



Länsgemensam handlingsplan för suicidprevention

2021 - 2023 | KRONOBERGS LÄN



Innehållsförteckning

1. Bakgrund	2
1.1 Internationellt och nationellt.....	2
1.2 Regionalt	3
1.3 Regional statistik	4
2. Syfte och målsättning.....	5
3. Insatser	6
3.1 Gemensamma insatser för alla åldersgrupper.....	6
3.2 Gemensamma insatser för barn och unga	8
3.3 Gemensamma insatser för vuxna.....	9
3.4 Gemensamma insatser för äldre.....	9
4. Uppföljning	9
5. Övrig referenslitteratur	10

1. Bakgrund

1.1 Internationellt och nationellt

Suicid är ett stort folkhälsoproblem, både sett ur ett nationellt och internationellt perspektiv. Världshälsoorganisationen (WHO)¹ arbetar globalt med detta och en annan internationell aktör är International Association for Suicide Prevention (IASP)².

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa (NASP)³ bildades 1993 och några år därefter tillskapades sex lokala nätverk som skulle medverka i implementeringen av suicidförebyggande insatser. Numera ser den strukturen olika ut i olika delar av landet. År 2015 fick dock Folkhälsomyndigheten (FOHM)⁴ uppdrag av regeringen att samordna arbetet med suicidprevention på nationell nivå. I detta arbete driver FOHM även ett nätverk för regional samordning i landet för att skapa förutsättningar för likvärdighet. Region Kronoberg har utsedd regional samordnare som är länets representant i detta nätverk.

I Sverige har suicidprevention länge setts som ett uppdrag främst för psykiatrin, men på senare år har ett bredare engagemang börjat växa fram från såväl professionella organisationer som från den ideella sektorn. För att vi ska nå varaktig framgång med det suicidpreventiva arbetet behöver vi ha ett brett samhällsengagemang där alla aktörer hjälper till utifrån sitt perspektiv.

Riksdagen har antagit ett nationellt handlingsprogram⁵ med nio strategiska åtgärdsområden. De utgår både från ett befolkningsperspektiv och ett individperspektiv:

1. Insatser som främjar goda livschanser för mindre gynnade grupper
2. Insatser som minskar alkoholkonsumtionen i befolkningen och i högriskgrupper för självmord
3. Minskad tillgänglighet till medel och metoder för självmord
4. Självmordsprevention som hantering av psykologiska misstag
5. Medicinska, psykologiska och psykosociala insatser
6. Spridning av kunskap om evidensbaserade metoder för att minska självmord
7. Kompetenshöjning hos personal och andra nyckelpersoner i vård och omhändertagande av personer med självmordsproblematik
8. Händelseanalyser av lex Maria-anmälningar
9. Stöd till frivilligorganisationer

Under 2020 fick Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen i uppdrag av regeringen att arbeta fram en ny strategi för psykisk hälsa och suicidprevention som ska redovisas 2023. Med anledning av den tidsaspekten sträcker sig denna läns gemensamma handlingsplan till år 2023.

¹ [World Health Organization \(WHO\), Suicide prevention](#)

² [International Association for Suicide Prevention \(IASP\)](#)

³ [Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa \(NASP\)](#)

⁴ [Folkhälsomyndigheten \(FOHM\)](#)

⁵ [Nationellt handlingsprogram för suicidprevention. Folkhälsomyndigheten 2015.](#)

1.2 Regionalt

I Kronobergs län finns en regional samverkans- och stödstruktur för socialtjänst och hälso- och sjukvårdsfrågor. Strukturen består av en ledningsgrupp för samordning av länets hälso- och sjukvård samt socialtjänst som samverkar med länets skolchefer, samt tre tvärgrupper (barn och unga, vuxna respektive äldre). Psykisk hälsa och suicidprevention är organiserat enligt följande:

ORGANISERING AV UPPDRAG PSYKISK HÄLSA OCH SUICIDPREVENTION I KRONOBERGS LÄN 2021



En suicidpreventionsgrupp⁶ finns alltså i länet som för närvarande består av representanter för olika verksamheter inom sjukvården, kommunerna, sjukhuskyrkan, elevhälsan, Länsstyrelsen i Kronobergs län, SPES (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandestöd) och Suicide Zero.

