

Strategi för suicidprevention Katrineholms kommun

Övergripande inriktningsdokument

Dokumentinformation

Beslutshistorik

Antagen av kommunfullmäktige 2022-09-19 § 99

Giltighet

Gäller från och med 2022-09-19

Gäller till och med 2023-12-31

Inlagd bilaga ses som verkställighetsdokument och hanteras på tjänstemannanivå

Förvalterskap¹

Inom Kommunstyrelsens ansvarsområde

Kategori

- Inriktningsdokument

Uppföljning

Uppföljningen av det samlade suicidpreventiva arbetet i kommunen ska göras årligen i samband med årsredovisningen.

¹ Förvalterskapet innebär ansvar för att:

- dokumentet efterlevs
- är tillgängligt
- följa eventuellt ändrade förutsättningar för dokumentet
- dokumentet följs upp och revideras
- dokumentet är aktuellt och uppdaterat

Innehåll

Strategi för suicidprevention i Katrineholms kommun	4
Mål och åtgärdsområden	4
Bilaga -Kunskapsunderlag till strategi för suicidprevention i Katrineholms kommun	

Strategi för suicidprevention i Katrineholms kommun

Syftet med strategin för suicidprevention är att förebygga suicidförsök och suicid samt att bidra till att förbättra den psykiska hälsan hos invånarna i Katrineholms kommun och medarbetarna i Katrineholms kommun som organisation. Dokumentet är vägledande för beslut och styrning och innehåller övergripande mål och inriktning. Via inriktningsdokumentet ställer sig Katrineholms kommun bakom det nationella övergripande målet för suicidprevention samt de nationella åtgärdsområdena i arbetet för att förebygga suicid.

Strategin ska bidra till förutsättningar för ett strukturerat och kontinuerligt suicidpreventivt arbete i Katrineholms kommun.

Mål och åtgärdsområden

Det övergripande målet för strategin för suicidprevention är att: **ingen person ska behöva hamna i en sådan situation att suicid upplevs som den enda utvägen.**

För att arbeta med det övergripande målet finns nio strategiska åtgärdsområden:

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 medicinska, psykologiska och psykosociala insatser
6. Sprida kunskap om evidensbaserade metoder för att minska suicid
7. Höja kompetensen hos personal och andra nyckelpersoner
8. Genomföra händelseanalyser efter suicid
9. Stödja frivilligorganisationer

Utifrån inriktningsdokumentet ska en kommungemensam handlingsplan för alla nämnder tas fram. Handlingsplanen ska innehålla en sammanställning av aktiviteter utifrån samtliga nämnders ansvarsområden, som tillsammans ska leda till att målen med strategin uppnås.

Det övergripande samordningsansvaret ligger inom kommunstyrelsens ansvarsområde.

Kunskapsunderlag till strategi för suicidprevention i Katrineholms kommun

Dokumentinformation

Beslutshistorik

Förvaltarskap¹

Inom Kommunstyrelsens ansvarsområde

Kategori

- Kunskapsunderlag

¹ Förvaltarskapet innebär ansvar för att:

- dokumentet efterlevs
- är tillgängligt
- följa eventuellt ändrade förutsättningar för dokumentet
- dokumentet följs upp och revideras
- dokumentet är aktuellt och uppdaterat

Innehåll

Kunskapsunderlag till strategi för suicidprevention i Katrineholms kommun	4
Strategin för suicidprevention i Katrineholms kommun	4
Mål och åtgärdsområden för strategin för suicidprevention.....	4
Bakgrund.....	4
Nationella, regionala och lokala mål	5
Terminologi.....	5
Risk- och skyddsfaktorer.....	6
Riskfaktorer.....	6
Skyddsfaktorer	6
Riskgrupper.....	6
Suicidprevention	6
Universell suicidprevention	7
Selektiv suicidprevention	7
Indikativ suicidprevention.....	7
Genomförande av strategin för suicidprevention	7
Avgränsningar	7

