



Ekerö 2018-04-12

Motion till kommunfullmäktige i Ekerö kommun  
Av Desirée Björk, Bernt Richloow och Robert Oberascher

## **Inför en nollvision mot självmord i Ekerö**

### **Bakgrund**

Idag dör 5 gånger fler personer av självmord i Sverige än av trafikolyckor. Okunskap och tystnad bidrar inte till att liv räddas, stigmat, myter och avsaknad av debatt är skäl till att antalet självmord är relativt höga.

Faktum är att 3-4 personer varje dag i Sverige tar sitt liv.

Förgiftning av läkemedel är den vanligaste självmordsorsaken bland kvinnor och näst vanligast hos män, enligt Socialstyrelsens statistik av dödsfall. Larmsamtal om förgiftningar har fördubblats på 10 år.

Sedan 2009 har tabletter med paracetamol, exempelvis Alvedon, Panodil kunnat köpas fritt i vanliga butiker.

2008 togs en nollvision i regeringen. I samband med beslutet antogs också ett 9-punktsprogram mot självmord.

Goda exempel på insatser som kan bidra till att sänka antalet självmord ges bland annat från organisationen MIND:

Insatser som främjar goda livschanser för mindre gynnade grupper (bl. a insatser för skolelever) ökad tillgänglighet till kuratorer, skolsköterskor på skolor är en insats som har stor betydelse. En välfungerande elevhälsa, med kuratorer och skolsköterskor. En bra förskola och skola med särskilt stöd för barn med svårigheter så de fullföljer sin utbildning.

Stöd till sköra blivande mödrar.

Erbjud alltid stöd och uppföljning av människor som hamnar i livskriser såsom skilsmässor och arbetslöshet.

Lättillgänglig anonymt samtals- chattstöd för människor i kris.

Lättillgänglig rådgivning/behandling.

Åtgärder för att göra närmiljön säkrare. Hinder på broar, vid tåg och tunnelbana.

I allmänhet tycker man att tragedin är större ju yngre den som tagit sitt liv är, därför får självmord bland unga ofta större uppmärksamhet. Socialstyrelsens dödsorsaksregister visar dock att självmordstalet är mer än 40 procent högre bland äldre män (65 år och äldre) än bland män under 65 år, och tre gånger så högt som bland kvinnor. Att självmordstalet är så högt trots att det inte rör sig om fler fall beror på att gruppen i sig är liten.

Depression, ångest och kroniska sjukdomar är bland de vanligaste orsakerna till äldres självmord enligt Nationell prevention av suicid och psykisk ohälsa, NASP, vid Karolinska

Institutet. Depressioner bland äldre kan ha sin grund i åldersförändringar i det centrala nervsystemet, men kan också vara relaterade till bland annat sjukdomar eller till psykosociala förändringar som pensionering eller en partners död. Äldre kan vara deprimerade utan att se ledsna och nedstämda ut. I stället kan symtomen vara att de tappar intresset för omgivningen, blir irriterade när barnbarnen kommer på besök och slutar bry sig om sådant som tidigare engagerade dem.

Ingen bör hamna i en sådan utsatt position att den enda vägen upplevs vara självmord. Genom att arbeta mot en nollvision bidrar vi med att förändra tabut.

Det krävs ett attitydspåverkansarbete som är långsiktigt, som kan inledas med en folkhälsokampanj.

Exempel på kommuner där man idag arbetar med att arbeta för införandet av nollvision, Göteborg är en av de första kommunerna i Sverige att införa ett arbete, plan för att minska antalet självmord är på gång. Målet är att de kommande sex åren minska självmordsförsöken med 10 procent. På sikt finns en nollvision i arbetet.

### **Förslag till beslut**

Öpartiet föreslår att kommunfullmäktige beslutar:

att ta fram en åtgärdsplan för införande till en nollvision mot självmord.

Desirée Björk

Bernt Richloow

Robert Oberascher