

Suizidalität im Alter



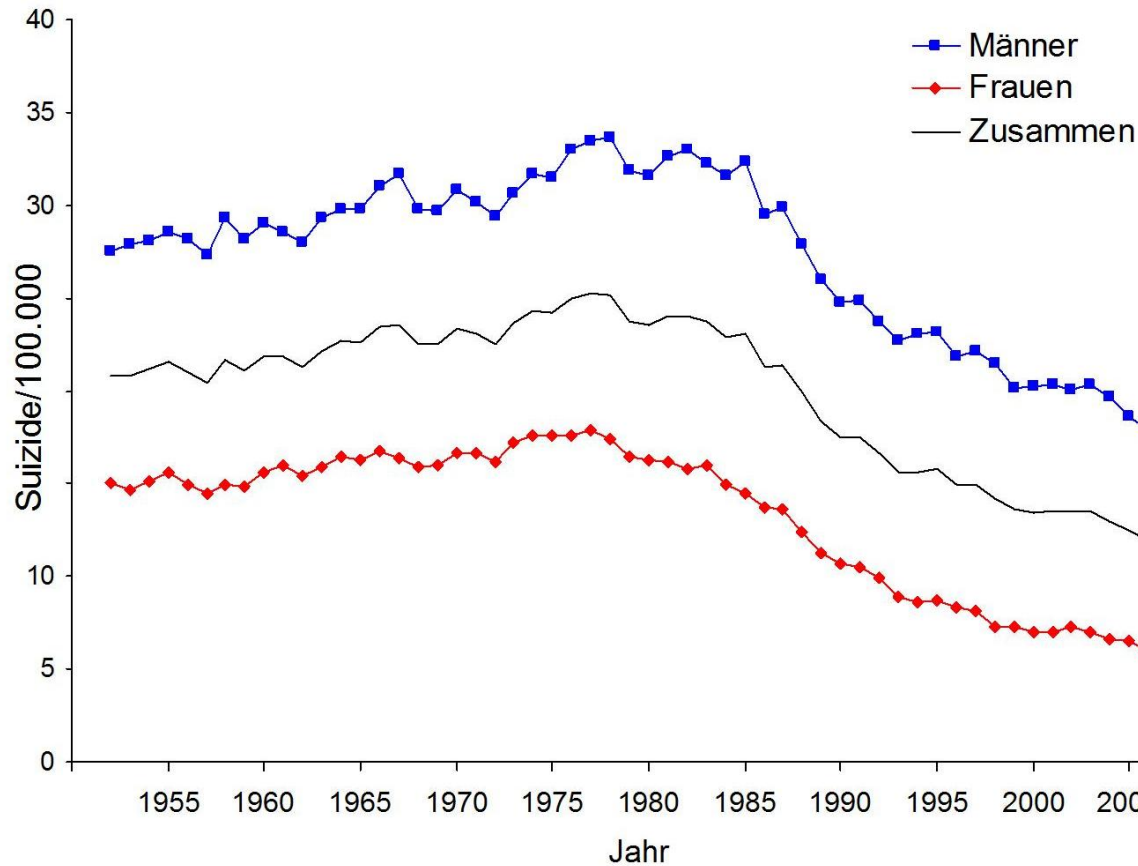
Carolin Teller

Klinische Gerontopsychologin i.A.

Fakten allgemein...

