



Handlingsplan för suicidprevention inom SIMBA-området

Ale, Kungälv, Stenungsund, Tjörn

2024-2025



Inledning

Suicid är ett komplext samhälls- och folkhälsoproblem som kräver många angreppssätt.

Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen har tillsammans med 24 andra myndigheter tagit fram ett förslag till en ny nationell strategi för psykisk hälsa och suicidprevention, *”Det handlar om livet”*. Den ska fungera som en gemensam plattform för hela samhällets arbete inom området de kommande tio åren, och stärka arbetet för en god psykisk hälsa i befolkningen. Strategins vision är ett samhälle som främjar en god och jämlik psykisk hälsa i hela befolkningen, och där ingen ska behöva hamna i en situation där suicid upplevs vara den enda utvägen.

Suicid är i sig ingen sjukdom. Det är inte ens nödvändigt att psykisk sjukdom ligger bakom. Däremot är psykisk sjukdom eller psykisk ohälsa en vanlig riskfaktor.

Suicidalt beteende påverkas av många faktorer och statistiskt sett tar tre svenskar sitt liv varje dag och i Västra Götaland handlar det om ca 200 personer per år, samtidigt som uppskattningsvis 2000 suicidförsök görs.

Statistiskt tar 15 svenskar per 100 000 invånare sitt liv varje år enligt Folkhälso-myndigheten. För SIMBA innebär detta att fem personer i Ale, sju personer i Kungälv, fyra personer i Stenungsund samt 2,5 personer på Tjörn varje år tar sitt liv samtidigt som 50 personer i Ale, 70 personer i Kungälv, 40 personer i Stenungsund samt 25 personer på Tjörn gör suicidförsök.

Det förebyggande arbetet är inte bara ett sätt att ge hjälp i livsfarliga situationer utan innebär även 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 utbilda personal. Varje liv som kan räddas är en framgång, därför är det viktigt att förebygga suicid till skydd för livet.

Inom Västra Götaland finns *Handlingsplan för psykisk hälsa i Västra Götaland 2018–2024* vars syfte är att stärka kommuner och regioner i arbetet med att främja psykisk hälsa. Med utgångspunkt i handlingsplanen antogs år 2020 regionalt *Det goda livet i Västra Götaland – Handlingsplan för suicidprevention 2020–2025*. Prioriterat är nollvision om suicid i Västra Götaland.

Inom SIMBA-området genomförs det förebyggande arbetet företrädesvis lokalt ute i varje kommun men det förekommer också SIMBA-gemensamma aktiviteter. Arbetet utgår ifrån den regionalt framtagna handlingsplanen för Suicidprevention.

Innehåll

| | |
|---|---|
| Mål 1: Höjd kunskapsnivå..... | 3 |
| Mål 2: Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser..... | 3 |

| | |
|---|---|
| Mål 3: Ta vara på civilsamhällets engagemang och kunskap..... | 4 |
| Mål 4: Lära av händelseanalyser vid suicid..... | 5 |

Mål 1: Höjd kunskapsnivå



SIMBA och Samordningsförbundet Kust & Älv har MHFA-instruktörer¹ som är verksamma inom områdena hälso- och sjukvård, utbildning, omsorg, socialtjänst och socialpsykiatri. Instruktörerna erbjuder utbildningar till "Första hjälpare" för personal inom hälso- och sjukvård, utbildning, omsorg, socialtjänst och socialpsykiatri i regionen och kommunernas verksamheter.

Det finns även aktörer som erbjuder utbildningar i suicidprevention riktad till olika målgrupper.

