

20

Det goda livet
i Västra Götaland

**Handlingsplan för
suicidprevention**

2020-2025

25

Innehåll

Bakgrund	2
Mål för suicid prevention i Västra Götaland	2
Syfte	2
Process för framtagande	3
Struktur för samverkan inom psykisk hälsa	3
Genomförande	3
Uppföljning	4
Aktiviteter	4

Bakgrund

Orden suicid och självmord används oftast synonymt och syftar båda på en handling för att medvetet orsaka sin egen död. Eftersom ordet självmord kan uppfattas ge anspelningar på kriminell handling har vi i den här handlingsplanen valt att använda ordet suicid.

Suicid är ett komplext problem

Suicid är ett komplext samhälls- och folkhälsoproblem, som kräver många olika angreppssätt. Suicid är i sig ingen sjukdom. Det är inte ens nödvändigt att psykisk sjukdom ligger bakom. Däremot är psykisk sjukdom eller någon form av psykisk ohälsa en vanlig riskfaktor för suicid.

Suicidalitet är ett samlingsbegrepp för suicidtankar, suicidförsök och fullbordade suicid. Suicidalt beteende påverkas av biologiska-, psykologiska-, sociologiska- och omgivningsfaktorer. Statistiskt sett tar drygt tre svenskar sitt liv varje dag. Suicid genomförs främst av män och äldre personer, medan suicidförsök främst genomförs av kvinnor och yngre.

Varje år tar cirka 200 personer i

Västra Götaland sitt liv

I Sverige har antalet suicid kontinuerligt minskat i befolkningen sedan mitten av 1980-talet men planat ut det sista decenniet. I gruppen 15-24 år har antalet legat på en oförändrad nivå. I Västra Götaland inträffar cirka 200 suicid varje år och uppskattningsvis görs 2000 suicidförsök. Vid suicidförsök finns ett större mörkertal

än vid fullbordat suicid eftersom alla personer som gör suicidförsök inte söker sjukvård och därför inte registreras.

Resultat kräver långsiktigt arbete

Ett nationellt handlingsprogram beslutades av riksdagen 2008 för arbetet med att minska suicid.¹ Den nationella visionen för suicidprevention innebär att "ingen människa ska behöva hamna i en sådan utsatt situation att suicid ses som den enda utvägen". För att detta mål ska kunna nås krävs insatser på såväl individ- som på befolkningsnivå nationellt, regionalt och lokalt.

Att förebygga suicid är inte bara ett sätt att ge hjälp i livsfarliga situationer utan innebär även ett långsiktigt arbete för att få ner antalet suicid och suicidförsök. Det kan handla om att tidigt observera varningssignaler, identifiera, remittera, ge stöd till individer och grupper i särskilt utsatta situationer samt att utbilda personal. Varje liv som kan räddas är en framgång. Därför är det viktigt att förebygga suicid till skydd för livet.

I Västra Götalands Handlingsplan för psykisk hälsa 2018-2020 anges målet; Nollvision om suicid i Västra Götaland.² Denna handlingsplan har samma vision.

¹ www.folkhalsomyndigheten.se, www.suicidprevention.se

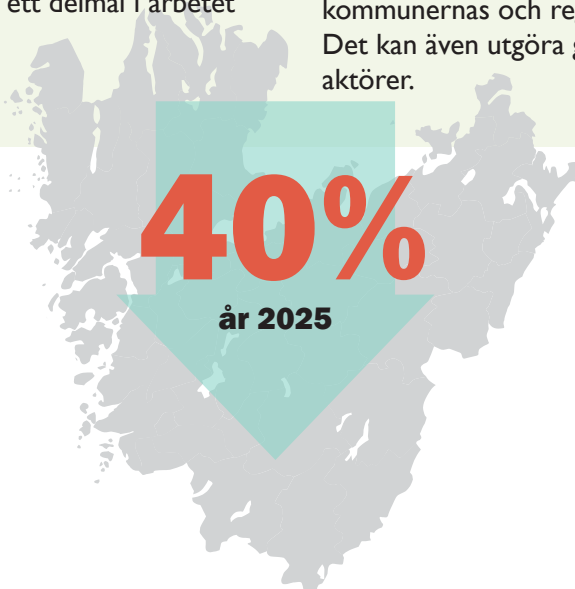
² Det goda livet i Västra Götaland Handlingsplan psykisk hälsa 2018-2020

Mål för suicidprevention i Västra Götaland

Antalet suicid i Västra Götaland ska minska med 40 procent till år 2025. Detta mål är ett delmål i arbetet med nollvisionen.

