

Bo Andersen Ejdesgaard

Soldater og selvmordsadfærd



Faktaserien nr. 32 2013
Center for Selvmordsforskning

Faktaserien
Nr. 32

© Forfatteren og Center for Selvmordsforskning
Odense, 2013

Det er tilladt at citere, kopiere m.v. fra dette hæfte
med tydelig kildehenvisning

Udgivet af
Center for Selvmordsforskning
Søndergade 17
5000 Odense C
Tel: (+45) 66 13 88 11
Fax: (+45) 65 90 81 74
E-mail: info@cfsmail.dk
Hjemmeside: www.selvmordsforskning.dk

1. udgave, 1. oplag, december 2013

ISBN: 978-87-93124-05-9

Indhold

Forord	5
1. Indledning	7
2. Definitioner	8
3. Selvmordsadfærd blandt danske soldater	9
4. Risikofaktorer for selvmordsadfærd	15
5. Beskyttende faktorer mod selvmordsadfærd	17
6. Konklusion	19
7. Litteratur	20
Hvor henvender man sig?	24

Forord

Dette hæfte "Soldater og selvmordsadfærd" indgår i en række hæfter om fakta og forskning vedrørende selvmordstanker og selvmordsadfærd. Hensigten med hæfterne er at formidle viden som grundlag for forebyggelse. Målgruppen er derfor alle, der enten i deres uddannelsesforløb eller i forbindelse med deres arbejde kommer i kontakt med selvmordstruede mennesker. Dette faktahæfte handler om selvmordsadfærd blandt danske soldater.

Der er kun sparsomt med forskning omkring selvmordsadfærd blandt danske soldater. Alligevel har danske soldaters velbefindende fyldt meget i den danske presse de seneste 10-15 år. Én af årsagerne hertil er Danmarks engagement i internationale missioner i det tidligere Jugoslavien, Irak samt Afghanistan, hvor soldaterne har oplevet voldsomme hændelser. En del af soldaterne er kommet hjem med fysiske og psykiske mén, som kan gøre det vanskeligt at vende tilbage til en almindelig dansk dagligdag.

Dette faktahæfte præsenterer resultaterne af især dansk forskning fra Center for Selvmordsforskning, men sammenligner også resultaterne med udenlandsk forskning.

December 2013
Bo Andersen Ejdesgaard

1. Indledning

Siden 2. verdenskrig har der været udsendt mere end 100.000 danske soldater til verdens brændpunkter. I begyndelsen var missionerne overvejende af fredsbevarende og fredsstøttende karakter og i FN-regi. Siden ophøret af den kolde krig efter 1990 har det danske forsvar i stigende grad gået fra klassisk territorialforsvar til internationale operationer i bestræbelserne på at sikre og forbedre Danmarks sikkerhedspolitiske situation. Dette har medført et omfattende engagement i internationale operationer, startende for alvor med krigen i det tidligere Jugoslavien i 1992. Efter angrebet på World Trade Center den 11. september 2001 har Danmark ligeledes deltaget i krigene *Operation Iraqi Freedom* (OIF) i Irak (2003-2011) og *Operation Enduring Freedom* (OEF) i Afghanistan (2001-).

Danske soldaters internationale indsats dækkes hyppigt i de danske medier. En stor del af dækningen omhandler, hvordan soldaterne har det, efter de er kommet hjem, især i forhold til soldaternes psykiske tilstand. Diagnosen posttraumatisk belastningsreaktion (PTSD, Post Traumatic Stress Disorder) knyttes ofte til soldaterne som en følge af de oplevelser, de har haft under deres udsendelse. Da PTSD er en kendt risikofaktor for selvmordsadfærd, kunne man derfor frygte, at en forøget risiko for selvmordsadfærd ville kunne iagttages blandt danske soldater. Forskellige undersøgelser har forsøgt at afdække denne problemstilling. Dette faktahæfte vil forsøge at opsummere forskningen på området.

2. Definitioner

Her gives en kort oversigt over de definitioner på selvmord, selvmordsforsøg og selvmordstanker, som anvendes i dette faktahæfte.

