Lokal handlingsplan suicidprevention

2022-2025

BORÅS STAD

Närvårdssamverkan Södra Älvsborg

VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN

Borås 2022

Framtagen av suicidpreventiva gruppen, inom ramen för den lokala arbetsgruppen psykisk hälsa, Närvårdssamverkan.

Borås Stad

Fritids- och folkhälsoförvaltningen

Förkortningar

Arbetslivsförvaltningen – ALF

Fritids- och folkhälsoförvaltningen – FOF

Grundskoleförvaltningen – GRF

Gymnasie- och vuxenutbildningsförvaltningen – GVUF

Individ- och familjeomsorgsförvaltningen – IFO

Sociala omsorgsförvaltningen – SOF

Tekniska förvaltningen – TEK

Vård- och äldreförvaltningen – VÄF

Innehållsförteckning

1 Bakgrund 4

2 Nationellt perspektiv 4

3 Regionalt perspektiv 5

4 Lokalt perspektiv Borås Stad 6

5 Suicidpreventiva arbetsgruppen 6

6 Handlingsplanen 7

6.1 Genomförande 7

6.2 Implementering, uppföljning och utvärdering 8

6.3 Prioriterade områden och åtgärdsförslag 9

Referenser 14

1 Bakgrund

Varje självmord är en tragedi, ett lidande för den suicidnära personen och för dennes familj, vänner och andra närstående. Självmord är traumatiskt, sorgen kompliceras av de närståendes känsla av skam och skuld och de tabun när det gäller suicid som finns i samhället (Suicide Zero 2020). Suicid är inte en sjukdom och det är inte nödvändigt kopplat till att psykisk sjukdom ligger bakom. Enligt WHO sker det ett självmord var 40:e sekund i världen (World Health Organization 2019).

Suicid är ett komplext folkhälsoproblem. Det kräver gemensamt och långsiktigt arbete och samarbete. Vi behöver alla hjälpas åt. Den viktigaste preventiva insatsen innebär att ”ingen människa ska behöva hamna i en sådan utsatt situation att suicid ses som den enda utvägen” (Vårdsamverkan i Västra Götaland 2021). I Borås Stad hålls suicidpreventiva möten, med samverkanspartner från olika verksamheter. För att förebygga suicid har Borås Stad tagit fram en lokal handlingsplan. Planens syfte är att utifrån kartläggning och analys identifiera utvecklingsbehov i det suicidpreventiva arbetet, och föreslå åtgärder för att minska antalet suicid. Handlingsplanen omfattar konkreta åtgärder för hela kommunens verksamhet i samarbete med berörda aktörer.

2 Nationellt perspektiv

Under 2020 dog 1 168 personer av suicid i Sverige. Ytterligare 273 fall registrerades där det fanns misstanke om suicid men där avsikten inte kunnat styrkas (Folkhälsomyndigheten 2021). I Sverige är suicidtalen två till tre gånger högre bland män än bland kvinnor. De högsta suicidtalen finns bland medelålders och äldre män (Folkhälsomyndigheten 2021).

Antalet suicid i Sverige har legat på samma nivå de senaste tjugo åren, cirka 1 100 självmord per år. Det inbär ett självmord var åttonde timme eller cirka tre människoliv om dagen. Det sker ytterligare 400 dödsfall per år där det inte gått att fastställa om dödsorsaken var en olyckshändelse eller suicid. Det görs minst 15 000 självmordsförsök och uppskattningsvis minst 150 000 personer har allvarliga självmordstankar (Suicide Zero 2020).

