

V Česku chybí relevantní informace o problematice sebevražd. Pomoc nabídne nový web

8. 9. 2022, KLECANY – Podle odhadů Světové zdravotnické organizace je sebevražda globálně příčinou jednoho ze sta úmrtí, v jejím důsledku zemřelo v loňském roce v České republice 1221 lidí. Doposud chybí snadno dostupná platforma, kde by lidé mohli najít komplexní relevantní informace a pomoc. Odborníci z Národního ústavu duševního zdraví (NUDZ) se to rozhodli změnit a u příležitosti Světového dne sebevražd, který každoročně připadá na 10. září, spustí nové webové stránky www.sebevrazdy.cz.

Oproti klesajícímu trendu z dřívějších let vývoj počtu sebevražd v Česku v posledních letech stagnuje. „V loňském roce zemřelo v Česku v důsledku sebevražedného jednání 966 mužů a 255 žen. U mužů coby nejčastější způsob sebevraždy zůstává oběšení, následují zastřelení se a skok z výšky. U žen je nejčastějším způsobem oběšení, následují sebeotrávení a skok z výšky. Podle údajů Českého statistického úřadu je stabilně měsícem s nejvyšším počtem zaznamenaných sebevražd březen, nejkritičtějším dnem v týdnu pak pondělí. Nejvíce sebevražd je ve Středočeském, Moravskoslezském a Jihomoravském kraji a v Praze,“ popisuje Laura Bechyňová z Národního ústavu duševního zdraví. Jen za rok 2020 bylo pro záměrné sebepoškození hospitalizováno 1035 mužů a 1460 žen, mnoho se sebevražedným záměrem.

Spolehlivé informace na jednom místě

V Česku je dostupná základní prevence, ne všechny oblasti jsou však pokryty: chybí relevantní informace o problematice sebevražd a dosud v ČR neexistuje komplexně pojatý web věnovaný této tematice. Informace si tak lidé často hledají napříč internetem, nezřídka z pochybných zdrojů, a nalezená doporučení mohou být ve svém důsledku dokonce škodlivá. V zahraničí je přitom běžnou praxí uvažovat o problematice sebevražd samostatně, i nad rámec oblasti duševního zdraví, neboť sebevražda se netýká jen lidí s duševním onemocněním. Z výzkumů vidíme, že webová stránka může poskytnout relevantní a potřebné informace, zvýšit povědomí o tématu a snížit negativní postoje vůči tématu sebevražd či lidem s duševním onemocněním.

V rámci projektu ImpleMENTAL, na němž se podílejí odborníci z NUDZ a Ministerstva zdravotnictví, proto vzniká web www.sebevrazdy.cz, který bude spuštěn u příležitosti Světového dne prevence sebevražd. „Web cílí nejen na lidi procházející krizí, kterým se snaží poskytnout informace o tom, kde nalézt potřebnou pomoc, ale i na lidi, kteří mají obavy o někoho ze svých blízkých. Dále také na odborníky z praxe, kteří se s tématem mohou setkat. Cílem je zvyšovat povědomí o tematice sebevražednosti a sebepoškozování. Na webu budou vycházet články a rozhovory, budeme zveřejňovat příběhy lidí, kterým se podařilo jejich krizi překonat a najít důvody a věci, pro které žít,“ přibližuje Roksana Tábořská z Národního ústavu duševního zdraví.

Analýzy i osvětové akce

Pracovní skupina Prevence a výzkum sebevražd NUDZ se v rámci zmíněného projektu ImpleMENTAL věnuje přenosu dobré praxe ze zahraničí. „Díky tomu byla například ustanovena národní poradní skupina, jež sdružuje odborníky z různých oblastí, kterých se týká problematika sebevražd. Aktuálně také vzniká Situační analýza a analýza potřeb v této oblasti. Postupně budou v ČR pilotována a zaváděna opatření zaměřená na prevenci sebevražd. Za zmínku stojí mimo jiné spolupráce se Správou železnic ve snaze snižovat počty úmrtí na dráze,” uzavírá vedoucí skupiny Alexandr Kasal.

Téma sebevražd se dotýká i pozůstalých, pro něž je vyrovnání se se ztrátou blízkého velmi bolestné. 13. 10. 2022 proto v podvečerních hodinách proběhne v Praze pochod pro pozůstalé po sebevraždě, který odborníci z NUDZ aktuálně připravují. Obdobné akce jsou v zahraničí běžnou praxí, díky které se zvyšuje povědomí o tématu sebevražd a pozůstalí zažívají, že v takové situaci nejsou sami. Více informací se v průběhu září objeví právě na webu www.sebevrazdy.cz.

Pro další informace prosím kontaktujte:

Mgr. Jan Červenka

tiskový mluvčí

E-mail: jan.cervenka@nudz.cz

Telefon: +420 774 851 335