Selvmord

Selvmord er ifølge WHO's definition følgende:

"En handling med dødelig udgang, som afdøde, med viden eller forventning om et dødeligt udfald, havde foranstaltet og gennemført med det formål at fremkalde de af den døde ønskede forandringer."

Sundhedsstyrelsen (1998a)

Selvmordsforsøg

Ifølge WHO defineres selvmordsforsøg på følgende måde:

"En handling uden dødelig udgang, hvor en person med vilje indtager en overdosis medicin eller lignende eller udviser anden ikke-vanemæssig adfærd, der vil være skadevoldende, hvis ikke andre griber ind, og hvor hensigten har været at fremme vedkommendes ønskede forandringer via handlingens forventede konsekvenser."

Sundhedsstyrelsen (1998a)

Selvmordstanker

Selvmordstanker omfatter ifølge Sundhedsstyrelsen:

"Et ret bredt spektrum spændende fra en kortvarig strejfende tanke til plagsomme, konstant tilstedeværende selvmordsovervejelser".

Sundhedsstyrelsen (1998b)

3. Selvmordsadfærd blandt danske soldater

Som nævnt i indledningen er PTSD en kendt risikofaktor for selvmordsadfærd (Tarrrier & Gregg, 2004; Kessler, 2000). På baggrund af de danske mediers omfattende beretninger om PTSD blandt hjemvendte soldater, besluttede Center for Selvmordsforskning i 2008 at indlede et projekt til afdækning af selvmordsadfærd blandt tidligere udsendte soldater. Dette projekt blev foretaget i samarbejde med Forsvarets Sundhedstjeneste (FSU) og udmundede i den største danske undersøgelse af selvmordsadfærd blandt udsendte soldater til dato (Zøllner et al., 2012). 25.645 soldater blev undersøgt for perioden 1990-2009. Hovedformålet var at undersøge, om danske soldater havde forøget risiko for selvmordsadfærd på grund af deres udsendelse til internationale missioner. Samtidigt var det også et hovedformål at afdække, hvad der specifikt beskytter soldater mod selvmordsadfærd.

Selv mord

Af de 25.645 soldater som blev undersøgt i Zøllner et al., tog 41 deres eget liv på et tidspunkt i perioden. Hvis man sammenligner dette tal med den danske befolkning generelt, er danske soldater da mere eller mindre tilbøjelige til at tage deres eget liv? Svaret er lidt komplekst.

Selv mord bliver i Danmark registreret i Dødsårsagsregistret, som Statens Serum Institut administrerer. Dødsårsagsregistret baserer sig på de dødsattester, en læge udfærdiger, når der bliver holdt ligsyn ved personers død i Danmark.

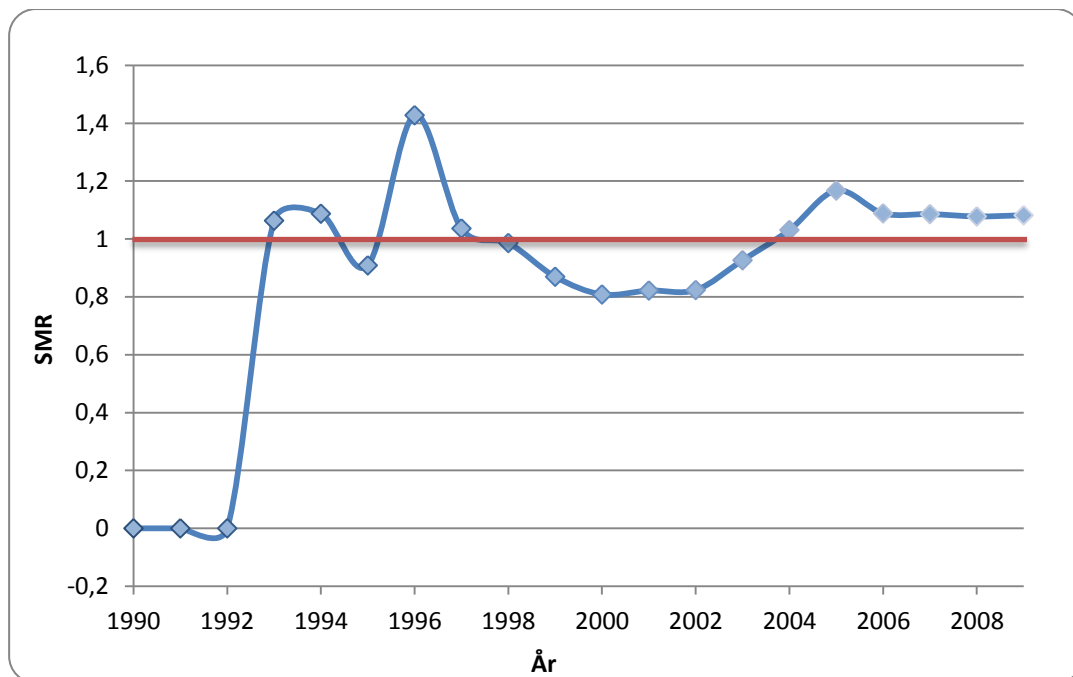
For at sammenligne om selvmord er mere eller mindre udbredt blandt soldater, er det vigtigt, at der laves en korrekt