För att effektivt förebygga suicid krävs en bred samverkan mellan olika aktörer. Det nationella handlingsprogrammet som antogs av riksdagen 2008 innehåller nio strategiska åtgärdsområden för att minska suicid. De är utgångspunkter i det suicidpreventiva arbetet:

1. **Främja goda livschanser för mindre gynnade grupper**
2. **Minska alkoholkonsumtionen i befolkningen och i högriskgrupper för suicid**
3. **Minska tillgängligheten till medel och metoder för suicid**
4. **Se suicid som psykologiska misstag**
5. **Förbättra de medicinska, psykologiska och psykosociala insatserna**
6. **Sprid kunskap om evidensbaserade metoder för att minska suicid**
7. **Höj kompetensen hos personal och andra nyckelpersoner i vård och omhändertagande**
8. **Gör händelseanalyser efter suicid**
9. **Stöd frivilligorganisationer**

3 Regionalt perspektiv

I Västra Götaland inträffar cirka 200 suicid varje år. Uppskattningsvis görs 2000 suicidförsök., mörkertalet är större än vid fullbordat suicid eftersom inte alla personer som gör suicidförsök söker sjukvård och registreras.

Västra Götaland har tagit fram en handlingsplan för psykisk hälsa som har nollvision om suicid i regionen. I handlingsplanen fram till 2025 är målet dessutom att minska antalet suicid med 40 % till 2025, vilket är ett delmål i det långsiktiga arbetet med nollvisionen. I handlingsplanen framgår sex olika fokusområden (VästKom, Västra Götalandsregionen, NSPHiG 2020):

1. **Lokal handlingsplan som involverar nyckelaktörer**
2. **Höjd kunskapsnivå**
3. **Prioritera suicidprevention på ledningsnivå**
4. **Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser på alla nivåer**
5. **Ta vara på civilsamhällets engagemang och kunskap**
6. **Lära av händelseanalyser vid suicid**

4 Lokalt perspektiv Borås Stad

Under tioårsperioden 2010-2019 begick 151 personer, som var 15 år eller äldre, självmord i Borås stad. Trenden är sjunkande över lag de senaste 20 åren. Av samtliga dödsfall i gruppen 15–24 år var 9,9 procent orsakade av suicid eller 32 personer under tioårsperioden.

Statistiken visar totalt 324 självmord i Sjuhärad under 2010-2019. Nästan hälften sker i Borås som är största kommun i Sjuhärad och centrum i Sjuhäradsbygden.

Den variation som ses mellan kommunerna i Sjuhärad är för liten för att kunna antas vara någonting annat än slumpmässiga tillfälligheter. Könsfördelningen för de två vanligaste metoderna visar att kvinnorna använde sig av förgiftning och hängning i ungefär lika stor utsträckning. För männen var hängning den övervägande självmordsmetoden.

Flera av stadens förvaltningar och verksamheter arbetar med psykisk ohälsa samt suicidprevention. Vissa verksamheter har tydliga rutiner, riktlinjer eller handlingsplaner för hur personalen ska agera i mötet med en självmordsnära person. Det finns i Borås Stad flera styrdokument som ligger till grund för arbetet i stadens verksamheter och har bäring på denna handlingsplan, såsom ANDTS-programmet och Program för föräldraskapsstöd.

Årtal	Antal	Självmordstal
2010	36	20,4
2011	27	15,3
2012	31	17,5
2013	37	20,8
2014	39	21,8
2015	25	13,9
2016	37	20,4
2017	30	16,4
2018	31	16,8
2019	31	17,2
Totalt	324	18,0

	Antal	Procent
15–24 år	32	9.9
25–44 år	79	24.4
45–64 år	124	38.3
65+ år	89	27.5
Totalt	324	100.0

Självmordsstatistik för Sjuhäradsbygden, samt suicid fördelat på ålder. (NASP 2020)
Genomsnittligt självmordstal är antal per 100 000 invånare.

