

## STYRDOKUMENT

### Plan för suicidprevention 2023-2027

<b>Beslutad när</b>	2023-06-20--21 § 103
<b>Beslutad av</b>	Kommunfullmäktige
<b>Diarienummer</b>	KSKF/2022:231
<b>Ersätter</b>	
<b>Gäller för</b>	Samtliga nämnder exklusive valnämnden samt bolag som ingår i Eskilstuna kommunföretag AB
<b>Gäller fr o m</b>	2023-07-01
<b>Gäller t o m</b>	2027-12-31
<b>Dokumentansvarig</b>	Direktör för social hållbarhet
<b>Uppföljning</b>	Suicidpreventionsamordnare, tillsammans med utsedda nyckelpersoner, följer årligen upp målen i planen och rapporterar till ansvarig direktör.

#### Program

Ett program är ett styrande dokument som ska visa en färdriktning genom att innehålla vad som ska uppnås inom ett visst område. Det tar inte ställning till utförande, prioriteringar och metoder. Program ska vara långsiktiga, ej tidsbegränsade. Om det ska vara kommun- och/eller koncernövergripande ska det beslutas av kommunfullmäktige i annat fall av berörd nämnd.

#### Plan

En plan är ett styrande dokument som ska visa en färdriktning genom att innehålla konkreta mål och riktlinjer samt vara tidsbegränsad. Om den ska vara kommun- och/eller koncernövergripande ska den beslutas av kommunfullmäktige i annat fall av berörd nämnd.

#### Policy

En policy är ett styrande dokument som ska visa ett övergripande förhållningssätt och som ska tjäna som vägledning inom ett område, med angivande av övergripande mål och värden som ska eftersträvas. Policies ska vara långsiktiga, ej tidsbegränsade och beslutas av kommunfullmäktige.

#### Riktlinje

En riktlinje är ett styrande dokument som ska säkerställa ett korrekt agerande och god kvalitet i handläggning och utförande. Riktlinjer kan vara tidsbegränsade eller ej tidsbegränsade. Om den ska vara kommun- och/eller koncernövergripande ska den beslutas av kommunfullmäktige, i annat fall av berörd nämnd.

## Inledning

I Eskilstuna är det i genomsnitt 17 personer per år som tar sitt liv.

Den nationella statistiken visar att suicidtalerna minskar i den totala befolkningen i Sverige men att de tenderar att öka bland unga personer. Trots att suicidtalerna minskar så är det ändå ca 4 personer varje dag i Sverige, som tar sina liv. Antalet döda på grund av suicid är sju gånger så många som i trafiken.

En suicidhandling innebär inte enbart ett lidande för den suicidnära personen utan också för dennes familj, vänner, bekanta, släktingar och kollegor. I Sverige försöker ungefär 7580 personer att ta sitt liv varje år. Det innebär att varje år drabbas mellan 10 000 och 15 000 anhöriga i Sverige av förlust genom suicid. Efterlevande är en riskgrupp för suicid och därmed en särskilt viktig grupp att uppmärksamma i det suicidpreventiva arbetet<sup>1</sup>.

Suicid förekommer i alla samhällsklasser, åldrar och kön och är den vanligaste dödsorsaken hos män i medelåldern och den näst vanligaste hos yngre kvinnor. Suicidhandlingar är den yttersta konsekvensen av ett stort lidande som kan ha orsakats av svår sjukdom, vilken kan vara såväl psykisk som fysisk. Lidandet kan vara orsakat av olika trauman eller andra drabbande livshändelser.

Forskning visar att det går att förebygga suicidhandlingar<sup>2</sup>. Eftersom en komplex problematik och ett brett spektrum av riskfaktorer ligger bakom suicidhandlingar, kräver suicidprevention en bred ansats. Tillsammans kan vi göra skillnad och rädda liv.

## Bakgrund

Det suicidpreventiva arbetet är en del i arbetet för en hållbar värld inom ramen för Agenda 2030. Flera av målen i Agenda 2030 har direkt påverkan, exempelvis mål 3 om god hälsa och välbefinnande samt mål 10 om minskad ojämlikhet. Samtliga mål kan påverka hälsan direkt eller indirekt och i sin tur även suicid.

Regeringen har som vision att ingen flicka, pojke, kvinna eller man ska behöva ta sitt liv, att ingen bör hamna i en så utsatt situation att den enda utvägen upplevs vara suicid.

