

Ny artikel sætter fokus på forebyggelse af selvmord i en kommende global recession

Af Mette Valdersdorf Jensen, akademisk medarbejder, Ph.d.

En ny artikel bragt i tidsskriftet *Nature - Mental Health*, sætter fokus på den potentielle stigning i selvmord i kølvandet på COVID-19 pandemien, og med en truende global recession i sigte. Forfatterne anbefaler en omfattende tilgang til forebyggelse, der blandt andet involverer økonomiske aspekter, oplysningskampagner, ansvarlig mediedækning, og kontinuerlig monitorering af selvmord og selvskade - herunder selvmordsforsøg. Artiklen tager sit udgangspunkt i tidligere forskning, der har beskrevet sammenhænge mellem økonomiske kriser og øgede selvmordsrater. Visse befolkningsgrupper, der var udsatte under COVID-19 pandemien, kan også være i særlig risiko for en stigning i selvmordsrisiko i forbindelse med en økonomisk krise. Disse sårbare grupper involverer blandt andre etniske minoriteter, personer med psykiatriske lidelser, unge mennesker, samt børn fra økonomisk - og socialt udsatte familier. Samtidig understreger forfatterne, at lav – og mellemindkomstlande kan stå over for større udfordringer ved en økonomisk krise på grund af deres i forvejen højere selvmordsrater og begrænsede ressourcer i sundheds – og socialektoren.

Artiklen foreslår en tværsektoriel tilgang til selvmordsforebyggelse i en kommende økonomisk krise, med fokus på 5 forskellige områder:

1. Økonomiske aspekter

Manglende økonomisk støtte spiller en afgørende rolle for forhøjet selvmordsrisiko. Artiklen fremlægger, at de økonomiske politikker, der mange steder blev gennemført under COVID-19 pandemien, med ønsket om at stimulere økonomien og forbruget, ikke vil være mulige at gennemføre igen. Regeringer vil i lyset af en potentiel, økonomisk krise, måske ønske at iværksætte omfattende spareforanstaltninger, der kan være medvirkende til øget selvmordsrisiko blandt økonomisk udsatte befolkningsgrupper. Forfatterne opfordrer til, at den økonomiske politik fokuserer på at undgå stramninger, men i stedet styrker den økonomiske sikkerhed for udsatte grupper, prioriterer gældsrådgivning, og sikrer et aktivt arbejdsmarked.

2. Folkesundhedsstrategier

Artiklen beskriver et behov for tværsektorielle folkesundhedsstrategier med særligt fokus på selvmordsrisiko i økonomisk krise. Der skal være offentlig oplysning om, hvordan man takler psykiske belastninger i relation til økonomisk krise. Der skal implementeres strategier, der kan være medvirkende til skadesreducering (artiklen nævner for eksempel kontrol med alkoholpriser). Folkesundhedsstrategierne skal også fokusere på at fremme den sociale sammenhængskraft, som for eksempel opfordring til at støtte andre i økonomisk krise. Derudover skal der være et fokus på, at offentlig formidling opfordrer borgere til at søge den nødvendige hjælp.

3. Mediedækning

Artiklen inkluderer mediernes ageren som en del af selvmordsforebyggelse i en økonomisk krise. Forfatterne opfordrer til, at medierne undgår sensationslysten rapportering af selvmord, der kan være relateret til økonomisk krise. De opfordrer medierne til at viderebringe informationer til offentligheden om, hvordan man kan takle negative påvirkninger af en økonomisk krise, samt at bringe historier, der indgyder håb og ikke tegner en lige linje fra økonomiske udfordringer til selvmord.

4. Sundheds – og socialektoren

Artiklen beskriver, hvordan sundheds- og socialektoren skal styrke deres kapacitet til at opdage og gribe tidligt ind i tilfælde, hvor økonomisk krise påvirker mental sundhed og øger selvmordsrisiko. Klinisk personale skal trænes i at genkende og spørge ind til psykosociale problemstillinger, der kan være relateret til en økonomisk krise, og skal have opdateret viden om tilgængelige ressourcer, de kan henvise patienter til i relation til f.eks. arbejdsløshed og gæld.

5. Monitorering og forskning

Artiklen understreger vigtigheden af kontinuerlig overvågning af selvmord og selvskade, inkluderet selvmordsforsøg, samt støtte til forskning i selvmord. Der skal bestræbes realtidsovervågning af selvmord og selvskade (herunder selvmordsforsøg) under en økonomisk krise, for at kunne identificere særlige risikogrupper og metoder. Der skal i højere grad sættes fokus på at bruge den tilgængelige data til at evaluere effektiviteten af eksisterende politikker og strategier – og udvikle relevante, målrettede selvmordsforebyggende initiativer.

Med de 5 forebyggelsesområder, understreger artiklen nødvendigheden af en omfattende og tværsektoriel indsats, og opfordrer samtidig til at risikoen for stigende selvmordsrater under økonomiske kriser tages alvorligt.

Artiklen afslutter med en tilskyndelse til handling, der lyder:

Selvmod er ikke uundgåeligt – men en global indsats er altafgørende, hvis vi skal lykkes med at forebygge selvmord under en kommende økonomisk krise.

Oversigt over artiklens forslag til fokusområder for selvmordsforebyggelse

Forebyggelsesområde	Forslag
Økonomiske aspekter	Undgå stramninger, styrk økonomisk sikkerhed for udsatte grupper, prioritér gældsrådgivning og et aktivt arbejdsmarked.
Folkesundhedsstrategier	Offentlig oplysning om økonomisk krise og mentalt helbred, implementering af strategier, der fokuserer på skadesreducering og social sammenhængskraft.
Mediedækning	Undgå sensationslysten rapportering af selvmord, medvirke til offentlig oplysning om påvirkningen af økonomisk krise, bringe historier med håb.
Sundheds – og socialektoren	Styrk kapaciteten til tidlig identifikation og forebyggelse, træn personalet i at genkende og handle på problemstillinger relateret til økonomisk krise.
Monitorering og forskning	Sikre realtidsovervågning af selvmord og selvskade, brug data til at udvikle målrettede og opdaterede indsatser.

Artikel: Sinyor, M., Hawton, K., Appleby, L. et al. The coming global economic downturn and suicide: a call to action. Nat. Mental Health 1, 233–235 (2023)