5 Suicidpreventiva arbetsgruppen

FOF samordnar en suicidpreventiv arbetsgrupp, vilken är en undergrupp till den lokala arbetsgruppen psykisk hälsa inom ramen för närvårdssamverkan. Den suicidpreventiva arbetsgruppen består av samverkanspartners från berörda verksamheter i Borås. Varje berörd

förvaltning har sin representant i gruppen (FOF, IFO, ALF, VÄF, SOF, GRF, GVUF). Andra aktörer i gruppen kommer från vården, den ideella sektorn, Svenska kyrkan, Högskolan i Borås, studieförbund och kommunalförbund. Alla deltagare i gruppen rapporterar till sina närmaste chefer. Suicidpreventionsgruppen har ett uppdrag att utveckla en lokal handlingsplan för suicidprevention. Planen ska utgöra en grund för kommunens suicidpreventiva arbete. Gruppen har fokus på samverkan, genomförande och uppföljning av aktiveter som är fastställda i handlingsplanen, samt att hålla den levande under dess giltighetstid. Efter dess giltighetstid kommer suicidpreventionsgruppen att revidera handlingsplanen.

6 Handlingsplanen

Målet med den lokala handlingsplanen är att minska antalet suicid. Planen ska tydliggöra det kommunala ansvaret för det suicidpreventiva arbetet i Borås stad. Den ska skapa förutsättningar för ett strukturerat och kontinuerligt självmordsförebyggande arbete. Syftet är också att öka medvetenheten om riskgrupper och bakgrundsfaktorer till suicid, för att personer som kan befinna sig i riskgrupp ska kunna uppmärksammas. Handlingsplanen avser suicidprevention och omfattar inte specifika behandlingsinsatser för psykisk ohälsa. Målet med handlingsplanen är att främja psykisk hälsa och förebygga självmordshandlingar. Handlingsplanen för suicidprevention i Borås Stad stäcker sig från 2022 till 2025

Handlingsplanen är framtagen utifrån överenskommelse mellan Sveriges kommuner och regioner (SKR) och staten om insatser inom psykisk hälsa (Sveriges Kommuner och Regioner 2021), samt VästKoms styrelses rekommendation att kommuner ska utveckla handlingsplan om suicidprevention. Utgångspunkt för den lokala handlingsplanen är den Regionala handlingsplanen för suicidprevention – det goda livet i Västra Götalandsregionen. Borås Stad har följt dess fokusområden och rekommendationer.

6.1 Genomförande

Handlingsplanen pekar ut vilka områden som är prioriterade för det suicidpreventiva arbetet inom Borås stad. Varje enskild verksamhet/enhet ansvarar dock för att prioritera och implementera angivna åtgärdsförslag, med utgångspunkt i invånarnas behov och verksamhetens förutsättningar.

Den lokala handlingsplanen behöver insatser utifrån ett befolkningsperspektiv och ett individperspektiv. Perspektiven kompletterar varandra, båda är nödvändiga för att ett suicidpreventivt arbete ska kunna ge effekt. Utöver detta ger preventionstriangeln en bild av hur

insatser för suicidprevention kan delas in i tre olika nivåer – universellt, selektivt, indikerat (Folkhälsomyndigheten 2020).

- Universella insatser riktar sig till hela befolkningen oavsett risknivå och syftar till att öka kunskap och minska stigma, samt att stärka personer innan lidande uppstår. Dessa insatser har positiv effekt på alla tre preventionsnivåer och minskar behovet av insatser i de två andra nivåerna. De är minst resurskrävande.
- Selektiva insatser riktar sig till grupper som är mer utsatta för suicidrisk och kan exempelvis syfta till tidig upptäckt.
- Indikerade insatser riktar sig till individer med risk för suicid. Insatserna kan exempelvis syfta till tidig upptäckt, vård och behandling.

6.2 Implementering, uppföljning och utvärdering

Handlingsplanen för suicidprevention i Borås Stad stäcker sig från 2022 till 2025. Varje verksamhet ska implementera och ta fram aktiviteter i relation till verksamhetens målgrupp. Aktiviteterna inom ramen för handlingsplanen följs upp årligen av den suicidpreventiva gruppen och handlingsplanen i sin helhet revideras inför 2026 vilket FOF ansvarar för. Chefer i varje verksamhet ansvarar för att framtagna aktiviteter är implementerade och uppdaterade.