Uppdraget för suicidpreventionsgruppen är att samordna, utveckla och stödja det suicidpreventiva arbetet i Kronobergs län genom att bland annat:

- Omvärldsbevaka och sprida information
- Utforma en länsgemensam handlingsplan
- Skapa struktur för organisering av suicidpreventivt arbete i Kronoberg samt stimulera lokalt arbete

⁶ [Regional hemsida för suicidprevention](#)

- Identifiera utbildningsbehov, sprida information om relevanta utbildningar samt arrangera konferenser/utbildningar i länet
- Uppmärksamma den internationella suicidpreventiva dagen

1.3 Regional statistik

Att ta del av statistik rörande suicid kan vara både förvirrande, svårt och vanskligt. Förvirrande för att det ibland presenteras med faktiskt antal och ibland med så kallade "suicidtal", dvs antal suicid per 100 000 invånare. Det går inte alltid att fastställa om det har varit suicid eller ej och då registreras det som "skadehändelse med oklar avsikt". I suicidstatistiken brukar man inkludera både fastställda suicid och skadehändelser med oklar avsikt. Trots detta så räknar man med att det finns ett stort mörkertal.

Svårt är det eftersom statistiken bryts ner på olika åldersgrupper och med olika mått. Exempelvis har män över 85 år de högsta suicidtalerna och samtidigt är suicid den vanligaste dödsorsaken för män mellan 15 – 44 år. Och det sker flest antal suicid för män mellan 45 – 64 år...

Det vanskliga med suicidstatistik är att förändringar kan ske från år till år, men det behöver inte innebära något tredebrott utan enbart naturliga statistiska variationer. Statistiken bör därför ses över minst 5-årsperioder och gärna 25-årsperspektiv. Att bryta ner statistiken till exempelvis kommunnivå avråds ofta ifrån eftersom de statistiska variationerna blir större ju färre antal det är, likaså finns det en integritetsaspekt i att inte offentliggöra suicidstatistik i mindre geografiska områden.

I Sverige sker det ca 1500 suicid per år och av dessa är ca en tredjedel kvinnor och ca två tredjedelar män. Vad gäller självmordsförsök är andelen omvänt, dvs ca två tredjedelar kvinnor och en tredjedel män. En formel som ofta refereras till är "1-10-100", vilken innebär att på 1 person som suiciderar är det 10 personer som gör suicidförsök och 100 personer som har allvarliga suicidtankar.

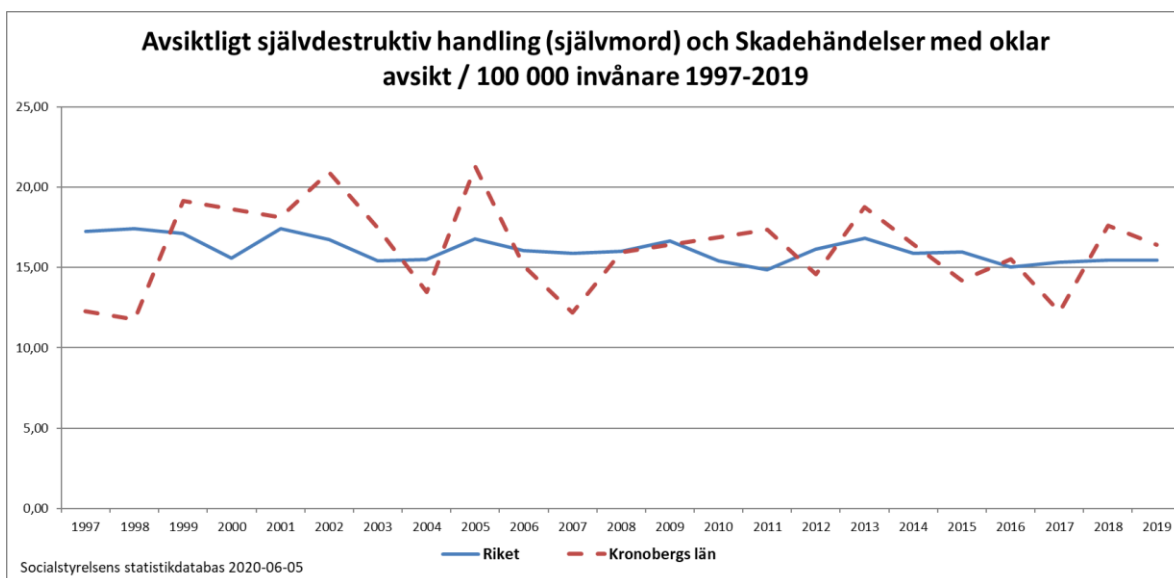
Att jämföra suicidstatistik med andra länder är också vanskligt eftersom benägenheten att rapportera suicid inte är lika hög i alla länder. I vissa länder är suicid fortfarande brottsligt eller av religiösa skäl förbjudet, vilket gör att annan dödsorsak registreras istället. Nationella register finns heller inte överallt och i vissa länder finns det inte ens någon tillförlitlig befolkningsstatistik, vilket innebär att suicidtalerna enbart blir en godtycklig uppskattning. WHO arbetar dock för en bättre följsamhet i inrapporteringen.