Kunskapsunderlag till strategi för suicidprevention i Katrineholms kommun

Strategin för suicidprevention i Katrineholms kommun

Syftet med strategin för suicidprevention är att förebygga suicidförsök och suicid och bidra till att förbättra den psykiska hälsa hos invånarna. Syftet är också att verka för en ökad allmänkunskap om psykisk hälsa och suicidpreventiva åtgärder hos kommunens anställda och invånare. Strategin för suicidprevention är en övergripande strategi som berör alla kommunens förvaltningar. Strategin ska bidra till förutsättningar för ett strukturerat och kontinuerligt suicidpreventivt arbete i Katrineholms kommun.

Mål och åtgärdsområden för strategin för suicidprevention

Det övergripande målet är att: Ingen person ska hamna i en sådan utsatt situation att suicid ses som den enda utvägen.

För att arbeta med det övergripande målet finns nio strategiska åtgärdsområden:

1. Främja goda livchanser 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 medicinska, psykologiska och psykosociala insatser
6. Sprida kunskap om evidensbaserade metoder för att minska suicid
7. Höja kompetensen hos personal och andra nyckelpersoner
8. Genomföra händelseanalyser efter suicid
9. Stödja frivilligorganisationer

Det övergripande målet och de nio åtgärdsområdena ligger till grund för det suicidpreventiva arbetet i Katrineholms kommun

Bakgrund

Suicid är ett omfattande folkhälsoproblem. Varje år begår nästan 1600 personer suicid i Sverige. Antalet suicid har minskat hos vuxna, men ökar hos unga. I Södermanlands län begår i genomsnitt 46 personer suicid årligen. Tio gånger så många försöker begå suicid och ytterligare tio gånger så många har planer på att göra det. Suicid är den vanligaste dödsorsaken hos män i åldersgruppen 15-44 år och den näst vanligaste hos yngre kvinnor. Suicid förekommer i alla socioekonomiska grupper, oavsett ålder och kön. Förutom förlust av människoliv leder suicid till omfattande psykiskt lidande och försämrad hälsa hos anhöriga och andra berörda. De leder även till stora samhällsekonomiska kostnader.

Nationella, regionala och lokala mål

Agenda 2030 innehåller 17 globala mål för hållbar utveckling. Delmål 3.4 handlar bland annat om att främja psykisk hälsa och välbefinnande genom förebyggande insatser, bland annat genom suicidprevention.²

Sveriges riksdag beslutade år 2008 om ett nationellt handlingsprogram för suicidprevention. Det övergripande målet i handlingsprogrammet är att ingen person ska hamna i en sådan utsatt situation att suicid ses som den enda utvägen. Handlingsprogrammet består av tidigare nämnda åtgärdsområden för att förebygga suicid. De utgår dels från ett individperspektiv, dels ett befolkningsperspektiv. Perspektiven kompletterar varandra och båda är nödvändiga för att det förebyggande arbetet ska ha effekt.³

Folkhälsomyndigheten ansvarar för att samordna det nationella suicidpreventiva arbetet i Sverige. Regeringen har gett Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen i uppdrag att lämna ett underlag för en ny nationell strategi inom området psykisk hälsa och suicidprevention. Myndigheterna ska slutredovisa uppdraget till regeringen senast 1 september 2023, genom ett samlat förslag till strategi med mål, prioriteringar och indikatorer för uppföljning.