För medarbetare inom den regionala hälso- och sjukvården rekommenderas SPISS-utbildningen. SPISS (Suicidprevention i svensk sjukvård) är en webbaserad utbildning som ger ökad kunskap för att minska antal suicid och suicidförsök

Indikatorer:

- ✓ Antal utbildningar som genomförs i SIMBA:s kommuner riktade till medarbetare
- ✓ Antal utbildningar som genomförs i SIMBA:s kommuner riktade till allmänheten
- ✓ Antal medarbetare som genomgår SPISS-utbildningen

Mål 2: Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser



Personer med psykisk ohälsa och förhöjd risk för suicid ska ges kompetent hjälp och stöd oavsett var behovet identifieras. Det är viktigt att det finns kända och fungerande rutiner att slussa personer vidare när behov finns av detta.

Övergångar till och från slutenvården, där kommunen och psykiatriens öppenvård ofta är involverad är generellt en risksituation för suicid. Här bör en samordnad individuell

¹ <https://ki.se/nasp/mhfa-forsta-hjalpen-till-psykisk-halsa>

Instruktörsutbildning i metoden MHFA (Mental Health First Aid), Första hjälpen till psykisk hälsa

plan (SIP) erbjudas. En SIP säkerställer att den enskilde får sina behov tillgodosedda och gör den enskilde och eventuella närstående delaktiga i planeringen av insatser. En SIP kan i vissa fall behöva kompletteras med en krisplan där det framgår vilka kontakter som ska tas och vilka insatser som ska sättas in vid till exempel försämrat hälsoläge och suicidrisk vid återinsjuknande.

I SIMBA-området finns en samverkansmodell kring barn och unga med psykisk ohälsa som innebär att vårdcentralerna, elevhälsan, socialtjänsten och Barn och ungdomspsykiatri (BUP) har regelbundna möten.

Indikatorer:

- ✓ Upprättade listor med aktuella kontaktuppgifter via lokala samverkansgrupper till verksamheterna veckans samtliga dagar och dygnets alla timmar i respektive kommun för konsultation i individärenden
- ✓ Antal SIP (AU 124, AU 125, AW 010) för personer med avsiktlig självdestruktiv handling (X 60-X84) och/eller strukturerade suicidriskbedömning (AU 118) i respektive kommun
- ✓ Antal upprättade SIP med krisplaner (AU 123) för personer som är suicidbenägna (fått diagnoskod X 60-X84 och/eller AU 118) i respektive kommun
- ✓ Antal samverkansmöten i SIMBA-teamen per kommun med representation från vårdcentralerna, elevhälsan och socialtjänsten
- ✓ Antal samverkansmöten i SIMBA-teamen per kommun där även BUP deltar

Mål 3: Ta vara på civilsamhällets engagemang och kunskap



Civilsamhället och offentliga verksamheter behöver samverka för att motverka stigmatisering och göra det lättare att samtal om psykisk ohälsa och suicid. Det finns flera intresse- och frivilligorganisationer som arbetar med att skapa engagemang, kunskap och dialog och de har en viktig funktion i det suicidpreventiva arbetet.

En vårdnadshavares förtida död är bland det mest dramatiska som kan drabba ett barn och studier har visat att en förälders dödsfall, oavsett dödsorsak, ökar risken för dödsfall och självmordsförsök bland barnen. Det finns även forskning som visar på samband mellan den information barn får samt deras möjligheter att få ställa frågor för att förstå det som hänt och psykiska, fysiska och sociala konsekvenser av situationen för barnet.

Indikatorer:

- ✓ Exempel på aktiviteter under året inom området psykisk hälsa som genomförs i respektive kommun mellan de offentliga verksamheterna och intresse- och frivilligorganisationer.

- ✓ Upprättade listor med aktuella kontaktuppgifter via lokala samverkansgrupper till verksamheterna veckans samtliga dagar och dygnets alla timmar i respektive kommun för konsultation i individärenden.

Mål 4: Lära av händelseanalyser vid suicid



Händelseanalyser ökar kunskapen om den suicidala 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.

Indikatorer:

- ✓ Information/utbildning i händelseanalys för chefer och ledare inom primärvården och kommun

ⁱ <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2023/september/det-handlar-om-livet--ny-nationell-strategi-for-psykisk-halsa-och-suicidprevention/>