

10 сентября – Всемирный день предотвращения самоубийств

Ежегодно 10 сентября Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) при поддержке Международной ассоциации по предотвращению самоубийств проводит Всемирный день предотвращения самоубийств.

Самоубийства – это серьезная проблема общественного здравоохранения, однако при наличии своевременных, основанных на фактах и зачастую недорогостоящих мер вмешательства, самоубийства можно предотвращать. В первую очередь раннее выявление и лечение депрессии, а так же нарушений, связанных с употреблением алкоголя, они являются ключевым элементом предотвращения самоубийств на индивидуальном уровне, наряду с этим психологическая помощь лицам, совершившими попытку самоубийства

Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) подсчитано, что ежегодно около 800 000 человек погибают в результате самоубийства и еще многочисленное множество совершают суицидальные попытки.

По информации ВОЗ в странах с высоким уровнем дохода четко прослежена связь между самоубийствами и психическими расстройствами (в первую очередь, депрессией и расстройствами, вызываемыми потреблением алкоголя), многие самоубийства совершаются импульсивно в моменты кризиса, когда утрачивается способность преодолевать стрессовые ситуации в жизни, такие как финансовые проблемы, разрыв отношений или хроническая боль и болезнь. Кроме того, суицидальное поведение во многом ассоциируется с конфликтами, стихийными бедствиями, насилием, злоупотреблением или утратами, а также чувством изоляции. Показатели самоубийств также высоки среди самых уязвимых групп, которые подвергаются дискриминации, например, беженцы и мигранты, коренное население, а также заключенные. Самым сильным фактором риска в плане самоубийства является предшествующая попытка самоубийства. Любые неожиданные или драматические изменения, влияющие на поведение подростка или ребенка, любые внезапные и значительные изменения успеваемости, посещения школы или поведения следует принимать всерьез. А именно – своевременное выявление учащихся с личностными нарушениями и обеспечение их психологической поддержкой, направление суицидального подростка к врачу общего профиля, детскому психиатру, психологу или в отделение скорой помощи, может спасти его жизнь.

На уровне населения необходимо разрабатывать политику по уменьшению масштабов вредного употребления алкоголя как одного из компонентов всесторонней стратегии предотвращения самоубийств.

Необходимо размещать информацию, направленную на изменение отношения людей к своему здоровью, в том числе психическому и психологическому.

В Плане действий ВОЗ по психическому здоровью на 2013-2020 гг. государства–члены ВОЗ обязались достичь глобальной цели сокращения показателя самоубийств в странах на 10% к 2020 году.

Самоубийство не является громом с ясного неба: люди с суицидальными наклонностями весьма ясно предупреждают окружающих о своих намерениях и оставляют много возможностей для принятия соответствующих мер.