6.3 Prioriterade områden och åtgärdsförslag

Prioriterade områden i Borås Stad och åtgärdsförslag presenteras nedan utifrån vilken preventionsnivå respektive åtgärd tar sikte på. Åtgärdsförslagen är grundade utifrån NASP:s litteraturgenomgång av evidensbaserade åtgärder för att minska självmorden samt handlingsplanen för suicidprevention i Västra Götaland regionen. Specifika mål på kort och medellång sikt presenteras under respektive prioriterat område.

VAD	HUR ska det genomföras? Åtgärdsförslag	VEM ansvarar för genomförande och uppföljning?	NÄR ska det genomföras?
Universell prevention			
1) Ökad samverkan som involverar nyckelaktörer **Mål på kort sikt:** Chefer och medarbetare inom **FOF**, **IFO**, **ALF**, **VÄF**, **SOF** och **GRF** ska ha kännedom om den lokala handlingsplanen och berörda aktörers arbete inom suicidprevention i staden. **Mål på medellång sikt:** En struktur för samverkan internt och med berörda aktörer kring det suicidpreventiva arbetet och en struktur inom den suicidpreventiva gruppens arbete.	• Informera om handlingsplanen vid enhets möten/APT. • Öka samverkan/samarbete med interna och externa partner.	*Genomförande:* Chefer i berörda förvaltningar Suicidpreventiva gruppen *Uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen	Under 2022
	• Utveckling av den suicidpreventiva gruppen, med tydlig struktur utifrån handlingsplanen.	*Genomförande och uppföljning*: Suicidpreventiva gruppen	Under 2022
	• Gemensam kunskapsspridning om universell suicidprevention som involverar aktörer från både kommunen, regionen, idéburen sektor, och privata aktörer.	*Genomförande*: Den suicidpreventiva arbetsgruppen MHFA-instruktörer *Uppföljning*: Suicidpreventiva arbetsgruppen	Löpande
2) Ökad kunskap om psykisk ohälsa och suicidprevention **Mål på kort sikt:** Berörda förvaltningar har identifierat behov av kunskap samt blivit medvetna om ansvaret för att arbeta suicidpreventivt. **Mål på medellång sikt:** Höjd kompetens hos personal och andra nyckelpersoner. Det ska finnas kunskap inom verksamheterna för att identifiera risk, reagera, samt våga fråga om suicidtankar.	• Genomföra en kartläggning av tillgängliga utbildningar i suicidprevention och bedöma om det finns behov som inte tillgodoses.	*Genomförande och uppföljning*: Suicidpreventiva gruppen	Under 2022
	• Erbjuda regelbundna föreläsningar och aktiviteter för att sprida kunskap till både medarbetare och kommunens invånare.	*Genomförande och uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen	Löpande
	• Stödja förvaltningar i det suicidpreventiva arbetet genom att erbjuda utbildningar och kompetenshöjande insatser.	*Genomförande* MHFA-instruktörer Suicidpreventiva gruppen *Uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen	Löpande
	• Kunskapshöjande insatser om suicid riktade till psykiatrin.	*Genomförande och uppföljning*: Suicidpreventiva gruppen tillsammans med VGR	Löpande
	• Införa ett evidensbaserat skolprogram för att förebygga självmord och självmordsförsök,	*Genomförande*: Utbilda YAM-instruktörer från berörda verksamheter	Årligen