sammenligning. Danske soldater er en særegen gruppe, der hovedsagligt består af mænd i alderen 20-49 år. Derfor skal soldater sammenlignes med en gruppe "almindelige" danskere med samme køns- og aldersfordeling. For det andet skal der, når der analyseres på en udvikling over tid, tages højde for den generelle tendens i antallet af selvmord i Danmark. Faktum er, at selvmordsraten i Danmark har været faldende i perioden 1990-2009, derfor skal dette indgå i sammenligningen. Afsluttende kan en sammenligning også blive påvirket af, om soldater fx dør af andre årsager eller udvandrer fra Danmark.

Når man tager højde for disse forbehold, kan der foretages en korrekt sammenligning. Når man har med dødsfald at gøre, kaldes dette for en mortalitetsratio (standardiseret mortalitetsratio (SMR)). Baggrunden for SMR i denne sammenhæng er, at der analyseres på forholdet mellem to selvmordsrater. En selvmordsrate er et udtryk for, hvor mange selvmord der er blandt en given population (oftest opgjort pr. 100.000). Hvis man ser på selvmordsraten i den "almindelige" befolkning og antager, at selvmordsraten er **den samme** som i den gruppe, man undersøger – i dette tilfælde soldater, da er SMR lig med 1. Hvis SMR er mindre end 1, er risikoen for selvmord **mindre** blandt soldater. Er SMR større end 1, er risikoen for selvmord **større** blandt soldater.

I nedenstående figur 1 er SMR for selvmord blandt soldater sammenlignet med "almindelige" danskere opgjort for perioden 1990-2009:

Figur 1: Standardiseret mortalitetsratio (SMR) for selvmord blandt danske soldater udsendt 1990-2009



At SMR ligger på 0 fra 1990-1992 skyldes, at det første selvmord blandt soldater i perioden 1990-2009 først fandt sted i 1993. Ellers ligger SMR omkring 1 i hele perioden, hvilket betyder, at danske soldater overordnet er **lige så** udsatte for selvmord som den "almindelige" danske befolkning.

Kun få andre studier har undersøgt selvmord blandt danske soldater. Hansen-Schwartz et al. (2001) finder, at blandt 3.859 FN-soldater udsendt fra 1995-1997 begik 4 selvmord mod forventeligt 3 (sammenlignet med den almindelige danske befolkning matchet på køn og alder). Herudover finder Lyk-Jensen et al. (2012), at blandt alle soldater udsendt i perioden 1992-2009 havde 13 % taget deres eget liv.

Metodisk er resultaterne fra Zöllner et al. (2012) det stærkeste studie, så konklusionen må indtil videre være, at danske soldater ikke er mere udsatte for selvmord end et tilsvarende udpluk af den danske befolkning generelt.

