

Selv mord blant eldre



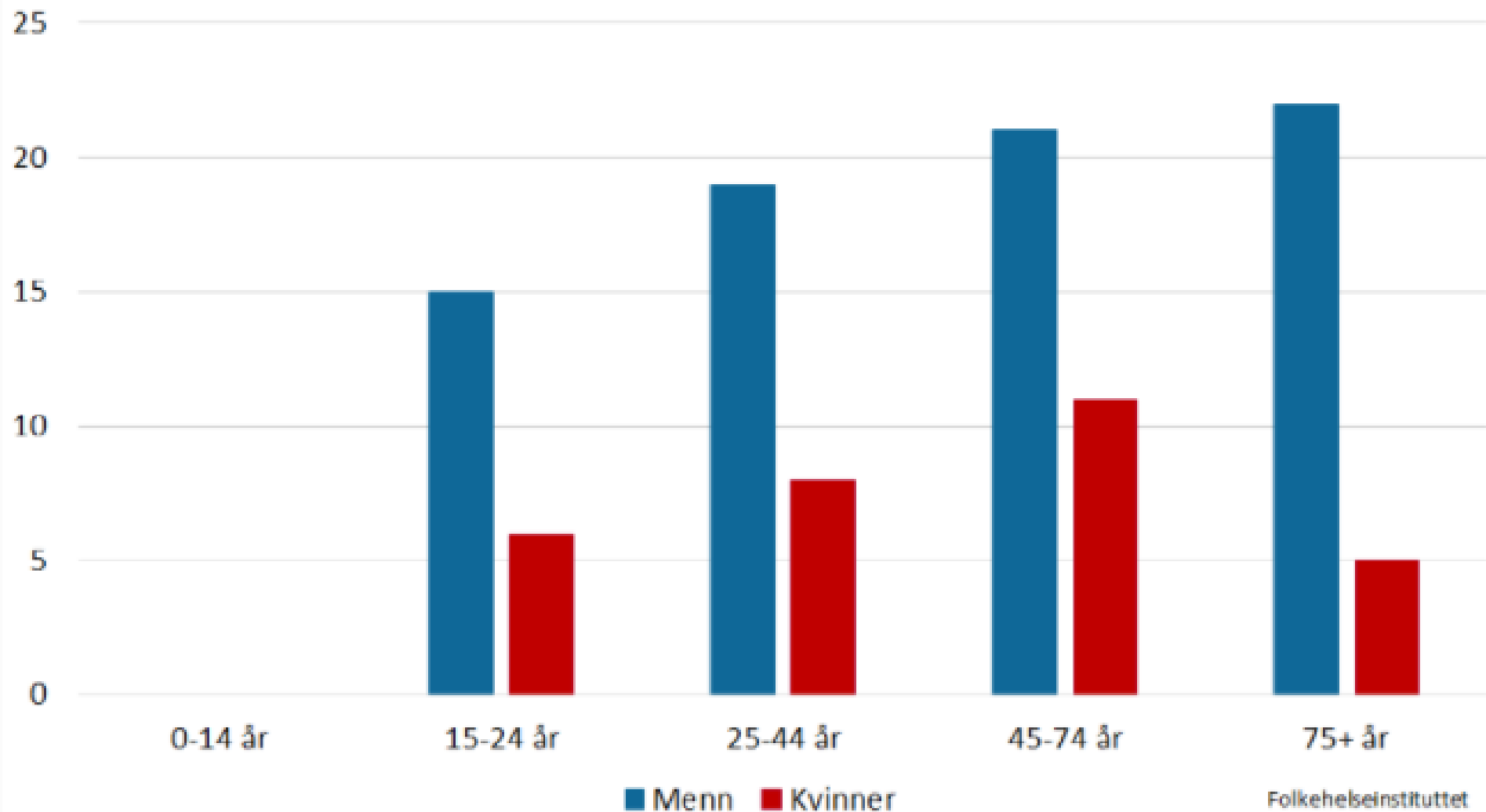
drun Austad
kiatrisk sykepleier

Photo by Matthew Bennett on Unsplash

Eldre og selvmord

1. Hva vet vi om eldre og selvmord?
2. Holdninger til eldres selvmord
3. Hva gjør vi?

Selv mord, aldersgrupper



Figur 2. Antall selvmord per 100 000 innbyggere for menn og kvinner i ulike aldersgrupper, basert på tall for 2014-2018. Datakilde: Dødsårsaksregisteret. Tabell: Norgeshelse statistikkbank, Folkehelseinstituttet.

