



Pressekonferenz | Freitag, 17. Juni 2016

Mut machen, die Psyche pflegen, Hilfe anbieten

Vorarlberg in der Suizidprävention federführend in Österreich

mit

Landesrat Christian Bernhard (Gesundheitsreferent der Vorarlberger Landesregierung)

Primar Reinhard Haller (Chefarzt am Krankenhaus Maria Ebene)

Primar Albert Lingg (ehemaliger Chefarzt am LKH Rankweil)

Primar Robert Strohal (Leiter der Dermatologie am LKH Feldkirch)

Andreas Prens (Leiter der SUPRO – Werkstatt für Suchtprophylaxe)

Mut machen, die Psyche pflegen, Hilfe anbieten

Vorarlberg in der Suizidprävention federführend in Österreich

Suizidprävention hat in Vorarlberg eine lange Tradition und das Engagement bleibt nicht ohne Erfolg. Die Zahl der Suizide ist in den letzten Jahrzehnten zurückgegangen und im österreichischen Vergleich ist die Vorarlberger Suizidrate weit unter dem Durchschnitt.

"Dennoch, jeder einzelne Todesfall ist einer zu viel. Wir haben uns daher entschlossen, die Anstrengungen im Bereich der Suizidprävention erneut deutlich zu verstärken und haben uns dabei an internationalen Vorbildern wie Australien orientiert", erklärt Landesrat Christian Bernhard. Die SUPRO – Werkstatt für Suchtprophylaxe hat ein Maßnahmenbündel entwickelt, mit dem Vorarlberg österreichweit federführend in der Suizidprävention bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist.

Die positive Entwicklung der letzten Jahre hängt zum einen mit der guten psychosozialen/psychiatrischen Versorgung in Vorarlberg und zum anderen mit der engagierten Arbeit von Top-Fachleuten zusammen. Primar Albert Lingg und Primar Reinhard Haller geben jährlich einen Suizidbericht heraus und halten Vorträge und Schulungen zu diesem Thema ab. Das Vorarlberger Psychatriekonzept widmet der Thematik "Förderung der psychischen Gesundheit" ein eigenes Kapitel. Damit wurde in der Suizidprävention ein riesiger Schritt in die Zukunft getan.

All das darf trotzdem nicht darüber hinwegtäuschen, dass sich in Vorarlberg jährlich rund 40 Menschen das Leben nehmen.

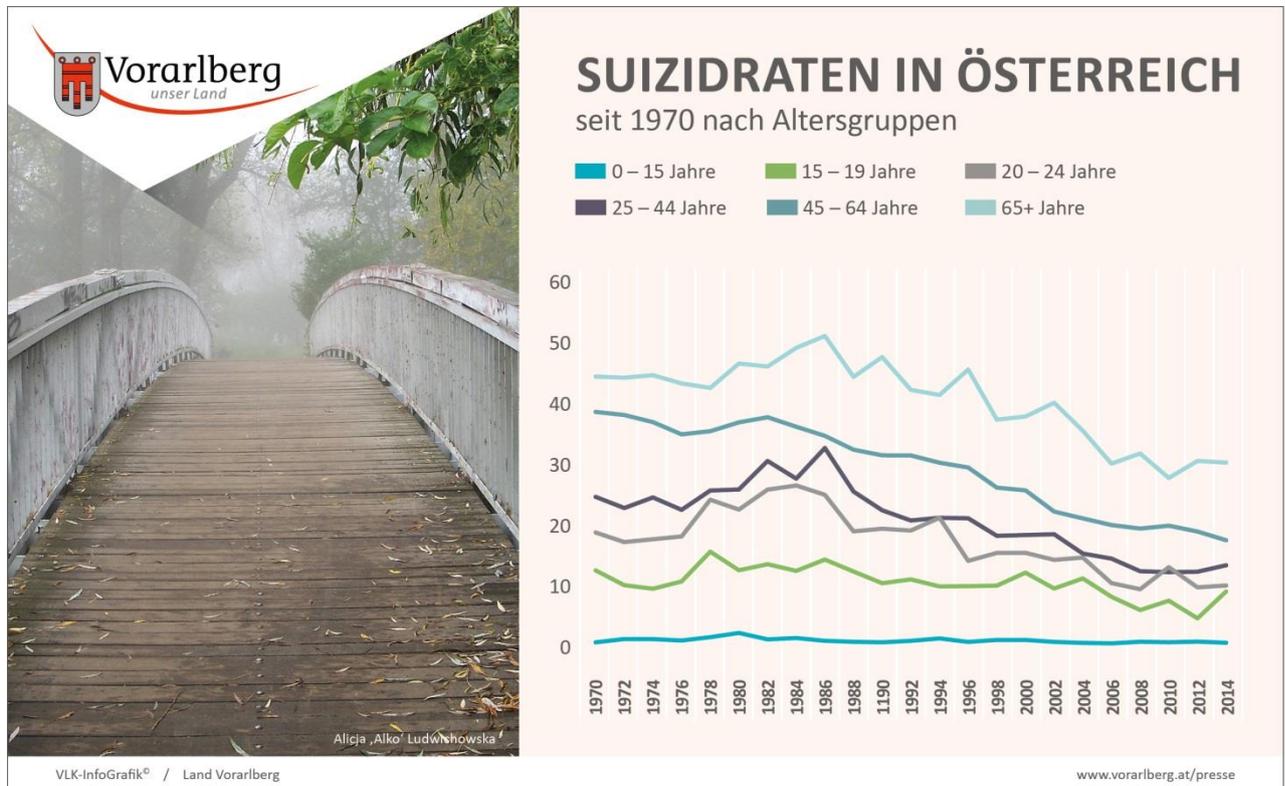
Beim Stichwort Prävention denkt man meist an gesunde Ernährung, Bewegung und gesunde Zähne. Prävention ist aber gerade auch für die seelische Gesundheit wichtig, betont Landesrat Bernhard: "Suizidprävention bedeutet nicht nur, Todesfälle zu verhindern. Es heißt, jungen Menschen Mut zu machen, über Probleme zu sprechen und Perspektiven und Hilfsangebote in Krisen aufzuzeigen. Unser Körper verlangt eine gewisse Aufmerksamkeit, diese sollten wir auch unserer Psyche angedeihen lassen. Es ist wichtig, dass wir bei uns selbst aber auch in unserem Umfeld auf Anzeichen von Erschöpfung und Verzweiflung Acht geben. Wahrscheinlich werden wir nie null Suizide erreichen können, trotzdem muss diese Zahl unser Ziel sein und bleiben."