	t.ex. YAM (Youth Aware of Mental Health).	*Uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen	
	Fortsätta utbildningssatsning på MHFA (Mental Health First Aid). • Utbilda instruktörer, 16 st • Erbjuda grundkurser	*Genomförande och uppföljning*: Borås Stad tillsammans med Boråsregionen Sjuhärads kommunalförbund	Utbildning våren 2022 Grundkurser erbjuds löpande
3) Förebyggande arbete **Mål på kort sikt:** Genom främjande och förebyggande arbete skapa möjligheter att nå invånarna brett. **Mål på medellång sikt:** Genom befolkningsinriktade insatser stärka det suicidpreventiva arbetet och främja en god psykisk hälsa hos invånare.	Utveckling av mediakampanjer och informationsmaterial • Informationsskyltar vid suicidtäta platser • Informationskampanjer • Spridning av vuxna- och unga folder ”Det finns hjälp att få – när du inte mår så bra”	*Genomförande:* Suicidpreventiva arbetsgruppen, TEK *Uppföljning:* Suicidpreventiva arbetsgruppen	Mediakampanjer löpande Internationella Suicidpreventions dagen Psykiatrins vecka
	Utveckla det uppsökande arbetet • Utöka uppsökande arbete bland äldre för att upptäcka tecken på psykisk ohälsa och suicid. • Fördjupa samarbetet med Träffpunkt Simonsland i syfte att samt minska ensamheten.	*Genomförande och uppföljning:* Suicidpreventiva arbetsgruppen tillsammans med FOF och VÄF	2022-2023
	• Bryta ensamhet genom att erbjuda sociala sammanhang och aktiviteter för grupper som har svårt att delta i traditionell verksamhet, t ex personer med NPF-diagnoser och eller med psykisk ohälsa.	*Genomförande och uppföljning:* Suicidpreventiva arbetsgruppen tillsammans med FOF	Löpande
	• Stärka det våldspreventiva arbetet. Öka kunskapen om normer och våldsförebyggande, vilket bäring på det suicidpreventiva arbetet	*Genomförande och uppföljning:* Suicidpreventiva arbetsgruppen tillsammans med FOF	Löpande
Selektiv prevention			
1) **Ökad samverkan och kunskap inom verksamheter och personalen som arbetar med särskilda riskgrupper**	• Utveckla arbetet med SIP genom att öka personalens kunskap om att använda SIP och att hålla i SIP-möten.	*Genomförande och uppföljning:* Berörda chefer	Under 2022
	• Öka medvetenheten om det suicidpreventiva arbetet i	*Genomförande och uppföljning:*	Under 2022 och löpande framöver

Mål på kort sikt: Berörda verksamheter uppmärksammar särskilda riskgrupper, identifierar viktiga samarbetspartners och använder SIP för personer i risk för suicid. **Mål på medellång sikt:** Medarbetare inom verksamheter som möter särskilda riskgrupper samverkar och har bättre kunskap om och bättre beredskap för att möta suicidnära personer. Det finns tydliga rutiner när medarbetare möter suicidnära personer.	den lokala närvårdssamverkan, arbetsgrupp psykisk hälsa.	Suicidpreventiva gruppen tillsammans med ALF	
	• Genomföra fortlöpande utbildningar riktade till medarbetare inom kommunen, hälso- och sjukvård och andra organisationer, som möter riskgrupper, för att kunna uppmärksamma risker. • Höja kunskaperna hos medarbetare för identifiering respektive behandling av suicidnära patienter.	*Genomförande:* Suicidpreventiva gruppen MHFA-instruktörer *Uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen	Löpande 2022-2025
	• Kompetenshöjande insatser gällande funktionsnedsättningar och risk för suicid bland medarbetare inom verksamheter som möter personer med funktionsnedsättningar.	*Genomförande:* Suicidpreventiva gruppen tillsammans med SOF MHFA-instruktörer *Uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen	Löpande
	• Utforska möjligheten att genomföra intervjuer med suicidnära personer för att inhämta relevant kunskap om de riskfaktorer som finns för suicid. Därefter kunna erbjuda relevant stöd för att minska risken för suicid.	*Genomförande:* Suicidpreventiva gruppen med personligt ombud, samt brukarråd *Uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen	2022-2023
2) **Stöd och samarbete med civilsamhället** **Mål på kort sikt:** Ökad samverkan med civilsamhället i syfte att öka kunskapen och stärka stödet till särskilda riskgrupper. **Mål på medellång sikt:** Personer i särskilda riskgrupper för suicid, får det stöd de behöver i rätt tid och	• Stödja lokala föreningar och frivilligorganisationer som arbetar med aktiviteter riktade till riskgrupper för suicid.	*Genomförande och uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen tillsammans med de idéburna	Löpande
	• Utbilda och stödja relevant personal inom frivilligorganisationer kring stöd och hjälp till anhöriga vid suicid.	*Genomförande och uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen tillsammans med de idéburna MHFA-instruktörer	Löpande