Det nationella handlingsprogram som antogs av riksdagen 2008 innehåller nio strategiska åtgärdsområden för att minska suicid:

- Främja goda livschanser för mindre gynnade grupper

---

<sup>1</sup> [Stöd till efterlevande - suicidprevention.se \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/stod-och-utvardering/insatser-och-utvardering/insatser-och-utvardering/insatser-och-utvardering/stod-och-utvardering)

<sup>2</sup> [Insatser | RESPI](#)

- Minska alkoholkonsumtion i befolkningen och i högriskgrupper för suicid
- Minska tillgängligheten till medel och metoder för suicid
- Se suicid som psykologiska misstag
- Förbättra de medicinska, psykologiska och psykosociala insatserna
- Sprid kunskap om evidensbaserade metoder för att minska suicid
- Höj kompetensen hos nyckelpersoner
- Gör händelseanalyser efter suicid
- Stöd frivilligorganisationer

Det finns tidigare fattade beslut som bör ses som relevanta i Eskilstuna kommuns suicidpreventiva arbete. De styrande dokumenten har direkt eller indirekt koppling till de strategiska åtgärdsområdena i det Nationella handlingsprogrammet.

- Plan för tillgänglighet för personer med funktionsnedsättning 2022–2025
- Plan mot mäns våld mot kvinnor inklusive hedersrelaterat våld och förtryck
- Plan för trygghet och inkludering 2018–2023
- Policy för jämlik hälsa
- Plan för jämställdhet
- Plan mot alkohol, narkotika, dopningsmedel och tobak (ANDT)

## Nationell och lokal lägesbeskrivning

Nationell statistik visar att under 2021 dog 1 226 personer av säkert fastställda suicid i Sverige. Av dessa var 873 män och 353 kvinnor och 11 var barn under 15 år. Ytterligare 279 fall registrerades där det fanns misstanke om suicid men där avsikten inte kunnat styrkas. I åldersgruppen 10–19 år är vart fjärde dödsfall suicid<sup>3</sup>.

Det högsta suicidtalet, det vill säga antal suicid per 100 000 invånare, är bland män 85 år eller äldre och det lägsta suicidtalet är bland kvinnor 15–29 år. Bland barn och unga under 18 år är det ungefär lika många flickor som pojkar som dör i suicid<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> [Suicid bland barn i Sverige \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

<sup>4</sup> [Statistik om suicid — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Tabellen visar antal suicid uppdelat på kön och ålder 2021.

Åldersgrupp	Antal män	Antal män/100 000	Antal kvinnor	Antal kvinnor/100 000
15–29 år	174	17.91	63	7.03
30–44 år	184	17.48	79	7.88
45–64 år	281	21.78	113	8.96
65–84 år	187	21.13	76	7.98
85+ år	43	44.53	15	8.87

Källa: Folkhälsomyndigheten

Under perioden 2010–2021 tog 205 personer sina liv i Eskilstuna, ca 17 personer per år i åldern 15 år och uppåt.

Fördelning över olika åldersgrupper:

Åldersgrupp	Totalt antal suicid	Genomsnittligt antal invånare
15–24 år	25	12 745
25–44 år	57	25 682
45–64 år	73	25 437
65+ år	50	20 494

Mellan 1980–2020 kan man konstatera att suicidtalet sjunkit, men det noteras tendenser för stagnation. Den grupp som inte visar på någon signifikant minskning är unga 15–24 år, där ser man en ökning eller stagnation. Åldersgruppen 25–44 år visar på ett ökat suicidtal de senaste 20 åren.

Det beräknas att siffran för suicidförsök är 10 gånger högre än fullbordade suicid. Det är fler kvinnor än män som blir inlagda på sjukhus till följd av suicidförsök, flickor och kvinnor under 25 år<sup>5</sup> är de som vårdas oftast. I åldersgruppen 85 år och äldre är det fler män än kvinnor som får vård till följd av suicidförsök.

De flesta suicid i Sverige sker genom hängning, förgiftning och skjutning. Andra metoder som förekommer i mindre utsträckning är exempelvis hopp från hög höjd och hopp framför rörligt föremål. Årligen sker cirka 130

<sup>5</sup> [Självmodersförsök i Sverige | Karolinska Institutet](#)

suicid inom det svenska transportsystemet, de flesta inom järnväg och tunnelbana<sup>6</sup>. Val av metod skiljer något mellan kvinnor och män.

## Definitioner

I facklitteratur har ordet självmord alltmer kommit att ersättas av termen suicid. Orden används synonymt, ofta används båda termerna omväxlande i en och samma text. Vissa föredrar ordet suicid eftersom självmord kan leda tankarna till mord och kriminella handlingar, medan andra anser suicid vara ett alltför kliniskt och avståndstagande begrepp<sup>7</sup>.

