



# Länsgemensam handlingsplan för suicidprevention

2019 - 2020 I KRONOBERGS LÄN

Antagen av ledningsgrupp för samordning av länets  
hälso- och sjukvård och socialtjänst 2019-01-11



## Innehållsförteckning

---

<b>1. Bakgrund .....</b>	<b>2</b>
1.1 Internationellt och nationellt.....	2
1.2 Regionalt .....	3
1.3 Regional statistik .....	3
<b>2. Syfte och målsättning.....</b>	<b>5</b>
<b>3. Insatser .....</b>	<b>5</b>
3.1 Gemensamma insatser för alla åldersgrupper.....	5
3.2 Gemensamma insatser för barn och unga .....	7
3.3 Gemensamma insatser för vuxna.....	8
3.4 Gemensamma insatser för äldre.....	8
<b>4. Uppföljning .....</b>	<b>9</b>
<b>5. Övrig referenslitteratur .....</b>	<b>9</b>

# 1. Bakgrund

---

## 1.1 Internationellt och nationellt

Suicid är ett stort folkhälsoproblem, både sett ur ett nationellt och internationellt perspektiv. Världshälsoorganisationen (WHO)<sup>1</sup> arbetar globalt och fastställde 2013 som mål att antalet suicid ska minska med minst 10 procent i medlemsländerna till år 2020. Med anledning av den tidsaspekten sträcker sig denna läns gemensamma handlingsplan också till år 2020.

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa (NASP)<sup>2</sup> 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)<sup>3</sup> 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 handlingsprogram<sup>4</sup> 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

---

<sup>1</sup> [World Health Organization \(WHO\), Suicide prevention](#)

<sup>2</sup> [Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa \(NASP\)](#)

<sup>3</sup> [Folkhälsomyndigheten \(FOHM\)](#)

<sup>4</sup> [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 och socialtjänst, som samverkar med länets skolchefer, samt tre tvärgrupper (barn och unga, vuxna respektive äldre). I analys och handlingsplanen för psykisk hälsa<sup>5</sup> ingår det suicidpreventiva arbetet för länet som en del i denna.

En suicidpreventionsgrupp<sup>6</sup> finns i länet som för närvarande består av representanter för olika verksamheter inom sjukvården, kommunerna, sjukhuskyrkan, elevhälsan, Länsstyrelsen i Kronobergs län och SPES (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandestöd).

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
- 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 ”suicidal”, 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 trendbrott 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

---

<sup>5</sup> [Länsgemensam analys och handlingsplan psykisk hälsa 2019 \(-2023\)](#)

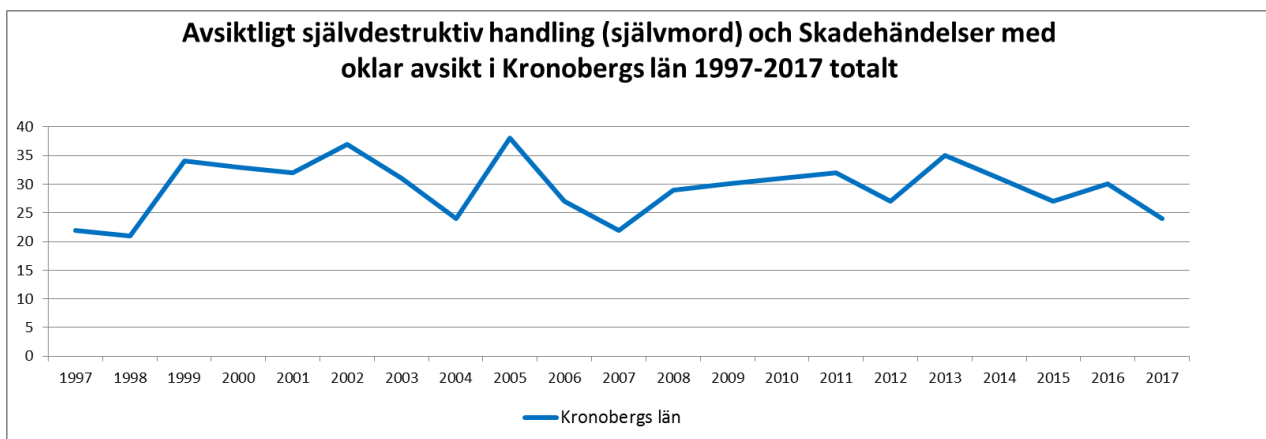
<sup>6</sup> [Regional hemsida för suicidprevention](#)

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.