Selvordsforsøg

Selvordsforsøg kan i Danmark identificeres i Landspatientregistret, i det Psykiatriske Centrale Forskningsregister samt i Register for Selvordsforsøg. Disse registre har imidlertid nogle begrænsninger. Generelt gældende for dem alle er, at det kun er de personer, som kommer i kontakt med et sygehus i forbindelse med selvordsforsøg, som bliver registrerede. Det betyder, at hvis en person ikke tager på hospitalet efter et forsøg, eller blot besøger egen læge eller vagtlæge, så bliver forsøget ikke registreret. En undersøgelse (Jessen et al., 1996) argumenterer for, at kun 10-30 % af alle selvordsforsøg i Danmark bliver registrerede. Endvidere er Register for Selvordsforsøg det eneste validerede register, dvs. at hvert forsøg er blevet gennemgået for, om det nu er et forsøg eller ej. Problemet med Register for Selvordsforsøg er imidlertid, at registret kun dækker det gamle Fyns Amt for perioden 1990-2010.

Disse forbehold gør, at selvordsforsøg i Zöllner et al., 2012 opdeles i tre kategorier: "sikre" selvordsforsøg, "mindre sikre" selvordsforsøg samt "lidt mindre sikre" selvordsforsøg. Disse opdelinger hentyder til, hvor sikker man er på, at det var et selvordsforsøg eller ej. For nærmere definition af kategorierne henvises til Zöllner et al., 2012.

For at sammenligne med den "almindelige" danske befolkning gælder de samme forbehold som beskrevet indledningsvis under afsnittet omkring selvmord. Nu hedder målet imidlertid ikke længere SMR, men i stedet incidens ratio (standardiseret incidens ratio (SIR)), fordi der nu kigges på hændelser i stedet for dødsfald. SIR skal dog tolkes på samme måde som SMR.

I nedenstående tabel 1 er SIR for selvordsforsøg efter 1. hjemsendelse for soldater sammenlignet med "almindelige" danskere opgjort for perioden 1990-2009:

Tabel 1: Standardiseret incidens ratio (SIR) for selvmordsforsøg blandt danske soldater udsendt 1990-2009

	Sikre selvmordsforsøg	Mindre sikre selvmordsforsøg	Lidt mindre sikre selvmordsforsøg
SIR efter 1. hjemsendelse	0,36	0,67	1,07

SIR-resultaterne viser, at danske soldater i **mindre** grad er udsatte for selvmordsforsøg end resten af Danmarks befolkning, hvis man anvender resultaterne fra de "sikre" og "mindre sikre" selvmordsforsøg. Anvendes kategorien "lidt mindre sikre" selvmordsforsøg, er der ingen forskelle mellem soldater og den danske befolkning generelt.

At soldater er mindre udsatte for selvmordsforsøg er umiddelbart ikke overraskende. Danske soldater screenes for psykiske problemer ved sessionen og bliver sorteret fra, hvis de ikke erklæres for egnede. Da psykiske problemer og psykiatriske lidelser er de største risikofaktorer for selvmordsforsøg, kan den lavere andel af psykiatriske problemer og lidelser blandt soldater forklare den lavere risiko for selvmordsforsøg.

Ud over Zøllner et al. (2012) har ingen andre danske undersøgelser afdækket selvmordsforsøg blandt soldater.

Selvordstanker

Eftersom selvmordstanker ikke er noget fysisk håndgribeligt, findes der ingen registre over selvmordstanker i Danmark. For at belyse emnet må personer adspørges direkte, hvilket Zøllner et al. (2012) har gjort både igennem en spørgeskemaundersøgelse af lidt over 2.000 soldater samt i to interviewundersøgelser af 100 soldater.

I spørgeskemaundersøgelsen bliver det afdækket, at lidt over 16 % af soldaterne har haft selvmordstanker. 8,5 % har haft tanker én enkelt gang, mens ca. 7,5 % har haft selvmordstanker flere gange. Blandt soldaterne med selvmordstanker har 2/3 haft alvorlige selvmordstanker, dvs. at de havde konkrete overvejelser om metode, tid og sted.

Resultaterne fra Zöllner et al. er svære at sammenligne med andre studier, da de få danske studier på området adskiller sig meget i forhold til datamængde, metode og tid. Specielt tiden er vigtig, da selvmordstanker og -forsøg akkumuleres over tid. Eksempelvis vil målinger over 10 år give en større forekomst af selvmordsadfærd end målinger over 10 måneder. Problemet med målinger over tid er, at andre faktorer end soldaternes udsendelse kan få betydning for, hvorfor soldater forsøger at tage deres eget liv.

