

Svetovna zveza za preprečevanje samomora (IASP) in Svetovna zdravstvena organizacija (WHO) sta 10. september razglasili za Svetovni dan preprečevanja samomora. Deveta obeležitev tega dneva se osredotoča na multikulturalizem z geslom "Preprečevanje samomora v večkulturnih družbah". Tema je bila izbrana glede na dejstvo, da se v vseh državah povečuje etnična oz. kulturna heterogenost, ta pa je žal pogosto povezana z odsotnostjo dialoga in strpnosti, z nesprejemanjem drugačne etnične, verske, kulturne, jezikovne pripadnosti. Pogosto gre za prikrit dejavnik tveganja, ki lahko poveča stres in stisko marsikaterega posameznika in družine.



Samomor je posledica prepleta različnih dejavnikov, ki vključujejo biološke, psihološke in socialne obremenitve. Raziskave kažejo, da je razmišljanje o samomoru pogosto močno povezano z občutkom ujetosti posameznika v neznosne razmere, iz katerih ne vidi izhoda. Ne gre toliko za črnogledost, kot za nezmožnost predvidevanja in pričakovanja pozitivnih dogodkov v prihodnosti. S tega vidika lahko rečemo, da je samomor odraz duševne bolečine ter ujetosti v lastne misli ter občutenja.

Preventiva bi se zato morala spopadati s celotno paleto različnih dejavnikov, ki vplivajo na stiske posameznikov in njihovih bližnjih. Pri tem smo pomembni vsi, ne le strokovnjaki. Le prepoznati in odzvati se moramo na stiske soljudi, jim pokazati razumevanje, jih poslušati in ponuditi pomoč. To lahko nudi vsak od nas in s tem pripomore k zmanjševanju občutka, da za težave ni rešitve.

KAJ POVE STATISTIKA?

Umrljivost zaradi samomora v Sloveniji v zadnjih letih nekoliko upada. Rahel padec opazamo tudi na Koroškem. Leta 2009 je na Koroškem storilo samomor 21 oseb, v letu 2010 pa 18, in sicer 15 moških in 3 ženske, kar pomeni 24 smrti zaradi samomora na 100.000 prebivalcev. Koeficient samomorilnosti (število samomorov na 100.000 prebivalcev) za celotno Slovenijo je nižji in sicer 20.

Po podatkih Policijske uprave Celje je v obdobju od 1.1. do 31.8. 2011 storilo samomor 12 oseb, kar je primerljivo z letoma 2009 in 2010.

V zadnjih petih letih (2006-2010) je na Koroškem zaradi samomora umrlo 98 ljudi, od tega 84 moških in 14 žensk. Koeficient samomorilnosti je bil najvišji v letu 2006 in sicer 37, nato pa se je gibal med 19 in 24. Primerjava med upravnimi enotami Koroške je pokazala, da je samomor pogostejši med prebivalci Upravne enote Radlje ob Dravi.

AKTIVNOSTI V TEM MESECU

Preventivne aktivnosti na temo krepitev duševnega zdravja in preprečevanja samomora potekajo na Koroškem tekom celega leta. V tem mesecu bi izpostavili predvsem dve aktivnosti:

- 19. septembra 2011 bo na ZZV Ravne potekalo izobraževanje pedagoških delavcev in drugih strokovnih sodelavcev koroških osnovnih in srednjih šol na temo krepitev duševnega zdravja mladostnikov;

- 15. septembra 2011 bodo imeli akterji, ki se pri svojem delu srečujejo s starejšimi, možnost strokovnega izobraževanja na temo preprečevanja, prepoznavanja in zdravljenja depresije pri starejših. Izobraževanje bo potekalo na nacionalnem nivoju, in sicer v Ljubljani.

Do konca leta bo ZZV Ravne v sodelovanju s Psihiatrično bolnišnico Ormož izvedel tudi interaktivne delavnice za zdravstvene delavce na temo preprečevanja samomora.

Pripravila:
Marijana Kašnik Janet, univ. dipl. soc.

Viri

International Association for Suicide Prevention (IASP) <http://www.iasp.info/wspd/>
Branko, Sovinc. Poročilo o samomorilnosti na Koroškem. Policijska uprava Celje.
Podatkovna zbirka umrlih 2010. Inštitut za varovanje zdravja.