

Sebevraždu spáchá 2190 lidí denně, v Česku je sebevražednost nad průměrem

Podle údajů Světové zdravotnické organizace si ročně vezme vlastní rukou život více než 800 000 osob. To je jeden člověk každých 40 sekund; 2190 lidí denně. Brian Mishara, bývalý prezident Světové asociace pro prevenci sebevražd poznamenal: „Sebevraždu spáchá více lidí, než kolik jich zemře dohromady ve všech válkách, při teroristických útocích a v důsledku mezilidského násilí.“ Na problematiku má upozornit Světový den prevence sebevražd, který připadá na 10. září a který vyhláší Světová asociace pro prevenci sebevražd spolu s WHO a Světovou federací pro duševní zdraví.

V Česku 4 ztracené životy denně

„Existuje celá řada faktorů, které zvyšují riziko spáchání sebevraždy. Jedním z nejvýraznějších je přítomnost duševního onemocnění. Některé zdroje uvádí přítomnost duševního onemocnění u devíti z deseti případů dokonané sebevraždy. Mezi mladými ve věku 15 - 29 let je sebevražda globálně druhý nejčastější důvod úmrtí a vůbec nejčastější pro mladé dívky ve věku 15 - 19 let. Vůbec nejvyšší míru sebevražednosti globálně je možné identifikovat u osob starších 69 let. Na každou dokonanou sebevraždu připadá podle odhadů WHO 20 pokusů,“ vypočítává PhDr. Petr Winkler, vedoucí výzkumného programu Sociální psychiatrie z Národního ústavu duševního zdraví.

V ČR si ročně vezme život na 1500 osob, což představuje čtyři ztracené životy denně. V českém prostředí je pak sebevražda důvodem úmrtí u 30 % ze všech zemřelých mladých žen ve věkové skupině 20 - 29 let, což z ní dělá jeden z nejčastějších důvodů úmrtí v této věkové skupině. „V Česku je míra sebevražednosti podle posledních srovnatelných dat WHO nad průměrem EU a výrazněji i nad celosvětovým průměrem. Absolutní počet sebevražd navíc začal v ČR po roce 2008 opět stoupat poté, co od roku 2000 s jedinou výjimkou v roce 2003 konstantně klesal,“ upozorňuje doktor Winkler.

Národní strategie prevence chybí

Řada vyspělých států podnikla nebo v současnosti podniká kroky za účelem snížení sebevražednosti, a tyto aktivity se zdají být účinné. Existuje totiž řada účinných intervencí, kterými je možné sebevraždám předcházet. „Česká republika však nejen že doposud nemá žádnou národní strategii prevence sebevražd nebo jinou formu komplexního zastřešujícího přístupu k prevenci, ale ani dílčí prevence v této oblasti zde v podstatě neexistuje. To je ve světle nadprůměrné sebevražednosti a existence důkazů o efektivních preventivních opatření neakceptovatelné,“ varuje doktor Winkler.

Právě vědci z Národního ústavu duševního zdraví prof. MUDr. Cyril Höschl, DrSc., FRCPsych. a PhDr. Petr Winkler patří mezi 29 předních odborníků na prevenci suicidality ze 17 zemí, kteří připravili společné prohlášení, v němž navrhuje, jak situaci zlepšit. „Prohlášení obsahuje několik zásadních doporučení a principů, která jsou v souladu s doporučeními WHO a doporučeními Evropského parlamentu v oblasti prevence deprese a sebevraždy. Prohlášení předcházela rozsáhlá systematická rešerše. Důraz je kladen na prevenci sebevražd prostřednictvím omezení přístupu k prostředkům k vykonání sebevraždy, léčby deprese farmakoterapií a psychoterapií, zajištění návaznosti péče a prostřednictvím dalších preventivních programů,“ popisuje doktor Winkler.

Odborníci z Národního ústavu duševního zdraví podnikají celou řadu aktivit pro zlepšení dané situace. „Výhledově například plánujeme v rámci jednoho z našich běžících projektů vypustit do světa příručku pro žurnalisty. Ta by měla poskytnout informace o tom, jak správně komunikovat v médiích zprávy o sebevraždách. Je totiž prokázáno, že necitlivá mediální praxe může vést k vlně nápodobných sebevražd, a to zvláště v případech, kdy sebevraždu spáchala mediálně atraktivní osobnost, jako např. úspěšný fotbalista nebo zpěvačka“ uzavírá doktor Winkler.

Kontakt pro média

PhDr. Petr Winkler, pracoviště: VP2 Sociální psychiatrie, e-mail: petr.winkler@nudz.cz