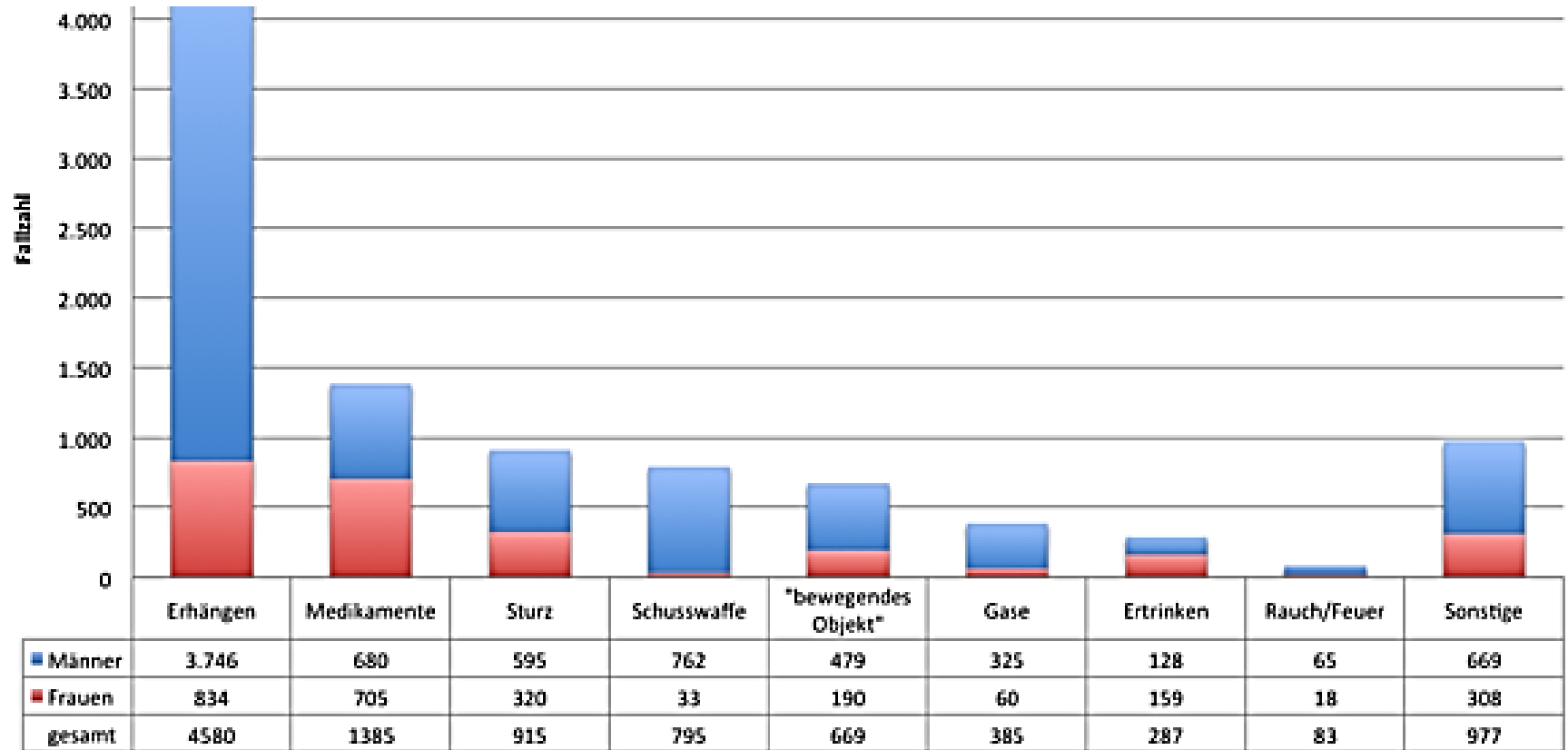
- **Mehr** Menschen sterben **durch Suizid** als durch Verkehrsunfälle, Gewalttaten und illegale Drogen
- **Alle 53 Minuten** nimmt sich ein Mensch selbst das Leben (d.h.10.000/Jahr)
- **Alle 5 Minuten** findet ein **Suizidversuch** statt
- **Männer** begehen deutlich mehr vollendete Suizide
- Weit **mehr als 100.000** Menschen **erleiden** jedes Jahr den **Verlust eines nahestehenden Menschen** durch Suizid
- Suizid, ein **Phänomen des höheren Lebensalters**, Altersdurchschn.56,9 J.