Daten, Fakten und Projekthintergrund

Seit den 1980er Jahren ist zwar ein deutlicher Rückgang der Suizidhäufigkeit zu beobachten. Dennoch ist die Zahl der Suizidtoten mehr als dreimal so hoch wie etwa jene der Verkehrstoten. Im Jahr 2014 starben in Österreich 1.313 Menschen durch Suizid (989 Männer und 324 Frauen), davon 45 in Vorarlberg.

Damit lag die Suizidrate (Zahl der Suizide pro 100.000 Einwohner) in Österreich 2014 bei knapp über 15, in Vorarlberg mit 12 deutlich darunter. Allgemein kann gesagt werden: Die Suizidrate

steigt in Österreich mit dem Alter an. Allerdings sind bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen Suizidversuche sehr viel häufiger als in höherem Alter.



SUPRO entwickelt Maßnahmenpaket zur Prävention

"Jugendsuizid" ist bis heute mit Tabus und Unsicherheiten belegt. Aus Angst, etwas falsch zu machen, trauen sich viele nicht das Thema anzusprechen und wissen nicht, wie sie reagieren sollen. Deshalb wurde die SUPRO – Werkstatt für Suchtprophylaxe 2015 vom Landesgesundheitsförderungsfonds (Land Vorarlberg und VGKK) beauftragt, Maßnahmen zu entwickeln, um zu informieren, präventiv wirksam entgegenzusteuern und im Notfall angemessen und professionell reagieren zu können. Folgende Maßnahmen wurden in den letzten Monaten vorbereitet und ausgearbeitet und werden 2016 in Vorarlberg im Rahmen des Projektes umgesetzt:

- Launch einer Internetplattform, die Freunde, Bezugspersonen und Eltern von suizidalen / gefährdeten Jugendlichen dabei unterstützt, mögliche Signale zu erkennen, ihnen Gesprächs- und Verhaltenstipps bietet und Anlaufstellen in Vorarlberg auflistet: www.bittlebebe.at
- Flyer für Jugendliche und junge Erwachsenen mit Informationen und Tipps zur Thematik und Kontaktdaten von Anlaufstellen
- Organisation und Durchführung der österreichweiten Tagung am 23. und 24. September in der Kulturbühne AmBach, Götzis. Thema ist "Suizidprävention bei Kindern und Jugendlichen – von der Theorie zur Praxis"

- Erstellung eines Fortbildungskonzepts für das Thema "Suizidprävention in Schulen". Dabei geht es um präventive Möglichkeiten, aber auch darum richtig zu reagieren wenn es zu suizidalen Ereignissen im Schulumfeld kommt

Zur Finanzierung steuern der Landesgesundheitsförderungsfonds (Land Vorarlberg und VGKK) und der Fonds Gesundes Österreich insgesamt rund 162.000 Euro bei. Fachlich unterstützt wird das Projekt von Joachim Hagleitner, dem Leiter der Landesstelle Psychiatriekoordination.

