

Любить и ценить жизнь



Ежегодно более 800000 человек заканчивают жизнь самоубийством. Суицидальное поведение представляет собой актуальную этическую, моральную, социальную и медицинскую проблему. Но эти смертельные случаи можно предотвратить. Тем не менее, каждые 40 секунд где-то в мире

умирает человек, совершая самоубийство, и ещё кто-то предпринимает попытку свести счёты с жизнью. Самоубийства происходят во всех регионах мира, и их совершают люди всех возрастов. Следует отметить, что среди причин смерти молодых людей (в возрасте 15-29 лет) в мировом масштабе самоубийства занимают второе место.

По рекомендации Всемирной организации здравоохранения 10 сентября каждого года принято считать Всемирным Днём предотвращения самоубийств. Этот день призван привлечь внимание органов государственного управления, депутатского корпуса, медицинских работников, организаций и учреждений различной ведомственной принадлежности, общественных и религиозных организаций и отдельных граждан к проблеме суицидального поведения. Глобальной целью Всемирного Дня предотвращения самоубийств является снижение суицидальной активности населения (уменьшение уровня суицидов).

Изучение проблемы суицида и анализ конкретных случаев показывают, что большинство людей решаются на самоубийство для того, чтобы обратить внимание на окружающих людей на свои проблемы. Поэтому знать об этих проблемах, знать как помочь человеку в случае недуга, опасности, скорби или немощи, как склонить его выбор в сторону жизни, вместе с ним найти выход из интуиции, которая пока кажется неразрешимой, должен каждый взрослый человек.

Анализ суицидов за 6 месяцев 2019 года по районам области выявил регионы с уровнем суицидов, значительно превышающим среднеобластной (10,6 на 100 тыс. населения) и среднереспубликанский показатель (8,7 на 100 тыс. населения), Лиозненский район (40,0 на 100 тыс. населения).

У нас в 2019 году произошло 5 суицидов. 4 суицидента мужчины, 1 женщина. 3 трудоспособного возраста, 2 пенсионера. Все на момент суицида не работали и выбрали способ через повешение. 3 находились в состоянии алкогольного опьянения на момент совершения суицида. Никто серьёзными

психическими заболеваниями не болел. Не смотря на то, что психические расстройства (особенно депрессия и расстройства, связанные с употреблением алкоголя) являются одними из основных факторов риска самоубийства, нельзя недооценивать импульсивность в поведении в момент кризиса, когда утрачивается способность преодолевать стрессовые ситуации в жизни, такие как финансовые проблемы, разрыв отношений или хроническая боль и болезнь.

Важно знать!

К внешним проявлениям суицидального поведения могут относиться:

- тоскливое выражение лица (скорбная мимика), гипомимия, амимия;
- тихий монотонный голос, замедленная речь;
- краткость ответов, отсутствие ответов;
- ускоренная экспрессивная речь;
- общая двигательная заторможенность, бездеятельность, адинамия, двигательное возбуждение;
- стремление к контакту с окружающими, поиски сочувствия, апелляция к врачу за помощью;
- эгоцентрическая направленность на свои страдания.

Когда следует обращаться за профессиональной помощью:

- Вы чувствуете враждебность к людям, к которым раньше относились хорошо;
- У вас нет интереса к чему бы то ни было;
- Ваше здоровье существенно подорвано;
- Вы попадаете в зависимость от лекарств или алкоголя;
- Вы избегаете общества и большую часть времени проводите в одиночестве;
- Вы думаете о самоубийстве.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

В республике функционирует служба экстренной психологической помощи «Телефон доверия». Что делать в такой ситуации человеку, если рядом нет никого, кто мог бы поддержать? Куда податься, кому высказаться, где получить помощь? Одни вопросы?

Специалисты выслушают вашу проблему и дадут рекомендации как поступить, запишут на прием или подскажут куда обратиться дальше.

«ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ»

г.Витебск и Витебская область: 8-0212-61-60-60 (круглосуточно)

Телефон доверия УВД Витебского облисполкома: 8(0212)60-90-63

Телефон доверия УЗ «Лиозненская ЦРБ»: 8(02138)5-06-94

Врач психиатр-нарколог УЗ «Лиозненская ЦРБ»

В.П.Корбанков