Syfte

Syftet med handlingsplanen är att med suicidpreventiva åtgärder minska antalet suicid och suicidförsök i Västra Götaland. Planen ska utgöra en gemensam grund för kommunernas och regionens suicidpreventiva arbete. Det kan även utgöra grund för samarbete med andra aktörer.



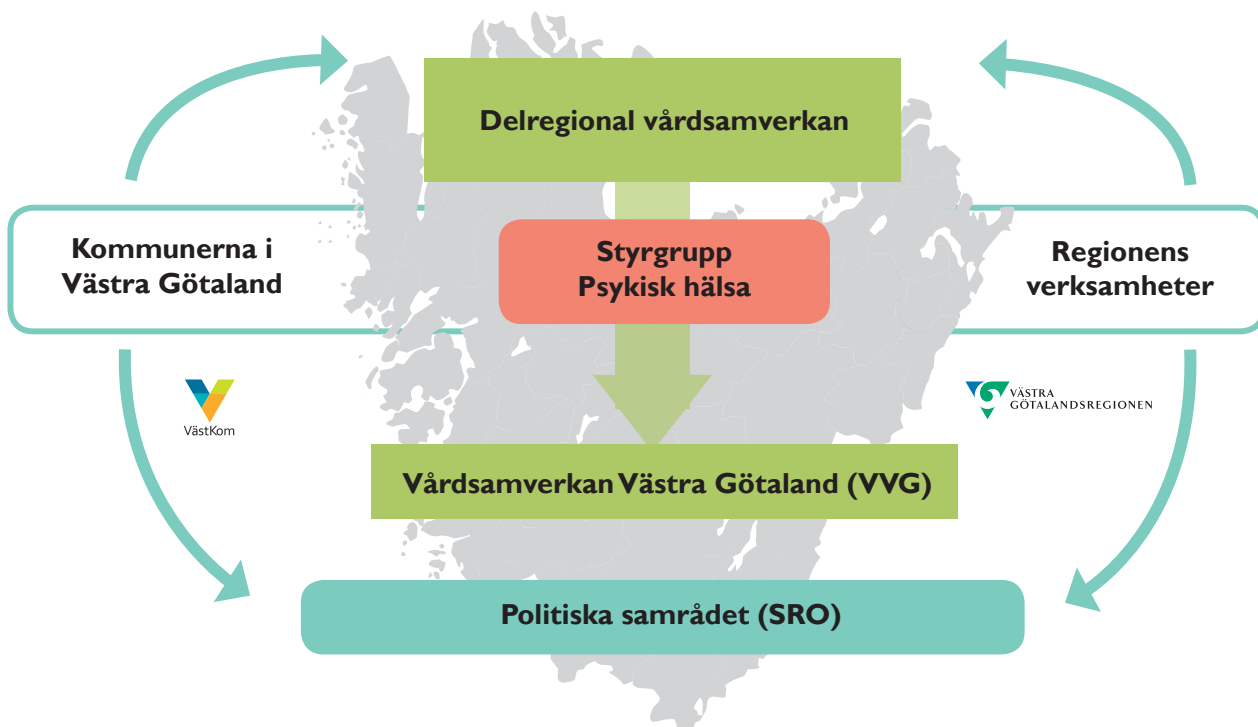
Process för framtagande

Handlingsplanens innehåll har processats fram genom ett rådslag den 14 september 2018 med företrädare för civilsamhället, polis och tjänstepersoner från båda huvudmännen. Syftet var att identifiera vad som

behöver göras för att minska suicidtalet samt att skapa delaktighet och förankring i det arbete som ska göras. På rådslaget identifierades sex områden för att främja psykisk hälsa, motverka psykisk ohälsa och suicid samt erbjuda insatser till de som drabbats. En partsammansatt arbetsgrupp har sedan jobbat vidare med förslagen.

Struktur för samverkan inom psykisk hälsa i Västra Götaland

I Västra Götaland sker samverkan mellan parterna på tre nivåer: lokalt, delregionalt och regionalt.



Genomförande

Sedan 2018 pågår ett arbete inom ramen för delregional och lokal vårdssamverkan med genomförande av Västra Götalands Handlingsplan för psykisk hälsa. På samma vis förväntas denna plan omhändertras delregionalt och lokalt.