Verlauf der Suizidraten in Deutschland



Statistisches Bundesamt, 2010

Häufigkeit angewendeter Methoden

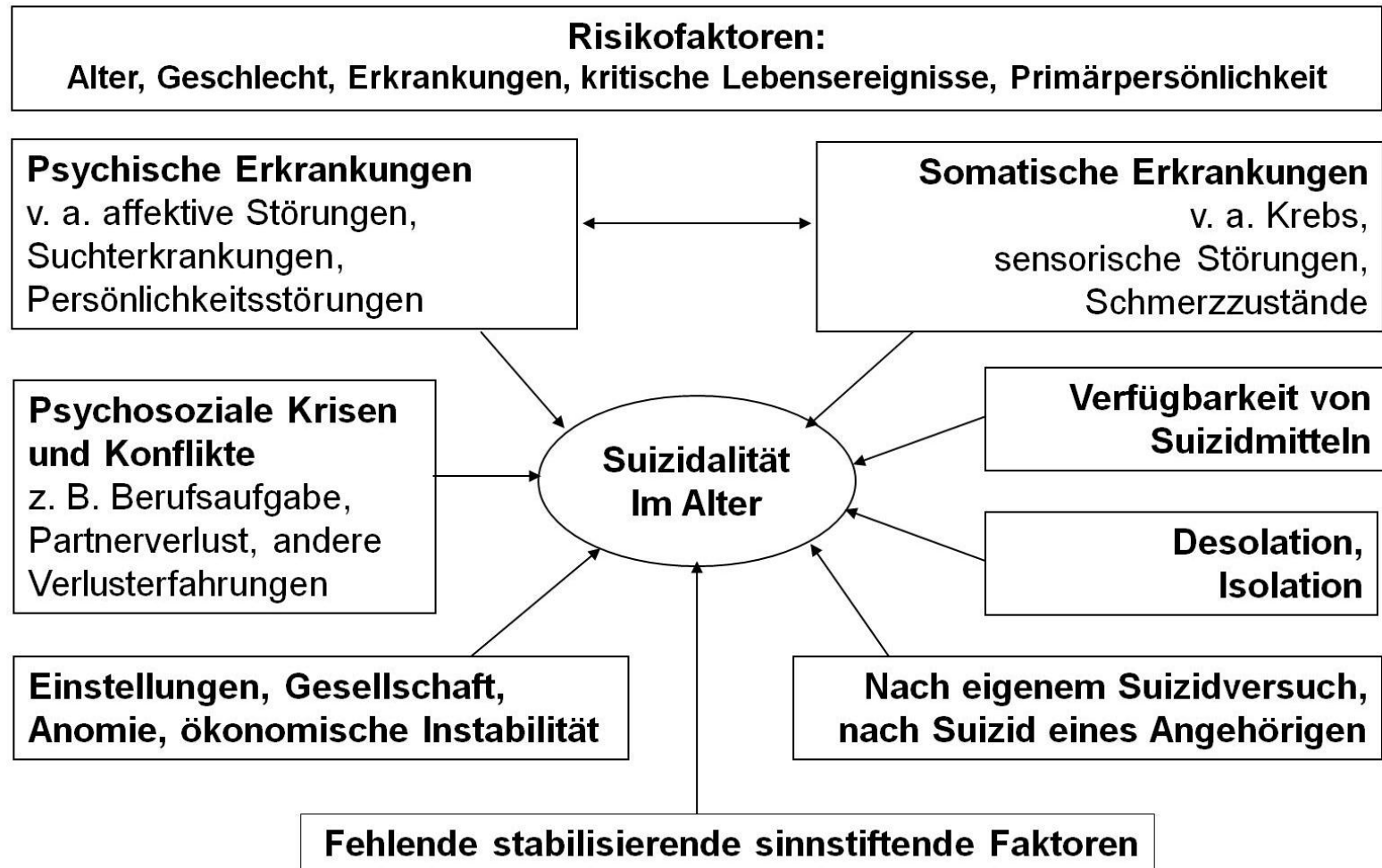


Statistisches Bundesamt, 2015

Risikogruppen für Suizid

- Psychisch Kranke (Depression, Psychose, Suchterkrankung, beginnende Demenz)
- Chronisch körperlich Kranke
- Männer
- Menschen nach vorausgegangenen Suizidversuchen
- Hinterbliebene nach Suizid
- Menschen in Lebenskrisen
- Rassisch, religiös, politisch Verfolgte

Einflussfaktoren für Suizidalität im Alter



Warnsignale von Suizidgefährdung

- Frühere Suizidgefährdung
- Suizidhandlungen in der Familie
- Frühere psychische Erkrankungen
- Schwere chronische Leiden
- Verlusterfahrungen/ Vereinsamung
- Verlust von Wertbindungen
- Schwere depressive Symptome
- Zunehmende Einengung der Gefühlswelt
- Suizidplanung
- Verweigerung von Nahrung und Medikamenten



Präventive Strategien

- Existenzielle Fragen ernst nehmen und ansprechen
- Diagnose körperlicher und seelischer Erkrankungen
- Aufklärung und Bildungsarbeit auf verschiedenen Ebenen
- Gute Rahmenbedingungen für gelingendes Altern schaffen
- Sich dem eigenen Alter stellen

Überblick: Suizidprävention und Krisenhilfe im Alter

- Teilhabe am öffentlichen Leben
- Vorbereitung auf das Alter, gute Information
- Hilfen bei Krankheit und Behinderung
- Niedrigschwellige Krisendienste
- Hilfen am Lebensende (Palliativmedizin, Heime zu Lebensräumen gestalten)
- Gespräche mit suizidalen alten Menschen
- Psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlung
- Hilfen für Angehörige

Handlungsoptionen

- Erkennen
- Beziehung anbieten
- Emotionale Entlastung und Entwicklung einer tragfähigen Gesprächsbasis
- Diagnostische Einschätzung
- Konkrete Aktivität
- Therapie einleiten

Einschätzung der Suizidalität

- Konkreter, zeitlich naher Termin für einen Suizid wird genannt
- Kein Kontakt im Gespräch zu erreichen
- Schwere psychiatrische Symptome (z.B. Wahn)
- „Ruhe vor dem Sturm“

- Abschätzen in welcher Phase der mensch sich befindet: Erwägung – Ambivalenz - Entschluss

Broschüren

Broschüre zum Alterssuizid
mit dem Ziel einer
Sensibilisierung der Öffentlichkeit

- Medien
- Betroffene
- Angehörige

Vertrieben durch:



<http://bit.ly/2zIL6vn>

5. Auflage 2013



Broschüre zu Depression
im Alter mit den Zielen

- Sensibilisierung
- Aufklärung
- Entlastung

Vertrieben durch:



<http://bit.ly/2j5hmyy>

1. Auflage 2015



Suizidprävention im Alter ist möglich und notwendig!

Sprechen Sie auch unbequeme Themen an. Das hilft!