Region Sörmland har antagit en regional strategi för suicidprevention med en nollvision för suicid. Strategin är utformad på en övergripande nivå och pekar ut riktningen för ett brett suicidpreventivt arbete för samtliga verksamheter inom Region Sörmland, men också vikten av samverkan med externa parter så som kommunerna.⁴

Målet för kommunens folkhälsoarbete är en god och jämlik hälsa i hela befolkningen. Kommunen ska bidra till att hälsoklyftorna i samhället minskar. (Katrineholms kommuns kommunplan, KF 2019-01-21, §2). Alla nämnder har ett ansvar för att ett folkhälsoperspektiv införlivas i respektive verksamhet. Barn och ungdomar ska prioriteras. (KF 2019-12-16, §190). För att stärka folkhälsan ytterligare i kommunen har år 2022 utlysts till ett Hälsöår (Övergripande plan med budget 2022-2024).

I kommunplanen finns också beskrivet att Katrineholms kommun ska vara en attraktiv arbetsgivare som ska arbeta för hälsofrämjande arbetsplatser. Kommunen ska bedriva ett aktivt arbetsmiljöarbete med fokus på såväl fysisk som psykosocial arbetsmiljö.

Terminologi

Ordet självmord har alltmer kommit att ersättas av termen suicid. Orden används synonymt.

Suicid är en medveten, uppsåtlig, självförvållad, livshotande handling som leder till döden.

Suicidförsök är ett livshotande eller skenbart livshotande beteende i avsikt att sätta sitt liv på spel eller göra intryck av en sådan avsikt, som inte leder till döden.

Suicidprevention är aktiviteter som utförs för att förhindra och minska antalet suicidförsök och suicid.⁵

² [Agenda 2030 | Mål 3 | Hälsa och välbefinnande - Regeringen.se](#)

³ Folkhälsomyndigheten. Nationellt handlingsprogram för suicidprevention.

⁴ Styrande dokument - Region Sörmland ([regionsormland.se](#))

⁵ Suicide zero

Risk- och skyddsfaktorer

Riskfaktorer

Det finns inte någon enskild, tydlig orsak bakom ett suicidfall. Ju fler riskfaktorer desto större är suicidrisken. De enskilt största riskfaktorerna för suicid är tidigare suicidförsök och psykisk sjukdom.⁶ Exempel på andra riskfaktorer för suicid är:

- psykiatriska faktorer som allvarlig depression, ångesttillstånd eller användning av alkohol och andra droger
- biologiska eller genetiska faktorer som sårbarhet eller familjehistorik med suicid
- ogynnsamma livshändelser som förlust av en närstående, en relation, arbete, status eller pengar, mobbning eller kränkning
- psykologiska faktorer som konflikter med andra personer, våld eller erfarenheter av fysisk misshandel eller sexuellt utnyttjande i barndomen, samt känslor av hopplöshet
- social isolering och ekonomiska svårigheter

Skyddsfaktorer

Riskfaktorer kan i vissa fall kompenseras av skyddsfaktorer, både hos individen själv och omgivningen. Faktorer som tycks kunna skydda mot suicid är bland annat att ha goda, stabila relationer och stödjande sociala nätverk. Det är också skyddande att ha en god självkänsla och tilltro till sig själv och de egna möjligheterna att kunna påverka sin situation. Personer som aktivt söker hjälp, som har god problemlösningsförmåga och strategier för att kunna hantera psykisk smärta, är mindre benägna att begå suicid.

Det är också skyddande att ha hälsosamma levnadsvanor, som regelbunden fysisk aktivitet samt goda kost- och sömnvanor.⁷

Riskgrupper

Det finns ett antal identifierade riskgrupper för suicid. Män och äldre personer är överrepresenterade när det gäller personer som avlider av suicid, men suicidförsök är vanligast bland kvinnor. Andra riskgrupper är exempelvis personer med beroendesjukdomar, somatiska sjukdomar, HBTQI-personer och individer i vissa minoritetsgrupper. Efterlevande, framförallt barn 0-18 år, till personer som har begått suicid är en annan riskgrupp.⁸ Barn som efterlevande bör särskilt beaktas utifrån barnkonventionen som lag då barn är en särskilt utsatt målgrupp.⁹ Det är vanligt att personer med risk för suicid har en kombination av riskfaktorer.