Med disse forbehold in mente skal det nævnes, at en undersøgelse af 1.077 soldater udsendt til det tidligere Jugoslavien i 1995-1996 afdækker, at 2 år efter soldaternes udsendelse har 2 % haft selvmordstanker (Andersen, 1998). I en anden undersøgelse af 610 soldater udsendt til Afghanistan i 2009 finder man, at 0,7 % havde alvorlige selvmordstanker 7-8 måneder efter endt udsendelse (Forsvarsakademiet, 2010).

Forekomsten af selvmordstanker blandt soldater ligger altså mellem ca. 1 % og 16 %, alt afhængig af hvor lang en årrække, der belyses. Eftersom der ikke er foretaget målinger af selvmordstanker i et sammenligneligt udsnit af den danske befolkning, kan der ikke siges noget om, hvorvidt soldater er i større eller mindre risiko for selvmordstanker.

4. Risikofaktorer for selvmordsadfærd

Nedenfor gennemgås de risikofaktorer for selvmordsadfærd, som forskningen hidtil har afdækket specifikt for soldater. Med risikofaktorer forstås de negative livsbegivenheder, som kan øge et menneskes trang til at tage sit eget liv.

Udenlandsk forskning

Internationalt er der blevet forsket meget i selvmordsadfærd blandt soldater. Der er imidlertid uenighed om, hvorvidt soldater er mere eller mindre udsatte for selvmordsadfærd end befolkningen generelt (Kaplan et al., 2007; Kang & Bullman, 2008). Der er dog relativ enighed om, at specifikke oplevelser under missioner kan være belastende faktorer for selvmordsadfærd. At indgå i kamphandlinger, at se døde og sårede mennesker, at overvære overgreb mod civile samt missionens længde kan øge risikoen for selvmordsadfærd (Holloway & Branlund, NATO papir; Bryan & Cukrowicz, 2011). Ofte er der sammenhæng mellem oplevelser under en mission og risikoen for at udvikle post traumatisk stress syndrom (PTSD, se indledningen). PTSD er en psykisk tilstand, der kan opstå efter hændelser, hvor menneskets psykiske kapacitetssystem ikke kan håndtere oplevelsen. Da PTSD er en kendt risikofaktor for selvmordsadfærd (Tarrier & Gregg, 2004; Kessler, 2000), er sammenhængen oplagt.

Ud over de specifikke risikofaktorer for soldater kan soldater også blive udsat for de samme risikofaktorer, som gælder den almindelige befolkning. Her er hyppige risikofaktorer tidligere selvmordsforsøg (Allen et al., 2005), omsorgssvigt i barndommen (Afifi et al., 2008) samt stofmisbrug (Miller et al., 1991).

Dansk forskning

Zøllner et al. (2012) afdækker en lang række risikofaktorer for selvmordsadfærd blandt soldater. Ud over at være i risiko for de faktorer, der også gælder den almindelige befolkning, som fx psykiatriske diagnoser, tidligere selvmordsforsøg samt belastende forhold i barndommen, kan soldaters risiko for selvmordsadfærd øges på grund af følgende faktorer knyttet til deres udsendelse:

- Meningsløse arbejdsopgaver under en udsendelse
- At have tænkt på risikoen for at blive dræbt under en udsendelse
- At en nær kammerat er død/såret under en udsendelse
- At se døde mennesker under en udsendelse
- At overvære overgreb mod civile under en udsendelse
- At have haft en stor arbejdsbyrde under en udsendelse
- At deltage i et dårligt hjemkomstprogram efter en udsendelse

Et andet dansk studie (Nissen et al., 2011) finder, at dét at overvære overgreb mod civile, at være angst for at blive fysisk såret, en følelse af usikkerhed, en følelse af meningsløshed samt at være i kontakt med krigsfanger kan medføre forøget psykisk ildebefindende og fysiske symptomer efter endt udsendelse blandt soldater.

5. Beskyttende faktorer mod selvmordsadfærd

Beskyttende faktorer kan forstås som de mestringsstrategier eller ressourcer folk har, som kan gøre dem modstandsdygtige over for selvmordsadfærd. Beskyttende faktorer er interessante fra et forskningsmæssigt perspektiv, da de kan være et godt afsæt til en forebyggende indsats mod selvmordsadfærd. Området er imidlertid relativt sparsomt udforsket.