Die SUPRO - Werkstatt für Suchtprophylaxe und die Psychiatriekoordinationsstelle arbeiten in der Suizidprävention eng mit dem am Bundesministerium für Gesundheit (BMG) angesiedelten Expertengremium für Suizidprävention (SUPRA) zusammen. Bei der Entwicklung des Projektes wurden die Gesundheitsförderungsstrategie des Landes Vorarlberg, die österreichischen Rahmengesundheitsziele (www.gesundheitsziele-oesterreich.at/) und die nationale Strategie zur psychischen Gesundheit berücksichtigt. Verstärkte Suizidprävention unterstützt außerdem die Umsetzung des Entwicklungsprojekts des Vorarlberger Psychiatriekonzepts 2015 - 2025, das die seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen fördern soll.

Zentrale Rolle der Medien

Ein wesentlicher Aspekt des Projektes ist die Sensibilisierung der Medien, denn wissenschaftliche Studien kommen zu dem Ergebnis, dass eine sensationslüsterne Berichterstattung über Suizide und Suizidversuche zu Nachahmungseffekten führen können (Werther-Effekt). Eine weniger plakative und dennoch informative Berichterstattung, die Hoffnung in scheinbar ausweglosen Situationen vermittelt bzw. das bestehende Hilfsangebot in den Vordergrund rückt, trägt hingegen zur Prävention bei (Papageno-Effekt).

Deshalb wird es bei der Tagung "Suizidprävention bei Kindern und Jugendlichen" am 23. und 24. September Inputs speziell für Medienschaffende geben, bei dem sich der international renommierte Experte Thomas Niederkrotenthaler von der Medizinischen Universität Wien das Thema von allen Seiten beleuchtet (www.supro.at/informationentagung-suizidpraevention/).

Signale & Faktoren für Jugendsuizid

Fast jedem Suizid gehen auch bei jungen Menschen Signale voraus, welche gerade bei Kindern und pubertierenden Jugendlichen oft nicht leicht zu erkennen sind. Alarmzeichen sind Verhaltensänderungen, Rückzug, Verschlussenheit, Kränkungsreaktionen und Selbstwertzweifel.

Der Suizid an sich ist keine psychische Erkrankung, er ist ein Symptom. Depressionen sind nicht zwingend mit Suizidalität verbunden, stellen aber ebenso wie Alkohol- und Drogenmissbrauch ein hohes Risiko dar.

Neben emotionalen und neurotischen Belastungsstörungen sind Entwicklungsschwierigkeiten, Versagensängste und Überforderung in Zusammenhang mit der Schule sowie Liebeskummer als

Hauptursachen depressiver Entwicklungen und suizidalen Verhaltens zu betrachten. Die Suizidintervention bei Kindern und Jugendlichen muss deshalb den Grundsätzen folgen, Risikopersonen und -situationen zu identifizieren, früh zu erkennen und die Interventionen auf schnelle Hilfe und Behandlung der Basisstörungen bzw. -probleme zu zentrieren.

Chancen in der Schule

Die Schule ist ein Lebensraum, in dem Kinder einen großen Teil ihrer Zeit verbringen. Lehrpersonen bzw. pädagogische Fachpersonen sind durch den täglichen Kontakt mit ihren Schülerinnen und Schülern wichtige Bezugspersonen. Sie können somit einen wichtigen Beitrag für die Früherkennung und für den Kinderschutz leisten, indem sie für die Thematik sensibilisiert sind, Problemsituationen, Risiken und Veränderungen früh erkennen, den Kindern eine vertrauensvolle Beziehung anbieten und bei Bedarf entsprechende Hilfe vermitteln. Daneben gilt es, präventive Maßnahmen kontinuierlich umzusetzen, um ungünstige Verhaltensstabilisierungen nachhaltig zu verhindern. Die Studie "Saving and Empowering Young Lives in Europe", an welcher 11.110 Schülerinnen und Schüler im Alter von 14 und 15 Jahren in 168 Schulen aus zehn europäischen Ländern teilgenommen haben, macht deutlich, wie Prävention an Schulen die Suizidgefahr signifikant senken kann.

Weitere Informationen und Kontakt:

SUPRO – Werkstatt für Suchtprophylaxe, Am Garnmarkt 1, 6840 Götzis
Telefon 05523/549 41, E-Mail info@supro.at, Internet www.supro.at