Suicidprevention

Suicid är ett folkhälsoproblem som går att förebygga. Suicidpreventivt arbete handlar om att genom olika insatser minska risken för att människor begår suicid. Det suicidpreventiva arbetet behöver finnas på olika nivåer och arenor. Det är viktigt att kombinera insatser till individer med insatser som riktar sig till hela befolkningen.

Det finns flera suicidpreventiva insatser som fungerar. Ett exempel är att begränsa tillgången av medel och metoder för suicid, som att genomföra suicidpreventiva åtgärder i stadsmiljön. Ett

⁶ Socialstyrelsen. Riskfaktorer [Suicid - Patientsäkerhet \(socialstyrelsen.se\)](https://www.socialstyrelsen.se/suicid)

⁷ [Om suicidförebyggande insatser - suicidprevention.se \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/om-suicidförebyggande-insatser-suicidprevention.se)

⁸ [OM SUICID - RESPI](https://www.respi.se/)

⁹ [Lag \(2018:1197\) om Förenta nationernas konvention om barnets rättigheter Svensk författningssamling 2018:2018:1197 - Riksdagen](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lag/forordning/2018/2018:1197)

annat är att främja goda relationer till andra och att ge kunskap om hur man hanterar svårigheter och känslor.¹⁰

Universell suicidprevention

Universell suicidprevention är främjande insatser som riktar sig till hela befolkningen. Insatserna syftar till att öka kunskapen om psykisk ohälsa och suicid, eller att minska möjligheten att begå suicid. Det är viktigt att sådana insatser når en stor del av befolkningen tidigt i livet, eftersom det finns fler personer med en måttligt förhöjd suicidrisk, än det finns högriskindivider.¹¹

Selektiv suicidprevention

Selektiv suicidprevention är insatser som riktar sig till riskgrupper och som syftar till att förebygga eller upptäcka risk för suicid.

Indikativ suicidprevention

Indikativ suicidprevention är insatser som vänder sig till högriskgrupper, exempelvis personer som försökt att begå suicid. Insatserna kan vara tidigt upptäckt och vård, eller åtgärder för att minska sociala och psykologiska problem.¹²

Genomförande av strategin för suicidprevention

Strategin innehåller mål och åtgärdsområden för det suicidpreventiva arbetet i Katrineholms kommun. Utifrån inriktningsdokumentet ska en kommundemensam handlingsplan för alla nämnder tas fram. Det övergripande samordningsansvaret ligger inom kommunstyrelsens ansvarsområde.

Handlingsplanen ska bygga på en inventering av nuläget, förslag på konkreta evidensbaserade suicidpreventiva insatser, samt måluppfyllelse.¹³ Insatserna ska utföras inom ramen för ordinarie verksamhetsplanering och uppföljning. Redovisning görs i årsredovisning.

Det är ingen nämnd som ensam ansvarar för att arbeta med suicidprevention. Arbetet måste ske av flera nämnder, var för sig och i samverkan. Detsamma gäller på förvaltningsnivå. Varje enskild förvaltning ansvarar dock för att prioritera och implementera strategin, med utgångspunkt i invånarnas behov och förvaltningens förutsättningar.

Avgränsningar

Handlingsplanen ska avse suicidprevention. Den omfattar inte specifika förebyggande och behandlande insatser när det gäller psykisk ohälsa.

Utöver myndigheter, kommuner och regioner bidrar organisationer inom civilsamhället med viktiga insatser inom det suicidförebyggande arbetet. Dessa organisationer förfogar över viktig kompetens och bör involveras i det suicidpreventiva arbetet.

¹⁰ [INSATSER – RESPI](#)

¹¹ [INSATSER – RESPI](#)

¹² Folkhälsomyndigheten, 2015. Suicid kan förebyggas med hjälp av förebyggande insatser.

¹³ [Utbildningar \(suicidezero.se\)](#)