Detta dokument använder båda begreppen synonymt.

<b>Suicidförsök</b>	Livshotande eller skenbart livshotande beteende i avsikt att sätta sitt liv på spel eller göra intryck av en sådan avsikt som inte leder till döden.
<b>Suicidprevention</b>	Exempelvis utbildning, informationsinsatser, metodutveckling, begränsning i miljö, efterlevandestöd för att förhindra och minska antalet suicidförsök och suicid.
<b>Efterlevande</b>	Exempelvis partner, förälder, barn, barnbarn, sammanboende, släkt, vän, kollega eller granne
<b>Anhörig</b>	Någon som på något sätt har en relation till den person det berör. Exempelvis partner, förälder, barn, barnbarn, sammanboende, vän, kollega eller granne.

Eskilstuna kommun har fattat beslut om att arbeta med jämställdhetsintegrering vilket bland annat innebär att benämna flickor och pojkar, kvinnor och män för att synliggöra de strukturella skillnader som finns utifrån kön. Grupperna flickor och pojkar, kvinnor och män, är dock inte enhetliga och det är viktigt att även uppmärksamma andra maktordningar som samverkar med kön, ålder och könsöverskridande identitet eller uttryck.

<sup>6</sup> [Statistik om suicid — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

<sup>7</sup> Sveriges kommuner och landsting; 2019: Förebygga suicid i fysisk miljö; Ett inspirationsmaterial för kommunernas arbete

## Suicidprevention

För att effektivt förebygga suicid krävs en bred samverkan mellan regering och riksdag, myndigheter, kommuner och regioner, universitetet och högskolor, frivilligorganisationer och anhöriga. Alla har vi en viktig gemensam uppgift i att arbeta för att färre människor i framtiden tar sina liv. Folkhälsomyndigheten (FoHM) fick år 2015 uppdraget att samordna arbetet med suicidprevention på nationell nivå. Uppdraget fokuserar på att det förebyggande arbetet ska bedrivas enligt bästa tillgängliga kunskap och evidens.

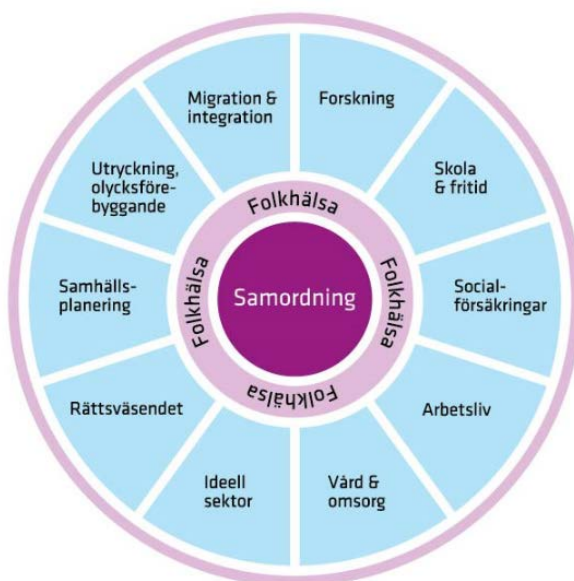


Bild som beskriver den nationella samordningen inom suicidprevention

*Källa: Folkhälsomyndigheten*

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (NASP), Statens beredning för medicinsk utvärdering (SBU) och Folkhälsomyndigheten (FHM) har i olika genomgångar av vetenskaplig litteratur påvisat att olika typer av insatser minskar utfall av suicid, suicidförsök och/eller suicidtankar. Suicidpreventiva insatser som består av flera olika delar har större chans att nå resultat under förutsättning att komponenterna väljs utifrån dokumenterad evidens och genomförbarhet i aktuell kontext<sup>8</sup>.

<sup>8</sup> [Suicidpreventiva insatser med multipla komponenter | RESPI](#)

Det suicidförebyggande arbetet behöver finnas på olika nivåer och arenor och kombinera insatser till individer och hela befolkningen. Insatserna kan delas in i tre nivåer:

Figur: Tre nivåer av suicidprevention



**Universella insatser** riktar sig till hela befolkningen oavsett risknivå och syftar till att öka kunskap och minska stigma, samt att stärka personer innan lidande uppstår.

**Selektiva insatser** riktar sig till grupper som är mer utsatta för suicidrisk och kan exempelvis syfta till tidig upptäckt.

**Indikerade insatser** riktar sig till individer med risk för suicid. Insatserna kan exempelvis syfta till tidig upptäckt, vård och behandling<sup>9</sup>.