Risikofaktorer for selvmord hos eldre

- Psykisk lidelse (Depresjon, Rusavhengighet, Psykose, Demens i tidlig fase)
- Tidligere selvmordsforsøk
- Sosial isolasjon
- Kriser og relasjonsproblemer
- Tap av partner
- Somatisk sykdom (kreft med dårlig prognose) menn
- Eldre menn
- Traumer (barndom)

• Vedlegg til Handlingsplan, 2020

Selv mord hos eldre - Typiske trekk

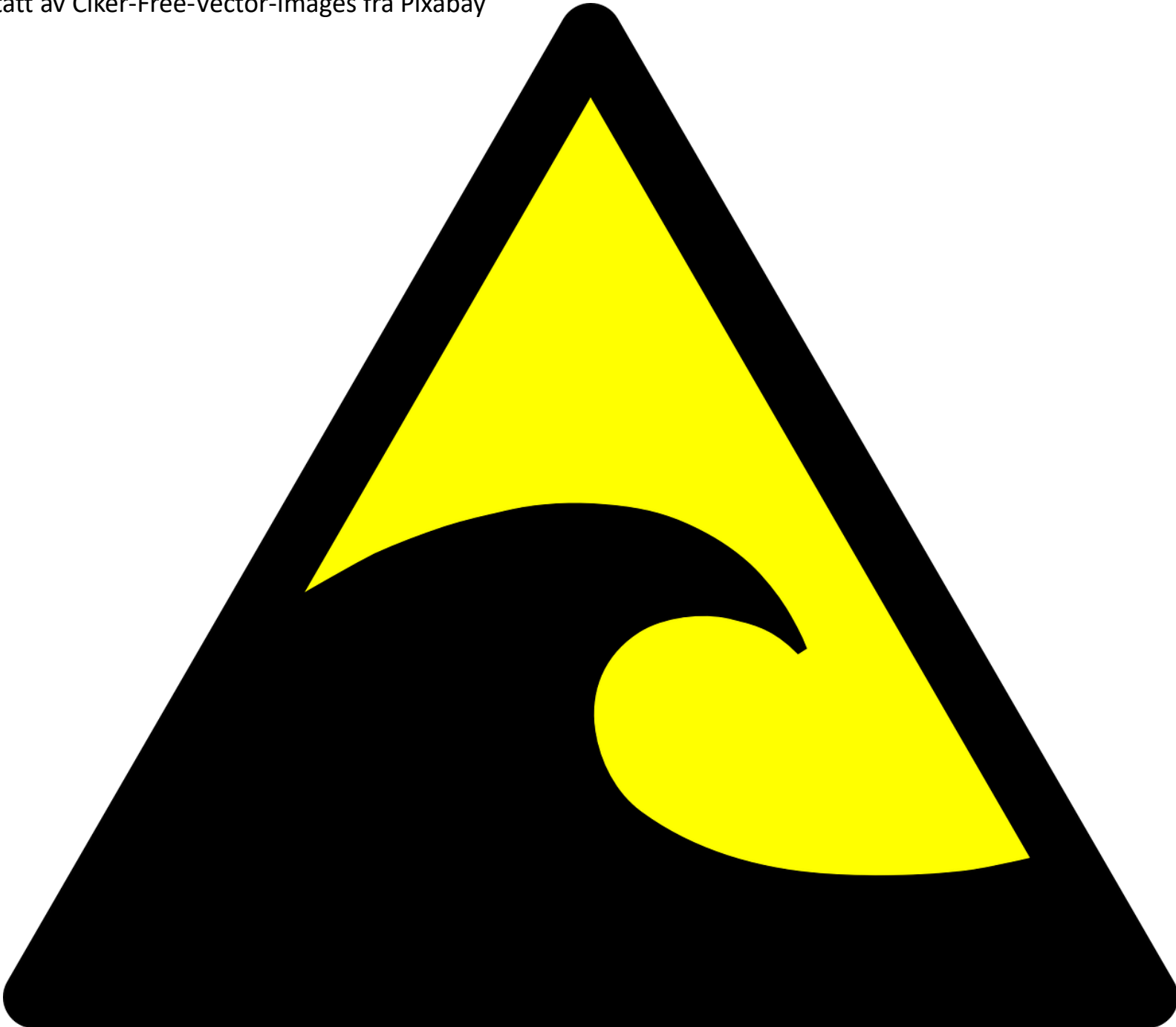
- Sterkt dødsønske
- Lite ambivalens
- ↓ Følelsesuttrykk
- Langvarige problemer
- Uttrykker sjeldnere selvmordstanker
- Oppsøker lege av andre grunner
- Bruker sikre, voldsomme metoder



A close-up photograph of an elderly person's hands. The hands are wrinkled and have a yellowish tint. One hand is holding a dark walking stick with gold-colored decorative patterns. The person is wearing a light blue long-sleeved shirt and a silver bracelet on their left wrist. The background is blurred, showing more of the person's clothing and a dark surface.