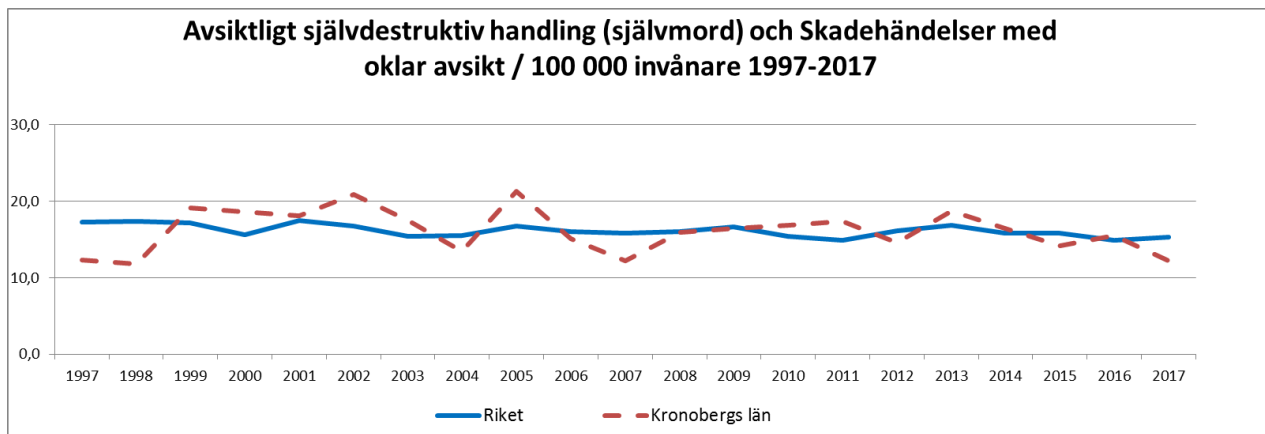
Att jämföra suicidstatistik med andra länder är också vanskligt eftersom benägenheten att rapportera suicid inte är lika hög i alla länder. I vissa länder är suicid fortfarande brottsligt eller av religiösa skäl förbjudet, vilket gör att annan dödsorsak registreras istället. Nationella register finns heller inte överallt och i vissa länder finns det inte ens någon tillförlitlig befolkningsstatistik, vilket innebär att suicidtal 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 2019-2020. Planen kan även ligga till grund för utarbetandet av lokala handlingsplaner i länets kommuner 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 Regionala utvecklingsledare psykisk hälsa

		Utarbeta en handlingsplan för suicidprevention under 2019	Handlingsplan framtagen	
<b>Ta fram och sprida webbutbildning om suicidprevention</b>	Medarbetare inom hälso- och sjukvård, kommunal verksamhet och andra samhällsaktörer	Öka kunskapen om suicidprevention hos länets samhällsaktörer och medborgare  1000 personer ska ha genomgått webbutbildningen under 2019	Antal medarbetare som genomgått webbutbildningen inom respektive verksamhet	Suicidpreventionsgruppen Regionala utvecklingsledare psykisk hälsa
<b>Uppmärksamma den Internationella suicidpreventiva dagen 10 september</b>	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 Regionala utvecklingsledare psykisk hälsa
<b>Kartlägga länets vårdaktörer för suicidprevention</b>	Länets vårdaktörer	Uppdaterad och korrekt information för länets vårdaktörer	Publicerad och känd information	Suicidpreventionsgruppen
<b>Tydliggöra var man kan få hjälp som invånare</b>	Allmänheten	Kontinuerligt uppdatera informationen på 1177	Publicerad och känd information	Suicidpreventionsgruppen
<b>Verka för att så kallade hotspots (tänkbara platser för suicidförsök) identifieras</b>	Respektive kommun	Inventera tänkbara hotspots i respektive kommun	Lokala handlingsplaner	Representant från respektive kommun
<b>Förbättra efterlevandestödet i länet</b>	Respektive kommun och hälso- och sjukvården samt andra samhällsaktörer som möter efterlevande	Kartlägga vilka olika efterlevandestödsinsatser som redan pågår  Utifrån framtagen lista utvärdera var de eventuella bristerna/svagheter finns Ta fram förslag på möjliga satsningar för att komma till rätta med dessa samt läns-gemensamma rutiner	Framtagna förslag på läns-gemensamma rutiner	Suicidpreventionsgruppen Arbetsgrupp efterlevandestöd