Udenlandsk forskning

I Johnson et al. (2011) gennemgås et stort udsnit af den internationale forskning inden for resiliens. Her konkluderes det, at det at have en positiv tilgang til at give negative livsbegivenheder mening er beskyttende mod selvmordsadfærd. Johnson et al. finder også, at det er beskyttende, hvis man føler sig i kontrol over sit liv, hvis man har gode problemløsnings-evner, højt selvværd samt god social støtte.

Specifikt for soldater afdækker Pietrzak et al. (2010), at god social støtte samt en følelse af mening og kontrol over eget liv er beskyttende efter endt udsendelse. Imidlertid påviser et andet studie (Jakupcak et al., 2010), at effekten af social støtte bliver minimeret, hvis soldaterne har psykiske problemer. Afsluttende finder Pietrzak et al. (2011), at en positiv tilgang til nye omstændigheder kan virke forebyggende mod selvmordstanker.

Dansk forskning

Det eneste studie omkring beskyttende faktorer mod selvmordsadfærd blandt danske soldater er igen Zøllner et al. (2012). Her konkluderes det bl.a., at følgende forhold er beskyttende mod selvmordsadfærd:

- At deltage i et godt hjemkomstprogram efter en udsendelse
- At få positiv støtte fra sin partner efter en udsendelse
- At kunne se en sammenhæng og mening med livet
- At kunne se overensstemmelse mellem de værdier eller mål i tilværelsen, personen prioriterer højt, og de krav og forventninger personen mødes med
- At de pårørende trives derhjemme, mens soldaterne er ude

6. Konklusion

På baggrund af gennemgangen af forskningen omkring selvmordsadfærd blandt soldater kan det konkluderes:

- Danske soldater er overordnet lige så udsatte for selvmord som den "almindelige" danske befolkning
- Danske soldater er i mindre grad udsatte for selvmordsforsøg end resten af Danmarks befolkning
- Traumatiske oplevelser under udsendelse samt et dårligt hjemkomstprogram kan være risikofaktorer for, at soldater udvikler selvmordsadfærd
- Et godt hjemkomstprogram, god støtte samt mening med soldaternes tilværelse kan være beskyttende faktorer mod selvmordsadfærd

I 2010 fik Danmark sin først veteranpolitik (Regeringen, 2010). Målet hermed var overordnet at forbedre støtten til og anerkendelsen af danske soldaters internationale indsatser. I den forbindelse blev der i 2011 oprettet et veterancenter, der skulle koordinere indsatsen over for danske veteraner. En "kammeratstøtteordning" blev tillige styrket. Ordningen har til formål at hjælpe veteraner ved problemer til at søge professionel hjælp.

I 2013 blev veteranpolitikken evalueret (Forsvarsministeriet, 2013). Her konkluderes det, at mange af initiativerne omkring støtte til hjemvendte soldater er lykkedes. En del områder kan imidlertid stadig forbedres. Evalueringsrapporten nævner her bl.a. en forbedret udvælgelse af stampersonel til udsendelser, et større kendskab hos kommunerne til soldaters specielle behov samt et kvalitetsløft af veterancentrets virke.

7. Litteratur

Afifi T, Enns M, Cox B, Asmundson G, Stein M, Sareen J (2008): Population attributable fractions of psychiatric disorders and suicide ideation and attempts associated with adverse childhood experiences. *Am. J. Pub. Health*; 98: 946–952.

Allen JP, Cross G, Swanner J (2005): Suicide in the Army: A Review of Current Information. *Military Medicine*, 170, 7:580.

Andersen HE (1998): *Danske FN-soldater - 2 år efter. Opfølgingsundersøgelse af DANBAT hold 7 og 8*. København: Forsvarets Center for Lederskab.

Bryan CJ, Cukrowicz KC (2011): Associations Between Types of Combat Violence and the Acquired Capability for Suicide. *Suicide and Life-Threatening Behavior*; 41(2): 126-136.

Forsvarsakademiet (2010): *Undersøgelse af psykiske efterreaktioner hos soldater udsendt til Afghanistan i perioden februar-august 2009*, København: Forsvarsakademiet.