För att uppnå effekt krävs aktiv samverkan samt samplanering av insatser.

## Risk- och skyddsfaktorer

Suicid är en konsekvens av ett stort lidande och bakom suicidproblematik finns ett brett spektrum av riskfaktorer som tillsammans gör att en person hamnar i risk för suicid. De enskilt starkaste riskfaktorerna för suicid är tidigare suicidförsök och psykisk sjukdom.

En betydande andel av dem som försökt ta sina liv har i olika studier konstaterats lida av depression, ångesttillstånd eller beroendesjukdom. Somatiska tillstånd som för med sig ett betydande lidande som kan resultera i suicidhandlingar är till exempel maligna tumörsjukdomar och kronisk smärta.

<sup>9</sup> [Förebyggande insatser - suicidprevention.se](http://forebyggande.insatser-suicidprevention.se) ([folkhalsomyndigheten.se](http://folkhalsomyndigheten.se))

Andra riskfaktorer kan vara sociala faktorer och miljöfaktorer som kan leda till att man inte längre upplever att livet är värt att leva<sup>10</sup>. Även större livsomställningar kan vara utlösande faktorer, såsom separation, att förlora en nära anhörig, pensionering, att bli arbetslös, mobbing och kränkningar, att bli förälder, att komma ut med sexuell identitet eller könsuttryck kan bidra till att en person ser suicid som en lösning på sitt lidande.

Riskfaktorer kan i vissa fall kompenseras av skyddsfaktorer, hos både individen själv och omgivningen. Faktorer som tycks kunna skydda mot suicid är bland annat att ha goda stabila relationer, uppleva mening och sammanhang i livssituationen<sup>11</sup> och stödjande sociala nätverk. Det är också skyddande att ha en god självkänsla och tilltro till sig själv och till möjligheterna att kunna påverka och förändra den egna situationen. De flickor, pojkar, kvinnor och män som aktivt söker hjälp eller har en god problemlösningsförmåga och strategier för att hantera sin psykiska smärta är mindre benägna att ta sitt liv.

Skyddande omgivningsfaktorer kan vara god skol- och arbetsmiljö, naturen och tidigare positiva erfarenheter av vården.

---

<sup>10</sup> [Om Suicid | RESPI](#)

<sup>11</sup> [Om suicidförebyggande insatser - suicidprevention.se \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)



## **Plan för suicidprevention 2023-2027**

De uppsatta målen och dess prioriterade insatser ska ses i en helhet där respektive insats/aktivitet bidrar och förstärker varandra. För att uppnå denna effekt krävs aktiv samverkan och samplanering av insatser. Alla aktiviteter och insatser ska anpassas efter verksamheternas identifierade riskgrupper och planeras för utifrån jämlikhets- och jämställdhetsperspektiv.

### **1. Mål för Eskilstuna kommuns arbete med suicidprevention**

Det övergripande målet för det suicidpreventiva arbetet i Eskilstuna kommun är att minska antal suicid.

Målen i planen baseras på de nationella strategiska åtgärdsområdena, samt genomförd kartläggning och behovsinventering av suicidpreventivt arbete inom Eskilstuna kommun och de kommunala bolagen.

#### **1.1 Alla medarbetare i Eskilstuna kommun har en grundläggande kunskap om suicidprevention.**

Behovet av kunskap varierar utifrån yrkesroll. En viktig faktor i det suicidpreventiva arbetet är att alla som möter kommuninvånare, medarbetare eller kollegor ska ha en grundläggande kunskap att luta sig mot. Baserat på ett multikomponent perspektiv är ökad kunskap, bemötande och identifiering av riskindivider en viktig del i ett suicidpreventivt arbete.

##### **Prioriterade insatser för att nå målet:**

- Utbilda medarbetare fortlöpande i suicidprevention, psykisk ohälsa och bemötande
- Utbilda om bemötande av anhöriga och efterlevande efter suicid/suicidförsök

Samordnare och nyckelpersoner för Eskilstuna kommuns suicidpreventiva arbete ges i uppdrag att samordna de prioriterade insatserna.

#### **1.2 Grundläggande kunskap om suicidprevention finns tillgänglig för invånare i Eskilstuna kommun.**

Ett stödjande socialt nätverk, en trygg anknytning till viktiga personer samt ett meningsfullt liv och känsla av sammanhang är viktiga skyddsfaktorer vad gäller suicid. Ett led att stärka dessa skyddsfaktorer är ökad kunskap om suicidprevention och psykisk ohälsa. Ökad kunskap är också ett led att minska stigmatisering och attityder kring suicid och psykisk ohälsa hos allmänheten.