Faktiskt antal suicid i Kronobergs län



Källa: Socialstyrelsens statistikdatabas

Suicidal, dvs antal suicid per 100 000 invånare



Källa: Socialstyrelsens statistikdatabas

2. Syfte och målsättning

Syftet med insatserna i handlingsplanen är att med olika aktiviteter öka medvetenheten och engagemanget om suicidprevention samt verka för att de nationella strategiska åtgärdsområdena uppfylls genom ett brett samhällsengagemang.

Denna handlingsplan ska ange en riktning och prioritering av Kronobergs suicidpreventiva insatser för åren 2021-2023. Planen kan även ligga till grund för utarbetandet av lokala handlingsplaner inom kommuner, hälso- och sjukvård och andra verksamheter.

Det övergripande målet är att minska suicid och suicidförsök i alla åldersgrupper i Kronobergs län.

3. Insatser

3.1 Gemensamma insatser för alla åldersgrupper

ALLA ÅLDERSGRUPPER				
Insats	Målgrupp	Långsiktiga och kortsiktiga mål	Indikator	Processansvar
Samordna, utveckla och stödja det suicidpreventiva arbetet i länet	Medarbetare inom hälso- och sjukvård, kommunal verksamhet och andra samhällsaktörer	Verka för ett brett samhällsengagemang för att minska antalet suicid och suicidförsök i länet 5 möten med suicidpreventionsgruppen/år	Antal suicid och suicidförsök Antal möten per år	Suicidpreventionsgruppen Regional samordnare suicidprevention
Sprida Kronobergs webbutbildning om suicidprevention	Medarbetare inom hälso- och sjukvård, kommunal verksamhet och andra samhällsaktörer	Öka kunskapen om suicidprevention hos länets samhällsaktörer och medborgare	Antal medarbetare som genomgått webbutbildningen inom respektive verksamhet	Suicidpreventionsgruppen
Uppmärksamma den Internationella suicidpreventionsdagen 10 september	Medarbetare inom hälso- och sjukvård, kommunal verksamhet och andra samhällsaktörer samt allmänheten	Verka för att uppmärksamma problematiken samt för att motverka stigma kring suicid Skapa en arena för reflektion och mellanmänniskt stöd	Antal deltagare/publik/utskick	Suicidpreventionsgruppen
Tydliggöra var man kan få hjälp som invånare genom kontinuerlig bevakning av informationen på 1177	Allmänheten	Publicerad och känd information	Tydlig regional och nationell information	Suicidpreventionsgruppen
Verka för att så kallade hotspots (tänkbara platser för suicidförsök) identifieras	Respektive kommun	Inventera tänkbara hotspots i respektive kommun	Lokala handlingsplaner	Respektive kommun
Genomföra ett pilotprojekt om	Hälso- och sjukvården	Utveckla den framtagna	Antal närstående som	Suicidpreventionsgruppen

