



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ САМОУБИЙСТВ

Ежегодно около 800 000 человек кончают жизнь самоубийством.

На каждое самоубийство приходится значительно больше людей, которые совершают попытки самоубийства ежегодно. Для общего населения предшествующая попытка самоубийства является самым важным фактором риска самоубийства.

Самоубийства являются второй ведущей причиной смерти среди молодых людей 15–29 лет.

На страны с низким и средним уровнем дохода приходится 78% самоубийств в мире.

В глобальных масштабах для совершения самоубийства чаще всего используются пестициды, повешение и огнестрельное оружие.

Ежегодно около 800 000 человек лишают себя жизни, а значительно большее число людей совершают попытки самоубийства. Каждое самоубийство — это трагедия, которая воздействует на семьи, общины и целые страны, оказывая долгосрочное воздействие на живущих. Самоубийства происходят на протяжении всего жизненного цикла, являются второй ведущей причиной смерти среди молодых людей 15–29 лет в глобальных масштабах.

Самоубийства происходят не только в странах с высоким уровнем дохода, этот глобальный феномен характерен для всех регионов мира. Фактически более 78% самоубийств в мире происходит в странах с низким и средним уровнем дохода.

Стигматизация, особенно в отношении психических расстройств и самоубийства, означает, что многие люди, задумывающиеся о том, чтобы лишить себя жизни или совершившие попытку самоубийства, не обращаются за помощью и поэтому не получают ту помощь, в которой они нуждаются. Предотвращение самоубийств не получает достаточного внимания из-за отсутствия понимания того, что самоубийства являются крупной проблемой общества, и что во многих сообществах существует табу на открытое обсуждение этой проблемы.

На сегодняшний день лишь немногие страны включили предотвращение самоубийств в число своих приоритетов здравоохранения, и лишь 28 стран сообщили о наличии национальной стратегии по предотвращению самоубийств.

Чтобы страны могли добиться прогресса в предотвращении самоубийств, им необходимо углубить понимание этой проблемы общественностью и избавиться от табу.

Эффективность стратегии предотвращения самоубийств будет зависеть от повышения качества надзора и мониторинга самоубийств и попыток самоубийств. Межстрановые отличия в моделях самоубийств, изменения показателей, а также характеристик и методов самоубийств подчеркивают, что каждой стране необходимо добиться повышения уровня охвата, качества и своевременности своих данных по самоубийствам. Сюда входят демографическая регистрация самоубийств, больничный учет попыток самоубийства и национальные репрезентативные обзоры для сбора информации о попытках самоубийства по сообщениям респондентов.

ВОЗ считает самоубийства приоритетом общественного здравоохранения. В 2014 году был опубликован первый доклад ВОЗ о самоубийствах в мире, озаглавленный «Предотвращение самоубийств: глобальный императив» для того, чтобы улучшить понимание общественным здравоохранением значения самоубийств и их попыток и сделать предотвращение самоубийств одним из наиболее приоритетных вопросов в глобальной повестке дня общественного здравоохранения. Ставится также цель содействовать и помогать странам в разработке и укреплении всеобъемлющих стратегий по предотвращению самоубийств в рамках межсекторального подхода к общественному здравоохранению.

Самоубийства являются одним из приоритетных условий в реализации Программы действий ВОЗ по ликвидации пробелов в области психического здоровья, которая была развернута в 2008 году, и в рамках которой разрабатываются основанные на имеющихся данных технические руководящие указания для расширения масштабов оказания услуг и обеспечения ухода в странах в области психологических, неврологических расстройств и расстройств, связанных с зависимостью. 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.

10 сентября 2019 года знаменует собой 17-й Всемирный день предотвращения самоубийств. Этот день впервые был проведен в 2003 году в качестве инициативы Международной ассоциации по предотвращению самоубийств и одобрен Всемирной организацией здравоохранения.

Как члены сообщества, мы несем ответственность за тех, кто не может бороться, необходимо контактировать, поощрять их рассказывать свою историю по-своему и в своем собственном темпе, предлагая мягкое слово поддержки и слушание без оценочных суждений.

В республике функционирует служба экстренной психологической помощи «Телефон доверия». Что делать в такой ситуации человеку, если рядом нет никого, кто мог бы поддержать? Куда податься, кому высказаться, где получить помощь? Одни вопросы?

Специалисты выслушают вашу проблему и дадут рекомендации как поступить, запишут на прием или подскажут куда обратиться дальше.

«ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ»

Минск: 8-017-352-44-44 (многоканальный, круглосуточно),
8-017-304-43-70.

Вы можете получить психотерапевтическую и психологическую помощь по месту жительства в поликлинике, в том числе анонимно.

График работы врачей-психотерапевтов и психологов, а также номера телефонов в кабинетах Вы можете узнать на сайте учреждения здравоохранения «Минский городской клинический психиатрический диспансер» www.gkpd.by

С заботой о Вашем здоровье!

УЗ «2-я городская клиническая больница г. Минска»