nasp/sjalvmordsforsok-i-stockholms-lan>)

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention. (2023) Självmord och arbete, Stödmaterial till medarbetare.

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention. (2023) Självmord och arbete, Stödmaterial till chefer och arbetsledare

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention. (2023) Stöddokument för chefer och medarbetare, Prevention av psykisk ohälsa och suicid på arbetsplatsen. Rekommendationer för suicidpreventiva insatser.

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention – NASP

ki.se/nasp

nasp.regionstockholm.se

Besöksadress: Granits väg 4, 171 65 Solna

nasp@ki.se

Foto av:

Framsida: Kasper Rasmussen från Unsplash

Sid iv: Ulf Sirborn

Sid 4: Fredrik Öhlander från Unsplash

Sid 4: Geranimo från Unsplash

Sid 9: Melvin från Unsplash

Sid 12: Adobe Firefly

Sid 13: Bank Phrom från Unsplash

Sid 15: Screenshot från ki.se/nasp/statsitik

Sid 18: Scott Evans från Unsplash

Sid 22: Fulvio Ciccolo från Unsplash

Sid 23: Maxim Hopman från Unsplash

Sid 25: National Cancer Institute från Unsplash

Sid 25: Fredrik Öhlander från Unsplash

Sid 27: Skärmdumpar från respi.se

Sid 30: Adobe Firefly

Sid 36: Alexandre Van Thuan från Unsplash

Sid 38: Beatrice Johansson

Sid 38: Yingchou Han on Unsplash

Baksida: Adrian Trinkaus on Unsplash



Karolinska
Institutet

Region Stockholm