##### **Prioriterade insatser för att nå målet:**

- Tydlig, lättillgänglig information på eskilstuna.se
- Erbjudna kommuninvånare utbildning

Samordnare och nyckelpersoner för Eskilstuna kommuns suicidpreventiva arbete ges i uppdrag att samordna de prioriterade insatserna.

### **1.3 Alla förvaltningar och bolag har relevanta riktlinjer och rutiner för suicidpreventivt arbete**

Behovet av riktlinjer och rutiner varierar utifrån verksamhet. För att säkerställa trygga och säkra möten för kommuninvånare, medarbetare eller kollegor där risk för suicidförsök/suicid föreligger, krävs det ett kvalitetssäkrat suicidpreventivt arbete. I det kvalitetssäkrade suicidpreventiva arbetet ingår barnkonsekvensanalys samt händelseanalyser efter suicid/suicidförsök.

#### **Prioriterade insatser för att nå målet:**

- Ta fram koncernövergripande riktlinjer för hantering/bemötande av suicidtankar/suicid hos medarbetare
- Ta fram koncernövergripande riktlinjer för hjälp och stöd till efterlevande
- Ta fram anpassade riktlinjer och rutiner vid risk för suicid, suicidförsök och vid suicid för respektive verksamhet
- Säkerställa att det finns verksamhetsanpassade riktlinjer för hjälp och stöd till efterlevande

### **1.4 Alla förvaltningar och bolag arbetar strukturerat med suicidpreventiva insatser utifrån respektive verksamhetsområde**

Behovet av insatser för att möta den komplexa problematiken som suicidprevention innebär, varierar utifrån verksamhet. Kommun-koncernen arbetar för en bred målgrupp och därmed finns förutsättningar att ha många insatser med breda ansatser. Det finns evidens för flera olika suicidpreventiva insatser. Exempelvis finns stark evidens för att skolbaserade insatser är fördelaktiga i en suicidpreventiv folkhälsoinriktad strategi då hälsan hos befolkningen har potentialen att främjas tidigt, i en kontext som når majoriteten av barn och ungdomar. Likväl finns det stark evidens för att begränsning av tillgängliga medel med vilka en person kan utföra ett suicidförsök är en preventiv strategi som har anpassats till många suicidmetoder och i olika miljöer och kontexter.

#### **Prioriterade insatser för att nå målet**

- Identifiera riskgrupper, riskfaktorer och skyddsfaktorer inom respektive verksamhet
- Stödinsatser till efterlevande av suicid och anhörig vid suicidförsök

- Eftersträva att stärka och stödja verksamheter, organisationer och föreningar som främjar socialt liv och brytande av isolering
- Säkra den offentliga miljön
- Arbeta med hälsofrämjande och förebyggande insatser för barn- och unga
- Planera för sammanhållen vård- och stöd utifrån individens nivå
- Eftersträva att stärka och stödja samverkan mellan verksamheter, organisationer och civilsamhället relevant för det suicidpreventiva arbetet.

## **Ansvarsfördelning**

Arbetet är ledningsstyrt vilket innebär att Eskilstuna kommuns förvaltnings- och bolagschefer ansvarar för att arbetet följer planen och har det yttersta ansvaret för att en kontinuerlig uppföljning av det suicidpreventiva arbetet genomförs.

Chefer på alla nivåer ansvarar för det suicidpreventiva arbetet i sin verksamhet. I det ingår att efterfråga och följa upp resultat.

Alla medarbetare i kommunkoncernen har ett ansvar för att våga se, fråga och agera när det finns misstanke av suicidtankar, suicidförsök och/eller suicid.

Eskilstuna kommun ska ha en utsedd suicidpreventionsamordnare med uppgift att stödja och samordna det suicidpreventiva arbetet. Suicidpreventionsamordnaren, tillsammans med utsedda nyckelpersoner, följer årligen upp målen i planen.

I syfte att effektivisera arbetet med suicidprevention ska varje förvaltning och bolag utse nyckelpersoner som har till uppgift att driva på arbetet med suicidprevention och tillsammans med suicidpreventionsamordnare söka samordningsvinster.

Samtliga förvaltningar och bolag i Eskilstuna kommun ska bryta ner de kommunövergripande målen i denna handlingsplan och omsätta dem i aktiviteter utifrån den egna verksamhetens ansvarsområden och uppdrag inklusive arbetsgivaransvaret.

## **Avgränsningar**

Handlingsplanen avser suicidprevention och omfattar inte specifika behandlingsinsatser gällande förebyggande- och behandling av psykisk ohälsa.