

Definition af begreber

Selvmondsrisikovurdering

En selvmordsrisikovurdering er en faglig undersøgelse og vurdering af suicidalitetens karakter, der sker i samarbejde med patienten. Risikovurderingen baseres på oplysninger om aktuel og tidligere selvmordsadfærd, psykopatologi, anamnesticke /stationære risikofaktorer, beskyttende forhold samt aktuelle og evt. forestående belastninger. På baggrund af vurderingen og de aktuelle forhold træffes beslutning om målrettet forebyggelsesintervention, der kan øge sikkerheden og kvaliteten i patientbehandlingen.

Selvordstruet

En patient er selvmordstruet, når vedkommende i ord eller handlinger giver udtryk for selvmordstanker eller -planer. En patient er også selvmordstruet, hvis vedkommende har foretaget et impulsivt selvmordsforsøg, selvom der ikke forud eller efterfølgende har været egentlige selvmordstanker.

Selvmondsadfærd

Selvmondsadfærd henviser både til selvmordstanker, -impulser og -handling. Det omfatter således meget impulsive selvmordsforsøg, selvmordstanker/planer, forberedelser til, forsøg på og fuldbyrdet selvmord. Selvskadende handlinger omfattes normalt ikke af dette begreb, da de er som oftest er mindre farlige og ofte har en mere vanemæssig karakter.

Selvordstanker

Sundhedsstyrelsens definition af selvmordstanker er bred, idet den strækker sig fra forestillinger om at dø til vedvarende og påtrængende overvejelser om at begå selvmord. For at kunne foretage en tydeligere skelnen anbefales følgende begreber:

- **Dødsønsker** (eks. forestillinger om at det vil være nemmere hvis man var død)
- **Selvordstanker uden intention/planer om selvmord** (eks. flygtige tanker om at tage sit liv)
- **Selvordstanker med intention/planer om selvmord** (eks. tanker om hvordan man kan tage sit liv, herunder konkrete planer).

Selvmondsforsøg

Et selvmordsforsøg er en handling uden dødelig udgang, hvor en person med vilje indtager en overdosis eller lignende eller udviser anden ikke-vanemæssig adfærd, der vil være skadevoldende, hvis andre ikke griber ind, og hvor hensigten har været at fremme vedkommendes ønskede forandringer via handlingens forventede konsekvenser (dansk oversættelse af WHO's definition, som også SST anvender).

Af denne definition fremgår det, at selvmordsforsøg både omfatter handlinger, der er gennemført og handlinger som ikke er gennemført, grundet andres indgriben. Det fremgår også at selvmordsforsøg kan have flere hensigter. Ofte vil der være flere motiver eller intentioner bag den enkelte handling.

For at kunne foretage en tydeligere skelnen når selvmordshandlinger beskrives bør følgende begreber anvendes:

- **Selvordsforsøg** anvendes om selvpåført skade, hvor der er udtrykt et vist ønske om at dø som følge af handlingen og hvor handlingen er forsøgt gennemført.
- **Afbrudt selvordsforsøg** (personen bliver afbrudt i en selvordshandling af andre, eksempelvis ved at andre stopper én i at tømme et pilleglas eller springe ud foran et tog).
- **Opgivet selvordsforsøg** (personen opgiver selv en selvordshandling, undlader eksempelvis at tømme et pilleglas eller springe ud fra et højt sted)

Selvord

Et selvord er en handling med dødelig udgang, som afdøde med viden eller forventning om et dødeligt udfald selv havde foranstaltet og gennemført med det formål at fremkalde de af den døde ønskede forandringer (dansk oversættelse af WHO's definition).

Selvskadende handlinger

Selvskadende handlinger har til formål at lindre eller flytte en psykisk smerte eller gøre håbløshed eller anden negativ tilstand uholdelig. Den er således strengt privat og en form for selvhjælp (ikke et råb om hjælp).

Handlingen er en tilbagevendende måde at håndtere bestemte tilstande på og har vanemæssig karakter (eks. at tilføre sig selv overfladiske snitsår, brændemærkning etc.)

Risikofaktorer

Forhold eller faktorer, der er med til at øge en persons risiko for at forsøge selvord. Der skelnes mellem stationære eller vedvarende risikofaktorer og aktuelle, ofte midlertidige risikofaktorer, der medfører at den suicidale tilstand er dynamisk og foranderlig.

Forventede ændringer

Her hentydes til betydelige ændringer i patientens liv, som med stor sandsynlighed kan forventes at ske indenfor den kommende uge og som pludseligt kan destabilisere og forværre patientens tilstand og dermed øge risiko for selvord.

Beskyttende forhold

Forhold der er forbundet med en mindsket risiko for selvord. De omfatter patientens mestringsevne (frustrationstolerance, evne til at håndtere stress og hjælpsøgende adfærd), gode relationer til nærtstående og ansvarsfølelse, samt et netværk, der kan yde støtte og om nødvendigt intervenere (venner, familie og professionelle).

Kriseplan / Mestringsplan / Selvkontrolskema

Disse begreber betegner en konkret og nedskrevet plan over patientens handlemuligheder i tilfælde af forværring af den psykiske tilstand med øget selvordsrisiko til følge. Der findes desuden en elektronisk APP "MINPLAN", som kan erstatte papirudgaven

Planen skal altid udarbejdes sammen med patienten og det nedskrevne skal være konkret, detaljeret og handlingsanvisende.

Det støttende og ledsagende princip

"Det støttende og ledsagende princip" indebærer, at en instans ikke må slippe den selvmordstruede person, uden at en anden instans har taget over. Formålet med princippet er at sikre sig, at patienten kommer frem til planlagt behandlingstilbud. Det kan ske ved at sørge for transport, at patienten ledsages af personale eller gennem inddragelse af pårørende.