För att uppnå det länsgemensamma målet för denna handlingsplan – att minska antalet suicid med 40 % till 2025 – och att sträva mot nollvision om suicid i Västra Götaland behövs insatser utifrån dels ett befolkningsperspektiv, dels ett individperspektiv. Perspektiven kompletterar varandra och båda är nödvändiga för att ett suicidpreventivt arbete ska kunna ge effekt. Det befolkningsinriktade arbetet omfattar många olika samhällsaktörer och syftar till att skapa

mindre riskutsatta miljöer, öka människors medvetenhet om suicidproblematik och försöka undanröja de tabun som suicid omgärdas av. Det individinriktade arbetet bedrivs både inom kommunerna och inom hälso- och sjukvården och syftar till att öka kunskapen om att stödja personer med risk för suicid på bästa sätt.

Delregionala och lokala handlingsplaner

Denna handlingsplan på länsnivå utgör en gemensam grund för Västra Götalandsregionens och kommunernas suicidpreventiva arbete och framtagande av delregionala/lokala handlingsplaner.

Många samhällsaktörer bidrar, och behöver fortsätta bidra, i det suicidpreventiva arbetet för att nå mål och vision.

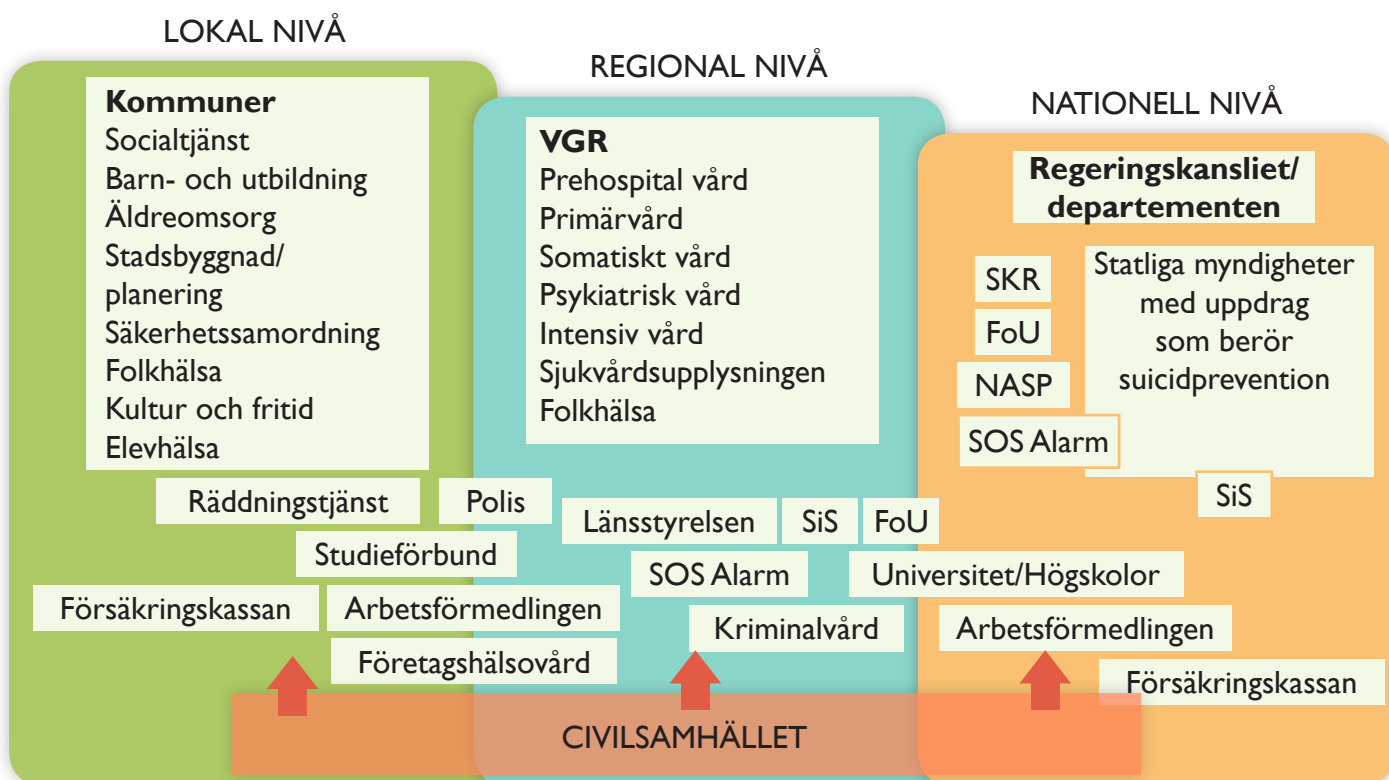
Uppföljning

Styrgrupp för Västra Götalands Handlingsplan för psykisk hälsa ansvarar för uppföljning av denna handlingsplan.

