

# Mange dør stadig for egen hånd

Det samlede antal selvmord er faldet de senere år. I 2005 var der alligevel 628 mennesker i Danmark, som begik selvmord. Det er betydelig flere end der slås ihjel i trafikken. Selvmord er omgivet med tabuer, tavshed og meget lidt medieomtale på trods af de voldsomme konsekvenser for de efterladte - og for samfundet. Og selvmord har det ydermere med at gentage sig i de allerede ramte familier. Den praktiserende læge er nøgleperson i forebyggelse af selvmordsadfærd. Derfor lanceres et nyt E-læringsprogram på læger.dk.

**Tekst** *Jonna Jacobsen, Overlæge, psykiater, Aalborg Psykiatriske Sygehus / jobij@rn.dk*  
*Annette Plesner Steenstrup, HR-chef, leder af kursusafdelingen, Lægeforeningen / aps@dadl.dk*  
*Elene Fleischer, forsker, Aalborg Psykiatriske Sygehus / e.fleischer@rn.dk*  
*Jens Engberg, journalist (DJ), E-læringskonsulent / je@mindmakers.dk*

I maj måned lancerer Lægeforeningen E-læringskurset "Forebyggelse af selvmord og selvmordsadfærd" på Læger.dk. Formålet med programmet er at introducere alment praktiserende læger til unge og ældres selvmordsadfærd – og ikke mindst synliggøre, at selvmordsadfærd blandt ældre og yngre mennesker kræver helt forskellig opmærksomhed.

## Aldersvariationer

I gruppen ældre over 70 år begik mænd i 2005 116 selvmord mod 50 selvmord blandt kvinder. Årsagerne til selvmord er ofte tab af nærtstående, alvorlige somatiske sygdomme, ensomhed mv.

Der er dog én meget væsentlig enkeltfaktor: Det anslås, at op mod 80 % af de ældre som begår selvmord har en psykisk lidelse, oftest er det en uopdaget eller insufficient behandlet depression. Især mændene er svære at få udredt og behandlet og det ses tydeligt i selvmordsstatistikken.

I den forbindelse er den praktiserende læge en vigtig faktor i at forhindre, at patienten udvikler selvmordsadfærd.

Blandt unge er der forholdsvis få selvmord. I 2005 begik 8 drenge og 2 piger i alderen 15 til 19 år selvmord. Til gengæld ses der et meget højt antal selvmordsforsøg blandt unge. I 2005 var der 1.150 forsøg blandt piger ml. 15 og 19 år og 250 forsøg blandt

drenge i samme alder. Kun forsøg som medførte sygehuskontakt er talt med. Der regnes med et betydeligt mørketal.

### Kurset indeholder også interviews med:

- Professor i psykiatri, overlæge Thorkil Sørensen, OUH
- Psykolog Ida Koch, speciale i psykoterapi og supervision, "Den Gule Flyver", København
- Gerontopsykiater, overlæge Annette Lolk, OUH
- Forsker Elene Fleischer, Odense
- Pensioneret praktiserende læge Jens Gerhard Jensen, Tåstrup.

Den praktiserende læge vil ofte være det menneske, der opdager den unges voksende problemer, hvad enten det er ensomhed, mobning, anomi, misbrug eller manglende evne til at leve op til det omgivende samfunds forventninger osv.

### Kursets indhold

Fokus i E-kursets tre video-cases ligger derfor på at vise, hvordan tre alment praktiserende læger på helt forskellige vis

### Medvirkende i tre cases fra almen praksis:

- Praktiserende læge og "Søren Hansen" på 67 år
- Praktiserende læge og "Anders" på 19 år
- Praktiserende læge og "Pernille" på 16 år.

gennemfører en samtale med en selvmordstruet person. Og på trods af forskelligheden i samtalerne, når de tre læger alle

frem konkret at vurdere risikofaktorer og dermed et adækvat grundlag for det videre forløb med patienten.

E-kurset er tilrettelagt i følgende hovedpunkter:

- Videobaseret gennemgang af udviklingen i selvmordsadfærd blandt unge og ældre. Der suppleres interviews med psykiatere og psykolog.
- Tre dramatiserede videocases med alment praktiserende læger og patienter – to unge og en ældre. Hver case følges op med lægens refleksioner samt kommentarer fra en psykolog og to psykiatere. Patientrollerne spilles af skuespillere.
- Interview med forsker om lægens rolle i forhold til pårørende og efterladte.
- En pensioneret praktiserende læge fortæller – som noget ganske unikt – om sin oplevelse med en patient, der begik selvmord få timer efter en konsultation.
- Værktøjsafsnit med vejledning i forebyggelse af selvmordsadfærd, eksempler på breve til efterladte, beskrivelse af de regionale centre for selvmordsforebyggelse mv.

**Kurset er tilgængeligt via**  
[www.laeger.dk](http://www.laeger.dk)

E-læringsprogrammet  
"Forebyggelse af selvmord og  
selvmordsadfærd" er udviklet i  
samarbejde mellem  
Lægeforeningen og Psykiatrien i  
Region Nordjylland, Aalborg  
Psykiatriske Sygehus, Afdeling  
Syd, for midler bevilget af  
Socialministeriet.

E-læringsprogrammet ældredel  
indgår i et større projekt:  
"Forebyggelse af selvmord blandt  
ældre over 65 år" der afsluttes  
med udgangen af 2008.

#### **De voksne**

E-læringskurset fokuserer på de  
unge og de ældre, men der  
arbejdes på at udbygge med et  
modul om aldersgruppen 25 til  
64 år.

#### **Kontaktperson på Ældreafsnittet:**

Psykiater, overlæge Jonna  
Jacobsen, Aalborg Psykiatriske  
Sygehus [jobij@rn.dk](mailto:jobij@rn.dk)

#### **Kontaktperson på Ungeafsnittet:**

Annette Plesner Steenstrup,  
Lægeforeningen, [aps@dadl.dk](mailto:aps@dadl.dk)

E-læring er en ny og spændende metode  
til at vedligeholde sin viden – i en pause,  
en kedelig vinteraften eller sammen med  
sin tolvmandsforening, sin  
uddannelseslæge eller med personalet.