efterlevandestöd i länet	<p> samt andra samhällsaktörer som möter efterlevande </p>	<p> grundmodellen för efterlevandestöd vid suicid </p>	<p> erbjudits krisstöd Utvärdering av projektet </p>	<p> Arbetsgrupp efterlevandestöd </p>
Verka för en ökad medvetenhet om, och tillgänglighet till, stöd och behandling för suicidnära personer	<p> Hälso- och sjukvården och övriga samhällsaktörer </p>	<p> Att suicidalitet prioriteras i all hälso- och sjukvård </p>	<p> Fånga allmänhetens uppfattning via brukarorganisationer </p>	<p> Suicidpreventionsgruppen </p>
Främja fortsatt samverkan inom blåljus- och akutvårdsorganisationerna	<p> Ambulans, akutmottagningar, räddningstjänst, polis och SOS Alarm </p>	<p> Valfungerande samverkan i akutsituationer </p>	<p> Fortsätta månatliga frukostmöten </p>	<p> Krissamverkan Kronoberg, GUL-gruppen </p>
Verka för att suicid ses som psykologiskt olycksfall genom att fokus lyfts från individen till den kontext som individen befinner sig i	<p> Hela samhället </p>	<p> Minska den skam och stigmatisering som suicid förknippas med </p>	<p> Attitydförändring utifrån effekten av ovanstående insatser </p>	<p> Suicidpreventionsgruppen </p>
Kartlägga behov av stöd till verksamheter där suicid har inträffat	<p> Elevhälsor, arbetsplatser och andra organisationer </p>	<p> Överblick av de behov som finns och om de kan tillgodoses via befintliga krishanteringsplaner eller om det behövs komplettering av annat stöd </p>	<p> Framtagen kartläggning som underlag för ställningstagande av insatser </p>	<p> Suicidpreventionsgruppen </p>
Genomföra gemensamma händelseanalyser mellan kommun och region vid suicid	<p> Medicinskt ansvariga sjuksköterskor inom kommuner samt Analysteamet inom Specialistpsykiatri </p>	<p> Att rutiner revideras och att samtliga händelseanalyser görs gemensamt om den avlidne haft pågående kontakt med såväl hälso- och sjukvård och kommun </p>	<p> Antal händelseanalyser som genomförts gemensamt </p>	<p> Suicidpreventionsgruppen </p>
Samordna och utveckla uppföljningen av suicidnära personer	<p> Hälso- och sjukvården samt </p>	<p> Reviderade rutiner och arbetssätt för uppföljning </p>	<p> Reviderade vårdrutiner </p>	<p> Specialistpsykiatri </p>

	kommunerna	Säkra övergångar mellan specialistpsykiatri och kommunerna med god tillgång till konsultation		
Strukturerad uppföljning efter suicidförsök med behandlingsprogrammet ASSIP	Specialistpsykiatri	Utbilda medarbetare samt implementera modellen inom Specialistpsykiatri	Antal utbildade medarbetare	Specialistpsykiatri
Sprida MHFA-programmet (Mental Health First Aid) i länet	Alla samhällsaktörer samt allmänheten	Utbilda fler MHFA-instruktörer Att fler kronobergare får en ökad kunskap om första hjälpen vid psykisk ohälsa	Antal utbildade instruktörer Antal kurser	Suicidpreventionsgruppen
Följa och medverka i den nationella journalgranskningsstudien samt verka för att resultat implementeras	Hälso- och sjukvården	Anpassa riktlinjer utifrån de nya rön som efterhand framkommer	Uppdaterade riktlinjer	Suicidpreventionsgruppen Journalgranskare och regional samordnare

3.2 Gemensamma insatser för barn och unga

BARN OCH UNGA				
Insats	Målgrupp	Långsiktiga och kortsiktiga mål	Indikator	Processansvar
Erbjuda länets högstadieskolor ett suicidpreventivt program, Youth Aware of Mental Health (YAM) (1,2)	Elever i årskurs 8	Öka ungdomars färdigheter i att hantera psykisk ohälsa	Antal klasser som genomgått suicidpreventivt program	Ungdomsmottagningen
Utveckla samverkan mellan kommun, primärvård, Familjehälsan, barn- och ungdomspsykiatri, vuxenpsykiatri (unga vuxna), brukarorganisationer och andra ideella aktörer	Länets olika aktörer som möter personer med suicidproblematik	Inventera förbättringsområden Arbeta fram samverkansrutiner för suicidproblematik	Framtagen plan	Tvärgrupp barn och unga