vet vart de ska vända sig vid behov av hjälp och stöd från frivilliga organisationer.	• Sprida information till civilsamhället		
Indikerad prevention			
1) **Systematiskt kvalitetsarbete för att förhindra suicid** **Mål på kort sikt:** Det finns en struktur för hur suicidhandlingar hanteras – chefer och medarbetare vet hur de ska agera vid risk för att någon ska begå självmord. **Mål på medellång sikt:** Chefer och medarbetare i kommunens verksamheter har kunskap om och verktyg för hur de ska bemöta och agera vid suicid, risk för suicid eller tankar om suicid.	• Berörda verksamheter tar fram rutiner eller komplettera befintliga, för hur chefer och medarbetare ska agera vid kontakt med enskilda som har suicidtankar vid suicidhandlingar. Rutinerna ska innehålla händelseanalyser vid händelse av suicid. • Återkoppla effekterna av aktiviteter i den lokala handlingsplanen till närvårdsamverkan psykisk hälsa gruppen.	*Genomförande:* Berörda chefer *Uppföljning:* Suicidpreventiva gruppen	2022-2023
	Utveckla stödet till anhöriga genom att • Sprida information, bl a broschyrer för att stödja anhöriga • erbjuda stöd till anhöriga vid suicid	*Genomförande:* Medarbetare inom berörda förvaltningar Suicidpreventiv arbetsgrupp *Uppföljning:* Chefer inom berörda förvaltningar	Löpande 2022-2025

Referenser

Folkhälsomyndigheten. den 10 juni 2021. https://www.folkhalsomyndigheten.se/suicidprevention/statistik-om-suicid/ (använd den 10 august 2021).

Folkhälsomyndigheten. den 13 oktober 2020. https://www.folkhalsomyndigheten.se/suicidprevention/forebyggande-insatser/.

NASP. *Nationellt centrum för suicidforskning och prevention.* 2020. https://ki.se/nasp/statistik-0.

”Suicide Zero.” *Suicide Zero.* den 6 maj 2020. https://assets.ctfassets.net/87pwg6063hb1/4HwwRD6gUjALEzZg8aQOXQ/7f28ceed82ed1324993cedf2fda4284c/2020506_St__dmaterial_arbete_med_handlingsplan.pdf (använd den 10 augusti 2021).

Sveriges Kommuner och Regioner. den 18 maj 2021. https://skr.se/skr/halsasjukvard/psykiskhalsa/overenskommelsepsykiskhalsa.234.html (använd den 10 agusti 2021).

World Health Organization. den 9 september 2019. https://www.who.int/news/item/09-09-2019-suicide-one-person-dies-every-40-seconds (använd den 10 agusti 2021).

”Vårdsamverkan i Västra Götaland.” *Vårdsamverkan i Västra Götaland.* den 6 juni 2021. https://www.vardsamverkan.se/omraden/psykisk-halsa/suicidprevention/ (använd den 8 augusti 2021).

Vårdsamverkan i Västra Götaland. *Närvårdssamverkan Södra Älvsborg.* den 14 November 2021. https://www.vardsamverkan.se/organisation/delregionalvardsamverkan/sodra-alvsborg/Projektochprocesser/samordnad-individuell-plan-sip/ (använd den 15 November 2021).

VästKom, Västra Götalandsregionen, NSPHiG. ”Det goda livet i Västra Götaland.” Handlingsplan för suicidprevention, 2020.