Varselsignaler hos eldre

- 60 % hadde varslet
- Varslene førte ikke til tiltak
- Kjølseth og Ekeberg, 2012



Holdninger til eldres selvmord

«Han hadde på en
måte ikke noe liv igjen -
jeg kan godt forstå ham»



Fastleger - mindre villige til å behandle eldres selvmordstanker

- N-215
- Mann
- Deprimert
- 38/78 år
- Fabrikkarbeider/
pensjonert fabrikkarbeider
- Uncapher & Aréan, 2000



Tiltak i handlingsplanen, 2020

- Forebyggende hjemmebesøk for eldre.
- Vurdere muligheten og behovet for å obdusere flere eldre for å få mer kunnskap om dødsfallene, herunder dødsårsak.
- Regjeringen vil følge opp kunnskapsoppsummeringer fra Folkehelseinstituttet om selvmord blant menn og blant eldre.



Samtalen om selvmord

- Identifiser
 - Kartlegg
 - Spør direkte om selvmord
 - Avgjør
 - Intervener
-
- Selvskading og selvmord – veiledende materiell for kommunene om forebygging, 2017



Hva mer kan vi gjøre?

- Utrede og behandle depresjon
 - Ikke en del av aldringsprosessen
 - Tiltak som bryter ensomheten, bedrer fysisk aktivitet og psykoterapi
 - Legemidler mot depresjon ved alvorlige former for depresjon
- Helsedirektoratet, 2019

Hva mer kan vi gjøre?

- Kommunene bør tilrettelegge tiltak for å redusere risiko for psykisk lidelse hos eldre.
 - Frisklivssentraler
 - Avlastningstilbud
 - Samarbeid med frivillige organisasjoner
 - Tilpassede dagtilbud
 - Pårørendeskoler og samtalegrupper
 - Ta i bruk ny velferdsteknologi

• Helsedirektoratet, 2019

Takk for
meg!



gudrun.austad@gmail.com

Foto: RODNAE Productions fra Pexels

Nettsteder for litteratur og informasjon

- www.selvmord.no
- www.rvtsvest.no
- www.leve.no
- www.vivatselvmondsforebygging.net
- www.kriser.no

Referanser

- Kjørseth, I., Ekeberg, Ø, & Steihaug, S. (2009). "Why do they become vulnerable when faced with the challenges of old age?" Elderly people who committed suicide, described by those who knew them. *International Psychogeriatrics*, 21(5), 903-912. doi:10.1017/S1041610209990342
- Kjørseth I. & Ekeberg Ø. When elderly people give warning of suicide. *Int Psychogeriatr*. 2012; Sep; 24(9): 1393-401.
- Kjørseth I. Eldre og selvmord, 2014
- Kjørseth I. Når eldre tar sitt eget liv-gjør det noe? *Tidsskr Nor Lægeforen*. 2015; Feb 24;135(4):346-8
- Uncapher H, Areán PA. Physicians are less willing to treat suicidal ideation in older patients. *J Am Geriatr Soc* 2000; 48: 188 – 92.
- Helsedirektoratet (2017). Selvskading og selvmord – veiledende materiell for kommunene om forebygging [nettdokument]. Oslo: Helsedirektoratet (sist faglig oppdatert 27. april 2021, lest 19. oktober 2021). Tilgjengelig fra <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/selvskading-og-selvmord-veiledende-materiell-for-kommunene-om-forebygging>

Referanser

- Helse- og omsorgsdepartementet (2020): Handlingsplan for forebygging av selvmord <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/regjeringens-handlingsplan-for-forebygging-av-selv-mord-2020-2025/id2740946/>
- Helse- og omsorgsdepartementet (2020): Vedlegg til handlingsplan for forebygging av selvmord <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/regjeringens-handlingsplan-for-forebygging-av-selv-mord-2020-2025/id2740946/>
- Helsedirektoratet (2019). Nasjonale faglige råd for psykiske lidelser hos eldre [nettdokument]. Oslo: Helsedirektoratet (sist faglig oppdatert 02. mai 2019, lest 19. oktober 2021). Tilgjengelig fra <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/psykiske-lidelser-hos-eldre>