

Leder

Kristeligt Dagblad mener: Flere selvmord kan forebygges

6. februar 2020, kl. 21:00

Af Erik Bjerager, ansv. chefredaktør

Dette er en leder. Lederen er udtryk for Kristeligt Dagblads holdning og skrives på skift af avisens redaktører.

Heldigvis daler antallet af selvmord, men langt fra nok

Det ligger i sproget, at livet er en gave. Man får livet. Når man tager det, afslutter man det. Engang blev selvmord kaldt for fridød. Man valgte selv frit at tage sig af dage, hed det. Heldigvis bruges det ord ikke længere. Det er i langt de fleste tilfælde ikke nogen fri handling at begå selvmord. Næsten alle, der tager deres eget liv, er psykisk syge i en eller anden grad, eller de er blevet bragt i en voldsom ubalance i deres liv. De er ikke frie, men fanget i deres livssituation, og de ser selvmordet som den eneste udvej.

Engang var Danmark kendt for at være det land i verden med den højeste andel af selvmord. Tallene er usikre, ikke mindst i en række af de lande, Danmark sammenlignes med. Men siden 1980, hvor omkring 1600 mennesker hvert år tog livet af sig herhjemme, er tallet dalet og har siden 2010 ligget nogenlunde konstant på 600 dødsfald årligt. Det svarer til, at et til to mennesker hver eneste dag tager livet af sig, og det er fortsat alt for mange. Dertil kommer, at 20 mennesker hver dag prøver at tage sig af dage.

Når antallet af selvmord er faldet, skyldes det dels en øget indsats for at hjælpe selvmordstruede, dels det forhold, at det er blevet langt sværere at tage sit eget liv med for eksempel sovemedicin, sådan som mange gjorde det engang. Samtidig er den antidepressive medicin blevet udviklet og forbedret.

Et halvt hundrede mennesker tager hvert år deres eget liv, kort tid efter at de er blevet udskrevet fra et psykiatrisk hospital. De har ofte friheden til at udskrive sig selv, og det kan være svært at forudse, om en patient er selvmordstruet. Det er ikke kun, fordi nogle udskrives for tidligt, at de begår selvmord, men snarere fordi overgangen fra hospitalsindlæggelsen til livet i eget hjem uden hjælp kan være stor. Derfor bliver det

interessant at følge, om et nyt forsøgsprojekt, hvor psykiatriske patienter får hjælp i den første tid efter deres udskrivning, virker.

Der gives ingen nemme løsninger på, hvordan man nedbringer selvmordsantallet yderligere. Selvmord blandt unge, sådan som det beskrives i dagens avis, er fortvivlende ulykkelige, men selvmord er mest udbredt blandt ældre mænd. Der er formentlig ingen tvivl om, at nære relationer og tætte forhold til andre mennesker er med til at gøre det sværere at forlade livet for egen hånd. De ældre og enlige mænd er særligt udsatte.

En ofte overset gruppe af mennesker er dem, der rammes af følgevirkningerne af selvmord: de mange nærtstående familiemedlemmer og pårørende. Heldigvis er selvmord ikke så tabubelagt, som det var engang, men den tavshed, der kunne sænke sig om et afdødt menneske, er der ofte fortsat.

Mange selvmord efterlader de pårørende med følelser af skyld og vrede. De føler, at de selv har svigtet, og de føler sig svigtet.

Frivillige grupper prøver i stigende grad at hjælpe pårørende, og også på dette område ville det danske samfund være fattigt, hvis kirkens store indsats for de fortvivlede ikke havde været der.