Forsvarsministeriet (2013): *Rapport vedrørende evaluering af veteranpolitikken*.

Hansen-Schwartz J., Jessen G., Andersen K., Jørgensen H.O. (2001): *Selvmondsadfærd blandt soldater udsendt til international tjeneste*. Forsvarets Sanitetsskole.

Holloway MG, Branlund S: *Deployment-Related Factors, Mental Health, and Suicide: Review of the Literature*. Online NATO papir <http://www.google.dk/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&>

Lyk-Jensen SV, Heidemann J, Glad A, Weatherall CD (2012): *Danske hjemvendte soldater - soldaternes psykiske sundhedsprofil før og efter udsendelse*. København: Socialforskningsinstituttet.

Miller NS, Mahler JC, Gold MS (1991): Suicide risk associated with drug and alcohol dependence. *J Addict Dis*; 10(3): 49-61.

Nissen LR, Marott JL, Gyntelberg F, Guldager B (2011): Danish soldiers in Iraq: perceived exposures, psychological distress, and reporting of physical symptoms. *Mil Med*; 176(10): 1138-1143.

Pietrzak RH, Goldstein MB, Malley JC, Rivers AJ, Johnson DC, Southwick SM: Risk and protective factors associated with suicidal ideation in veterans of Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom. *J Affect Disord*. 2010; 123(1-3): 102-7.

Pietrzak RH, Russo AR, Ling Q, Southwick SM: Suicidal ideation in treatment-seeking Veterans of Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom: the role of coping strategies, resilience, and social support. *J Psychiatr Res*. 2011; 45(6): 720-6.

Regeringen (2010): *Anerkendelse og støtte. Veteranpolitik*. København: Rosendahls.

Sundhedsstyrelsen (1998a): *Forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord i Danmark*. Udvalget til udarbejdelse af forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg i Danmark.

Sundhedsstyrelsen (1998b): *Bilagsdel til forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord i Danmark*. Udvalget til udarbejdelse af forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg i Danmark.

Tarrier N, Gregg L (2004): Suicide risk in civilian PTSD patients - predictors of suicidal ideation, planning and attempts. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*; 39(8): 655-661.

Zøllner L, Ejdesgaard BA, Jensen B, Stephensen I, Jørgensen HO, Kähler H (2012): *Belastende og beskyttende faktorer for selvmordstanker og selvmordsadfærd blandt tidligere udsendte danske soldater*. Odense: Center for Selvmordsforskning.

Hvor henvender man sig?

Lokalt

Familie og venner

Kolleger

Skolepsykolog

Sundhedsplejerske

Gratis kommunal rådgivning, (jf. Serviceloven, kap. 3, §10-12)

Socialforvaltningen

Praktiserende læge

Lægevagten

Nærmeste hospital

Præst

Nationalt

Livslinien 70 201 201

Linien 35 36 26 00

Sct. Nicolai Tjenesten 70 120 110

PsykiatriFondens TelefonRådgivning 39 25 25 25

Børnetelefonen 116 111

Forældretelefonen 35 55 55 57

Ældresagen 80 30 15 27

Anonyme Alkoholikere 70 10 12 24

Landsforeningen mod Spiseforstyrrelser 70 10 18 18

www.selvmordsforskning.dk

www.livslinien.dk

www.efterladte.dk

Forebyggelsescentre

Region Syddanmark

Center for Selvmordsforebyggelse, Voksne

- Odense: tlf. 65 41 41 08, mandag-torsdag kl. 8.00-16.00, fredag kl. 8.00-13.00
- Esbjerg: tlf. 79 18 37 78, mandag-fredag kl. 8.00-13.00
- Aabenraa: tlf. 99 44 61 00, mandag-torsdag kl. 9.00-15.00, fredag kl. 9.00-14.00
- Fredericia: tlf. 99 44 80 10, mandag-torsdag kl. 8.30-15.00, fredag kl. 8.30-14.00