3.3 Gemensamma insatser för vuxna

VUXNA				
Insats	Målgrupp	Långsiktiga och kortsiktiga mål	Indikator	Processansvar
Utveckla samverkan mellan kommun, primärvård, vuxenpsykiatri, brukarorganisationer och andra ideella aktörer	Länets olika aktörer som möter personer med suicidproblematik	Inventera förbättringsområden Arbeta fram samverkansrutiner för suicidproblematik	Framtagen plan	Tvärgrupp vuxna

3.4 Gemensamma insatser för äldre

ÄLDRE				
Insats	Målgrupp	Långsiktiga och kortsiktiga mål	Indikator	Processansvar
Utveckla samverkan mellan kommun, primärvård, äldrepsykiatri, brukarorganisationer och andra ideella aktörer	Länets olika aktörer som möter personer med suicidproblematik	Inventera förbättringsområden Arbeta fram samverkansrutiner för suicidproblematik	Framtagen plan	Tvärgrupp äldre

4. Uppföljning

Uppföljning kommer att ske för respektive insats i tabellerna ovan. För att följa utvecklingen på ett övergripande plan och över tid har ett antal indikatorer⁷ tagits fram som exempelvis placerade barn, gymnasiebehörighet, sjukskrivningar, tvångsvård, suicid, förskrivning av läkemedel mm. Dessa kommer att uppdateras och följas kontinuerligt.

⁷ [Sammanställning indikatorer, Kronoberg.](#)

5. Övrig referenslitteratur

Nedan finns exempel på länkar till relevant litteratur som kan användas som fördjupning.

- [BRIS. Hållbara liv, BRIS årsrapport, 2020.](#)
- [Folkhälsomyndigheten. Ett nationellt handlingsprogram för suicidprevention, 2016.](#)
- [Folkhälsomyndigheten. Kartläggning av det suicidpreventiva arbetet i kommuner, regioner och länsstyrelser, 2019.](#)
- [Folkhälsomyndigheten. Ojämligheter i psykisk hälsa, 2019.](#)
- [Folkhälsomyndigheten. Psykisk hälsa och suicidprevention, 2020.](#)
- [Folkhälsomyndigheten. Varför har den psykiska ohälsan ökat bland barn och unga i Sverige? 2018.](#)
- [Folkhälsomyndigheten. Vilken sjukvård har unga och unga vuxna som tagit sitt liv fått?, 2020](#)
- [Karolinska institutet. Kartläggning av självska debeteende, suicidförsök, suicid och annan dödlighet bland ensamkommande barn och unga, 2018.](#)
- [Karolinska institutet. Rekommendationer för suicidpreventivt arbete, 2020.](#)
- [Karolinska institutet. Youth Aware of Mental Health \(YAM\). School-based suicide prevention programmes: the SEYLE cluster-randomised, controlled trial, 2015.](#)
- [Mind. Unga mår allt sämre, eller? Kunskapsöversikt om ungas psykiska hälsa i Sverige, 2018.](#)
- [Nationell samordnare inom området psykisk hälsa. Ungas beställning till samhället, 2018.](#)
- [Nationellt centrum för suicidforskning och prevention. Risk för ökade självmord och självskaador i samhället efter pandemin, 2020.](#)
- [Region Kronoberg. Barn och ungdomars hälsa och levnadsvanor i Kronobergs län, 2018.](#)
- [Region Kronoberg. Regionala resultat från Hälsa på lika villkor, 2018.](#)
- [SKR. Barn och ungas röster, 2017.](#)
- [SKR. Stödlista: Psykisk hälsa i kristid, 2020.](#)
- [SKR - Öppna jämförelser.](#)
- [Socialdepartementet. God och nära vård – En reform för ett hållbart hälso- och sjukvårdssystem SOU 2020:19.](#)
- [Socialstyrelsen. Vård och omsorg om äldre, 2020.](#)
- [Socialstyrelsen. Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna, 2017.](#)
- [SPES.](#)
- [Suicide Zero.](#)
- [Suicide Zero. Nu krävs stora insatser för ungas psykiska hälsa, 2020.](#)
- [Suicide Zero. Stödmaterial för kommunernas handlingsplanarbete, 2020.](#)