



Update effecten coronacrisis op suïcide(pogingen)

18 mei 2020

Partijen vragen aan ons, 113 zelfmoordpreventie, naar de effecten van de coronacrisis op het aantal suïcides en suïcidepogingen. Een update:

- a. De commissie 'Actuele suïcideregistratie Nederland'¹, gecoördineerd door 113 Zelfmoordpreventie, ziet **nog géén toename in geregistreerde suïcides en suïcidepogingen** sinds het uitbreken van de corona-pandemie.
- b. Wel horen we in onze hulplijn – waar het **aanhoudend druk** is – dat **veel hulpvragers problemen aan corona relateren**, waardoor hun suïcidaliteit is toegenomen. De problemen van de hulpvragers bij 113 Zelfmoordpreventie die nu het meest genoemd worden zijn:
 - ⇒ **eenzaamheid** en het niet meer hebben van afleiding (meer tijd om te **piekeren**) en
 - ⇒ het **niet doorgaan van de reguliere hulp**.
 Daarnaast horen we:
 1. onzekerheid/angst voor virus
 2. onveilige thuissituatie
 3. werk kwijt/schulden
 4. toename depressie/angst
 5. zorg om naaste die suïcidaal is
 6. anders, zoals: het niet kunnen zien van een dierbare, hogere werk/studiedruk, niet eens zijn met corona maatregelen, geen ritme en terugval in alcoholverslaving
- c. 113 Zelfmoordpreventie, evenals de commissieleden en (internationale) wetenschappers houden wel rekening met **een toename** in suïcidaliteit, omdat bekende risicofactoren toenemen door de coronamaatregelen, zoals:
 - (dreigende) werkloosheid en financiële problemen
 - eenzaamheid, sociaal isolement en psychische trauma's
 Deze **risicofactoren** zijn er **nu, blijven de komende tijd en nemen misschien wel toe**. Het gevreesde effect van een toename in aantal suïcides kan lang (jaren) aanhouden.
- d. 113 Zelfmoordpreventie, evenals de commissie en (internationale) wetenschappers benadrukken dat aandacht voor het onderwerp moet blijven. We moeten met zijn allen **alert blijven**. Om de te gevreesde toename te signaleren en te voorkomen zet 113 in op suïcidepreventie door:
 - **nauwe samenwerking** tussen 113 en organisaties in het onderwijs, de sociaaleconomische sector en de zorg, oppikken van signalen van psychische problematiek en suïcidaliteit en hier in een vroeg stadium op ingaan.

¹ Sinds maart 2020 ingerichte Commissie Actuele Suïcideregistratie in NL, met daarin vertegenwoordigers van 113 Zelfmoordpreventie, CBS, Forensisch arts, Registratienetwerk Forensische Geneeskunde, GGZ NL, IJG, Landelijk Netwerk Ziekenhuizen, LOT-C, NS, ProRail, Supranet GGZ, FARR en de Vakgroep Forensische Geneeskunde GGD-GHOR NL. De coördinatie en landelijke registratie is belegd bij 113 Zelfmoordpreventie.

113 zelfmoord preventie

- **gratis online training suicidepreventie** voor elke Nederlander (>18 jaar). Praten helpt, bij deze training leer je signaleren, het gesprek voeren over suicidale gedachten, mensen tot actie bewegen en doorverwijzen naar hulp.
- focus op **risicogroepen en ondersteuning van professionals** die in contact met hen staan. **Met werkgevers en opleidingsinstituten** in overleg over het trainen van suicidepreventie aan professionals in de zorg en de sociaaleconomische sector.
- **wekelijkse monitoring** cijfers suicidaliteit:
 - aantal suicides en suicidepogingen in Nederland
 - aantallen hulpvragers bij 113
 - analyse inhoud gesprekken hulplijn:
 - wie vragen er hulp (mannen, alleenstaanden of ZZP'ers bijv.)?
 - spelen er corona gerelateerde problemen en zo ja, welke?
- **113 Hulplijn bezetting optimaliseren richting 95% bereik.**
- <https://www.113.nl/> kennis en tools voor hulpvragers, naasten, (zorg)professionals en het brede publiek zodat zij juist ook tijdens deze coronacrisis zichzelf, elkaar en anderen beter kunnen helpen.

Contactgegevens	
(10)(2e)	(10)(2e)
(10)(2e)	(10)(2e)
06 (10)(2e)	(10)(2e)
(10)(2e) 113.nl	(10)(2e) 113.nl