

Redskaber

Herunder gennemgås en række redskaber der skal anvendes i det selvmordsforebyggende arbejde. De kan hentes / downloades ved tryk på link.

Kriseplan og Mestringsplan

En Kriseplan eller Mestringsplan (også kaldet sikkerhedsplan) udarbejdes og nedskrives sammen med patienten, hvor man tydeliggør advarselstegn (eks. tanker, følelser, tilstande), der kan indikere en øget suicidalitet og på hvilken måde patienten kan afledes eller på anden vis håndtere situationen. Man bør anvende det redskab, der passer bedst til patientens psykiske tilstand og funktionsniveau. Link til video om [brug af Kriseplan / Sikkerhedsplan](#) Klik på linket "Last ned videofil" under første video.

Mestringsplan – for patienter med nedsat funktionsniveau (link)

Kriseplan (kan udfyldes i papirudgave og i EPJ (link)

MINPLAN Kriseplan som APP til Smartphones: "MINPLAN", kan erstatte papirudgaven (link)

Forebyggelsesplan

Forebyggelsesplan udarbejdes efter endt behandling, hvor forløbet evalueres bl.a. for at tydeliggøre, hvad patienten er blevet opmærksom på kan hjælpe ham eller hende i svære situationer. Man kan drøfte situationer, der øge risiko for tilbagefald, herunder tegn på tilbagefald og på hvilken måde disse situationer kan håndteres. Fremadrettede mål og ønsker drøftes ligeledes.

Forebyggelsesplan (link)

CAMS-skema – redskab til undersøgelse af suicidal-krise

CAMS-skemaerne er udviklet af David Jobes og udgår kernen i en særlig tilgang kaldet Collaborative Assessment and Management of Suicidality (CAMS), der kan oversættes til "Samarbejdende undersøgelse og håndtering af selvmordskriser". CAMS-skemaerne er således et screeningsredskab, som udfyldes sammen med patienten med henblik på at undersøge hvad der karakteriserer patientens suicidalitet, herunder patientens egen vurdering af risiko for at handle på impulserne og hvad der kan være hjælpsomt. Formålet er at øge patientens (og behandlerens) forståelse af patientens suicidalitet og få sat ord på de tilstande der kan øge risikoen.

CAMS er oprindeligt udviklet til ambulante patienter, men anvendes i stigende grad overfor indlagte patienter, hvor der efterhånden er en veldokumenteret effekt.

Før skemaerne anvendes, skal man sætte sig ind i tilgangen, det kan enten ske ved at læse David Jobes' seneste bog fra 2016 (Managing Suicidal Risk: A Collaborative Approach. 2 nd edition. Guilford Press) eller kontakte Enhed for selvmordsforebyggelse.

CAMS Indledende samtale (link)

CAMS opfølgende samtale (link)

CAMS behandler – om suicidalitet (link)

Tjekliste til selvmordsrisikovurdering

En kort, vejledende oversigt over elementerne i en selvmordsrisikovurdering

Tjekliste ([link](#))