<b>Verka för ökad tillgängligheten till behandling</b>	Hälso- och sjukvården	Att suicidalitet prioriteras i all hälso- och sjukvård	Uttalade nyckeltal för tillgänglighet på respektive enhet	Suicidpreventionsgruppen
<b>Inventera nuvarande samverkan inom blåljus- och akutvårdsorganisationerna samt främja fortsatt samverkan</b>	Ambulans, akutmottagningar, räddningstjänst, polis och SOS Alarm	Välfungerande samverkan i akutsituationer	Framtagna, skriftliga rutiner	Suicidpreventionsgruppen
<b>Verka för att suicid ses som psykologiskt olycksfall genom att fokus lyfts från individen till den kontext som individen befinner sig i</b>	Hela samhället	Minska den skam och stigmatisering som suicid förknippas med	Attitydförändring utifrån effekten av ovanstående insatser	Suicidpreventionsgruppen

### 3.2 Gemensamma insatser för barn och unga

<b>BARN OCH UNGA</b>				
<b>Insats</b>	<b>Målgrupp</b>	<b>Långsiktiga och kortsiktiga mål</b>	<b>Indikator</b>	<b>Processansvar</b>
<b>Erbjuda länets högstadieskolor ett suicidpreventivt program, Youth Aware of Mental Health (YAM) (1,2)</b>	Elever i årskurs 8	Öka ungdomars färdigheter i att hantera psykisk ohälsa  50% av länets årskurs 8 har genomgått ett suicidpreventivt program under 2019 och 80% de följande åren	Antal klasser som genomgått suicidpreventivt program	Ungdomsmottagningen Regionala utvecklingsledare psykisk hälsa
<b>Utveckla samverkan mellan kommun, primärvård, Familjehälsan, barn- och ungdomspsykiatrin,</b>	Länets olika aktörer som möter personer med suicidproblematik	Inventera förbättringsområden  Arbeta fram samverkansrutiner för suicidproblematik	Framtagen plan	Tvärgrupp barn och unga



vuxenpsykiatri (unga vuxna), brukarorganisationer och andra ideella aktörer				
---	--	--	--	--

### 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
Säkerställa grundutbildning för alla inom hälso- och sjukvård och omsorg	Medarbetare som möter äldre personer	Tillräcklig kunskap för att upptäcka tecken på suicidalitet Obligatoriskt i introduktionsprogram	Antal genomgångna utbildningar	LISA-ambassadörer

## 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 indikatorer<sup>7</sup> tagits fram som exempelvis placerade barn, gymnasiebehörighet, sjukskrivningar, tvångsvård, suicid, förskrivning av läkemedel mm. Dessa kommer att uppdateras och följas kontinuerligt.

## 5. Övrig referenslitteratur

---

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

- [BRIS. Alla barn har rätt att må bra. BRIS årsrapport för 2017 till barn och unga, 2018.](#)
- [Folkhälsomyndigheten. Ett nationellt handlingsprogram för suicidprevention, 2016.](#)
- [Folkhälsomyndigheten. Varför har den psykiska ohälsan ökat bland barn och unga i Sverige? 2018.](#)
- [Karolinska institutet. Kartläggning av självskaðebeteende, suicidförsök, suicid och annan dödlighet bland ensamkommande barn och unga, 2018.](#)
- [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.](#)
- [Region Kronoberg. Barn och ungas hälsa och levnadsvanor i Kronobergs län, 2015.](#)
- [Region Kronoberg. Hälsa på lika villkor, 2014.](#)
- [SKL. Barn och ungas röster, 2017.](#)
- [SKL - Öppna jämförelser.](#)
- [Socialstyrelsen. Psykisk ohälsa hos personer 65 år och äldre, 2018.](#)
- [Socialstyrelsen. Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna, 2017.](#)

---

<sup>7</sup> [Sammanställning indikatorer, Kronoberg.](#)