Center for Selvmordsforebyggelse, Børn og Unge

- Odense: tlf. 99 44 86 00, mandag-torsdag kl. 9.00-15.00, fredag kl. 9.00-12.00
- Esbjerg: tlf. 79 18 25 65, onsdag og fredag kl. 8.00-15.00
- Augustenborg: tlf. 73 47 24 40, mandag kl. 9.00-14.00
- Kolding: tlf. 76 36 30 36, mandag kl. 8.00-15.00

Region Sjælland

Klinik for Selvmordsforebyggelse, Voksne i Køge, Vordingborg og Slagelse

Tlf. 55 35 13 88 / 47 32 83 00, mandag-torsdag kl. 9.00-12.00 og kl. 13.00-15.00 samt fredag kl. 9.00-12.00 og kl. 13.00-14.00

Klinik for Psykoterapi og Selvmordsforebyggelse, Børn og unge under 18 år

Tlf. 47 32 79 99, mandag-fredag kl. 8.00-15.00

Hovedstadsområdet

Kompetencecenter for Selvmordsforebyggelse i Hovedstaden, Voksne

Tlf. 38 64 18 00. Der er mulighed for at lægge en besked

Kompetencecenter for Selvmordsforebyggelse i Hovedstaden, Børn og unge

Tlf. 40 12 98 50, mandag-fredag kl. 9.00-14.00

Region Midtjylland

Klinik for Selvmordsforebyggelse, Risskov

Tlf. 78 47 21 50, mandag-torsdag kl. 8.00-15.30, fredag kl. 8.00-15.00. For borgere fra Århus, Favrskov, Samsø, Randers, Norddjurs, Syddjurs, Silkeborg, Skanderborg, Odder, Horsens og Hedensted.

Center for Selvmordsforebyggelse, Herning

Tlf. 78 47 45 25, Mandag-torsdag kl. 8.30-15.00, fredag kl. 8.30-13.00. For borgere i Herning, Ikast-Brande, Ringkøbing-Skjern, Holstebro, Lemvig, Struer, Skive og Viborg.

Region Nordjylland

Enhed for Selvmordsforebyggelse

Tlf. 97 64 36 10, mandag-fredag kl. 9.00-14.00.

Alle tilbuddene er gratis.

Læs mere om forebyggelsescentre samt rådgivnings- og informationsmuligheder på Center for Selvmordsforskning's hjemmeside: www.selvmordsforskning.dk under menupunktet "Forebyggelse".

De seneste faktahæfter i serien:

26. *Travellers* (2010)

Vagn Mørch Sørensen

27. *SAYLE Saving Young Lives Everywhere – et screeningsredskab* (2010)

Vagn Mørch Sørensen, Børge Jensen og Bo A. Ejdesgaard

28. *Selvordsforsøg i Danmark -rateudvikling for perioden 1990-2008* (2010)

Agnieszka Konieczna

29. *Selvord i Danmark -rateudvikling for perioden 1990-2009* (2011)

Agnieszka Konieczna og Erik Christiansen

30. *Selvordsforsøg i Danmark – rateudvikling for perioden 2000-2011* (2012)

Agnieszka Konieczna

31. *Selvord i Danmark -rateudvikling for perioden 2000-2010* (2012)

Agnieszka Konieczna

32. *Soldater og selvordsadfærd* (2013)

Bo Andersen Ejdesgaard

Hele rækken af faktahæfter findes på centrets hjemmeside www.selvordsforskning.dk under Litteratur → Publikationer → Faktahæfter.



Faktaserien

præsenterer studerende, kursister og andre med interesse for selvmordsforebyggelse for

- fakta om selvmord (antal og udvikling)*
- fakta om selvmordsforsøg (antal og udvikling)*
- korte forskningsbidrag*
- studiemateriale*

*Det er tilladt at citere fra **Faktaserien** med tydelig kildehenvisning*

***Faktaserien** kan rekvireres ved henvendelse til centret. Pris kr. 25,00*

***Center for Selvmordsforskning** er oprettet 1989 og har siden 1999 været en selvejende institution under Indenrigs- og Socialministeriet*

***Center for Selvmordsforskning** varetager*

- forskning i selvmord og selvmordsforsøg*
- registrering af selvmordsforsøg*
- registrering af selvmord*
- vidensformidling*
- uddannelse*

ISBN: 978-87-93124-05-9