För att följa handlingsplanens mål över tid har ett antal indikatorer valts ut. Målsättningen är att indikatorerna

ska göra det möjligt att jämföra processer och resultat, och därigenom stimulera och initiera förbättringsarbetet. Varje delregional eller lokal vårdsamverkan kan med fördel identifiera egna indikatorer för den uppföljning/utveckling man vill se. Till handlingsplanen medföljer ett dokument som visar vad som ska följas upp och av vem.

Aktörer



Aktiviteter

För att nå målet om att minska antalet suicid i länet krävs ett långsiktigt arbete som integreras i ordinarie verksamhet i såväl kommunernas som regionens alla verksamheter.

Områden som identifierades i samband med det inledande rådslaget utgör grund för handlingsplanens aktiviteter.



- **Lokal handlingsplan som involverar nyckelaktörer**
 - **Höjd kunskapsnivå**
 - **Prioritera suicidprevention på ledningsnivå**
 - **Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser på alla nivåer**
 - **Ta vara på civilsamhällets engagemang och kunskap**
- Lära av händelseanalyser vid suicid**



1. Lokal handlingsplan som involverar nyckelaktörer

Medarbetare i kommunerna och regionen som möter patienter/brukare i sin vardag har en viktig uppgift i att uppmärksamma när personer visar tecken på risk för suicid.

Det suicidpreventiva arbetet ska bedrivas inom ramen för befintlig samverkansstruktur. Handlingsplanen ska innehålla gemensamma mål, aktiviteter, mått på förväntat resultat samt ange former för samverkan. Arbetet ska bl a bygga på antagna avtal och överenskommelser.³

Andra viktiga nyckelaktörer i det suicidpreventiva arbetet är Länsstyrelsen, Trafikverket, SOS Alarm, Räddningstjänsten, Polismyndigheten, Kriminalvården, Arbetsförmedlingen, Försäkringskassan, företagshälsovård, lärosäten samt aktörer inom civilsamhället t ex trossamfund och ideella organisationer.

Indikatorer

- > Lokal handlingsplan för suicidprevention.

³ T ex: Riktlinje för samordnad individuell plan, SIP och Överenskommelse om samarbete kring personer med psykisk funktionsnedsättning och personer med missbruk av alkohol och droger och spel om pengar.



2. Höjd kunskapsnivå

Kunskapsnivån om riskfaktorer för psykisk ohälsa och suicid behöver öka. Vissa särskilt sårbara grupper i samhället har en ökad risk för suicid t ex minoritetsgrupper, funktionsnedsatta, vissa åldersgrupper och närstående till personer som begått suicid. Även riskbruk och missbruk är riskfaktorer som är viktiga att väga in.

Utbildningsinsatser behövs för personal som kommer i kontakt med suicidnära personer inom hälso- och sjukvården, socialtjänsten, förskola/skola, äldreomsorg, räddningstjänst med flera. Fortbildningar behöver därför riktas till olika målgrupper och ges på ett organiserat sätt till personal inom kommun, primär- och specialistvård.

Generellt sett behövs också ökad kunskap hos allmänheten för att minska fördomar, stigmatisering och vart hjälp finns att få.

Indikatorer

- > Antal suicid i Västra Götaland fördelat på kön och ålder.
- > Antal lokala handlingsplaner som innehåller aktiviteter i syfte att höja kunskapsnivån hos medarbetare.

Länsgemensam aktivitet

- Aktivera informationskampanjen Steg för livet.
- Planera fortbildningsinsatser, t ex. Aktion Livräddning, Första hjälpen till psykisk hälsa/ MHFA, och Psyk-E bas Suicid.
- Ta fram yrkesspecifika fortbildningar i suicidriskbedömning och utarbeta krisplan.



3. Prioritera suicidprevention på ledningsnivå

Beslutsfattare, chefer och ledare måste ha goda kunskaper om suicidförebyggande arbete. De har en central roll för att skapa förutsättningar i form av tid, resurser, utrymme och kontinuitet. Detta krävs för att säkerställa att det suicidpreventiva arbetet prioriteras och att denna handlingsplan omsätts i praktiken.

Indikatorer

- > Antal lokala handlingsplaner som innehåller aktiviteter riktade till beslutsfattare, chefer och ledare.



4. Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser på alla nivåer

Personer med psykisk ohälsa och förhöjd risk för suicid ska ges kompetent hjälp och stöd oavsett var behovet identifieras. Det ska finnas kända och fungerande rutiner för detta och för att slussa vidare personer när det behövs. Tillgängligheten till vård och stöd ska vara god oavsett ålder. För personer med mer omfattande behov av hjälp krävs god tillgänglighet till såväl psykiatrisk som somatisk specialistvård.

