

خودکشی



خودکشی اساساً موضوعی قابل پیشگیری است

۱۳۹۲

اورژانس ۱۲۳



یکی از اهداف مهم اورژانس اجتماعی کمک به افرادی است که قصد خودکشی دارند یا اقدام به خودکشی کرده اند. همچنین سایر افراد در کلیه سنین که در شرایط بحرانی ویژه قرار دارند.



خدماتی که توسط اورژانس اجتماعی ارائه می شود و در زمان بحران می توانید از آنها بهره بگیرید:

- ارائه مشاوره در زمان بحران با خط ۱۲۳
- اعزام واحد سیار اورژانس اجتماعی به محل مورد نیاز
- ارائه راهنمایی لازم به مراجعان
- ارجاع مراجعان به مراکز تابعه سازمان (توان بخشی، پیشگیری و اجتماعی)
- ارجاع افراد به مرکز مداخله در بحرانهای فردی، خانوادگی و اجتماعی (اورژانس اجتماعی)



خودکشی را می توان تهدیدی برای سلامت عموم جامعه دانست. تحقیقات نشان می دهد که تقریباً یک میلیون نفر هر ساله در جهان به علت خودکشی جان خود را از دست می دهند.



پیشگیری از خودکشی

با توجه به هزینه های ناشی از خودکشی، تلاش های بسیار زیادی در سرتاسر جهان برای کنترل این پدیده صورت گرفته است. در اجتماعات انسانی ویژه در کلان شهرهای چند میلیونی به علت پیچیده تر شدن روابط اجتماعی احتمال ابتلا به مشکلات اجتماعی بیشتر از سایر مناطق می باشد. لذا زمانی که احساس می کنید با عوامل خطرزای خودکشی از جمله تالیفیدی، توهومات، اضطراب شدید، تحریک پذیری، بیقراری، افسردگی، حملات هراس، احساس بی ارزشی، افکار خودکشی و... مواجه شده اید، می توانید برای خروج از بحران با ۱۲۳ (اورژانس اجتماعی) تماس حاصل نمایید.

- خودکشی، وجود فعلی افکار و قصد خودکشی یا برنامه ریزی برای خودکشی)
(الف) سابقه اقدام به خودکشی
(ب) وجود افکار، قصد یا نقشه خودکشی در حال حاضر
۳. وجود اختلالات و علائم روانپریشی
(الف) اختلالات خلقی: وجود افسردگی به تنهایی مرگ بر اثر خودکشی را بیست برابر می کند.
(ب) اختلالات سایکوتیک: علت ده درصد موارد خودکشی است.
(ج) اختلالات اضطرابی
(د) سوء مصرف مواد و الکل
۴. وجود تاریخچه شخصی
(الف) وجود بیماری های طبی (جسمی)،
(ب) تاریخچه خانوادگی،
(ج) وضعیت روانی- اجتماعی: وجود یا نبود حمایت های عاطفی و هیجانی
(د) نوروبیولوژی (خصوصیات شخصیتی): مانند عدم انعطاف پذیری، عدم استفاده از مهارت های مقابله ای موثر، بصیرت و توانایی ناکافی در کنترل هیجانات و ...
۵. وجود اختلالات شخصیت: به خصوص شخصیت مرزی و شخصیت ضد اجتماعی



- ### عوامل محافظت کننده خودکشی
- عواملی هستند که تا حدی فرد را در مقابل خودکشی محافظت می کنند. از این عوامل به عنوان عایقی در برابر خودکشی یاد می شود.
۱. نبود اختلالات روانپریشی
 ۲. شغل بودن
 ۳. وجود کودکان در خانه
 ۴. داشتن احساس مسئولیت در خانواده
 ۵. خصلتی
 ۶. دداشتن عقاید مذهبی قوی
 ۷. داشتن احساس رضایت از زندگی
 ۸. وجود مکانیسم های قوی مقابله ای
 ۹. وجود مکانیسم قوی حل مسئله
 ۱۰. وجود یکپارچگی اجتماعی از طریق کار یا استفاده مفید از اوقات فراغت
 ۱۱. دسترسی به خدمات و مراقبت های بهداشت روان
 ۱۲. حمایت شدن از طرف دوستان، خانواده و سایر افراد مهم
 ۱۳. وجود سایر حمایت های اجتماعی
 ۱۴. وجود رابطه مثبت و خوب با درمانگر
- ### عوامل خطر زای خودکشی



۱. عوامل جمعیت شناختی شامل سن و جنس، وضعیت تأهل، شغل، بیکاری، مهاجرت؛
- خودکشی دو قله سنی دارد: ۱۵-۳۵ و سالمندی.
- خودکشی در مردان بیشتر است.
۲. خودکشی گرایشی فعلی یا قبلی (سابقه اقدام به

تعریف خودکشی

بر اساس تعریف مورد توافق جهانی، خودکشی موفق، عبارت است از اقدامی که شخص با دانش کامل در مورد نتایج مرگبار آن به عمل می آورد و به زندگی خود خاتمه می دهد.

خودکشی یک راهی برای رهایی از یک مسئله، رنج یا یک بحران است که بدون شک و تردید فرد را آزار می دهد.

در ایران خودکشی به عنوان پنجمین علت

سال های از دست رفته عمر زینه بنی می شود.

آخرین آمار سازمان پزشکی قانونی کشور حاکی از این است که در سال ۱۳۸۰، ۵۷۰ مورد خودکشی به ازای هر ۱۰۰۰۰۰ مرد و ۳۰۱ خودکشی به ازای هر ۱۰۰۰۰۰ زن در کشور به وقوع پیوسته است. و گروه سنی ۲۵-۱۵ سال بیشترین میزان مرگ ناشی از خودکشی را دارد.

طبق آمارهای منتشر شده تعداد نفربربی افرادی که در ایران خودکشی می کنند سالانه حدود ۵۰۰۰ نفر می باشد. بررسی انجام گرفته در کشور نشان می دهد که در سال های ۸۲-۹۵ روند افزایشی داشته است.

رفتارهای خودکشی



به مجموعه هایی که عمل خطر مهمی برای خودکشی می باشند گفته می شود. رفتار خودکشی شامل افکار خودکشی، اقدام به خودکشی و خودکشی موفق می باشد.