Personer som har behov av samordnade insatser ska erbjudas en Samordnad individuell plan (SIP). En SIP säkerställer att den enskilde får sina behov tillgodosedda när både kommun och region ansvarar för insatser. En SIP gör den enskilde och närstående delaktiga i planeringen av insatser från kommun och hälso- och sjukvård, och ansvarsfördelningen blir tydlig.

Indikatorer

- > Upprättande av SIP i befolkningen.
- > Antal personer som besöker primärvården för psykisk ohälsa.
- > Andel personer som får specialistpsykiatrisk vård inom tiden för vårdgarantin.
- > Upprättande av krisplaner inom specialistpsykiatrin.



5. Ta vara på civilsamhällets engagemang och kunskap

Civilsamhället och offentliga verksamheter behöver samverka för att motverka stigmatisering och göra det lättare att samtala om psykisk ohälsa och suicid. Det finns flera intresseorganisationer som arbetar med att skapa engagemang, kunskap och dialog. De har en viktig funktion i det suicidpreventiva arbetet. Deras informations- och utbildningsinsatser samt opinionsbildning förstärker och kompletterar insatser från staten, regionerna och kommunerna.

Indikatorer

- > Antal lokala handlingsplaner som innehåller aktiviteter som innefattar samarbete med civilsamhället.



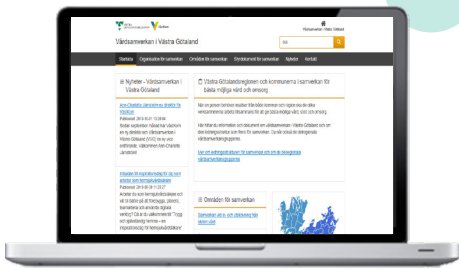
6. Lära av händelseanalyser vid suicid

Händelseanalyser ökar kunskapen om den suicidal processen och identifierar förbättringsområden samt bidrar till att utveckla det förebyggande arbetet. En händelseanalys är också en viktig del av stöd och återkoppling till närstående, personalgrupper eller andra efterlevande. I de fall som en individ som begår suicid har insatser från region och kommun bör en gemensam händelseanalys göras.

Händelseanalyser i samverkan med närstående och berörda parter ger en mer detaljerad bild av suicid och dess orsaker. En gemensam händelseanalys kan även identifiera förbättringsområden mellan verksamheterna, till exempel när det gäller samverkan eller kommunikation.

Indikatorer

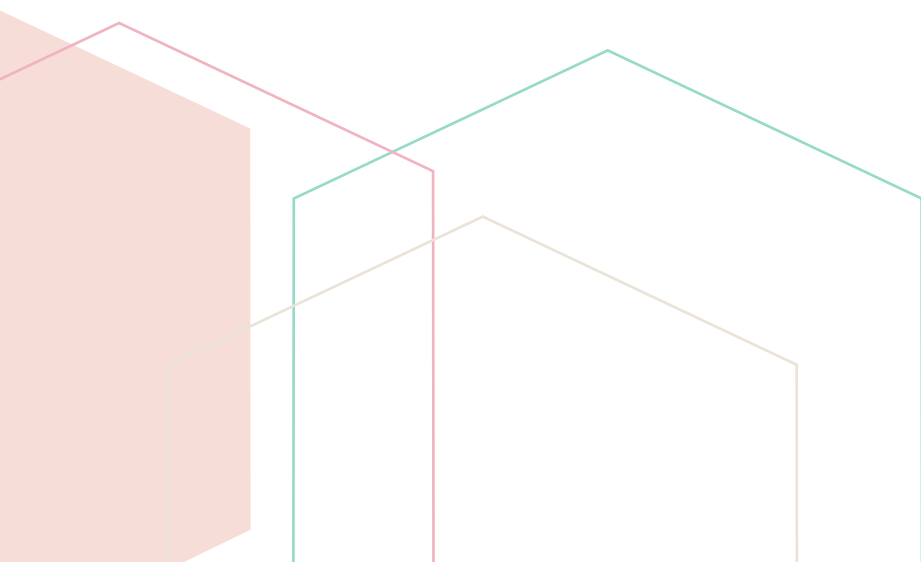
- > Antal lokala vårdssamverkansgrupper som gör händelseanalyser vid suicid.



På **vardsamverkan.se** hittar du

- > Handlingsplan för suicidprevention
- > Handlingsplan för psykisk hälsa

... och mycket mer!



VästKom

VÄSTSVENSKA KOMMUNALFÖRBUNDENS SAMORGANISATION



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

NSPHiG

Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Göteborg