

MAGYAR ÖNGYILKOSSÁG- MEGELŐZŐ PROGRAMOK EREDMÉNYEI

Purebl György
Semmelweis Egyetem
Magatartástudományi Intézet

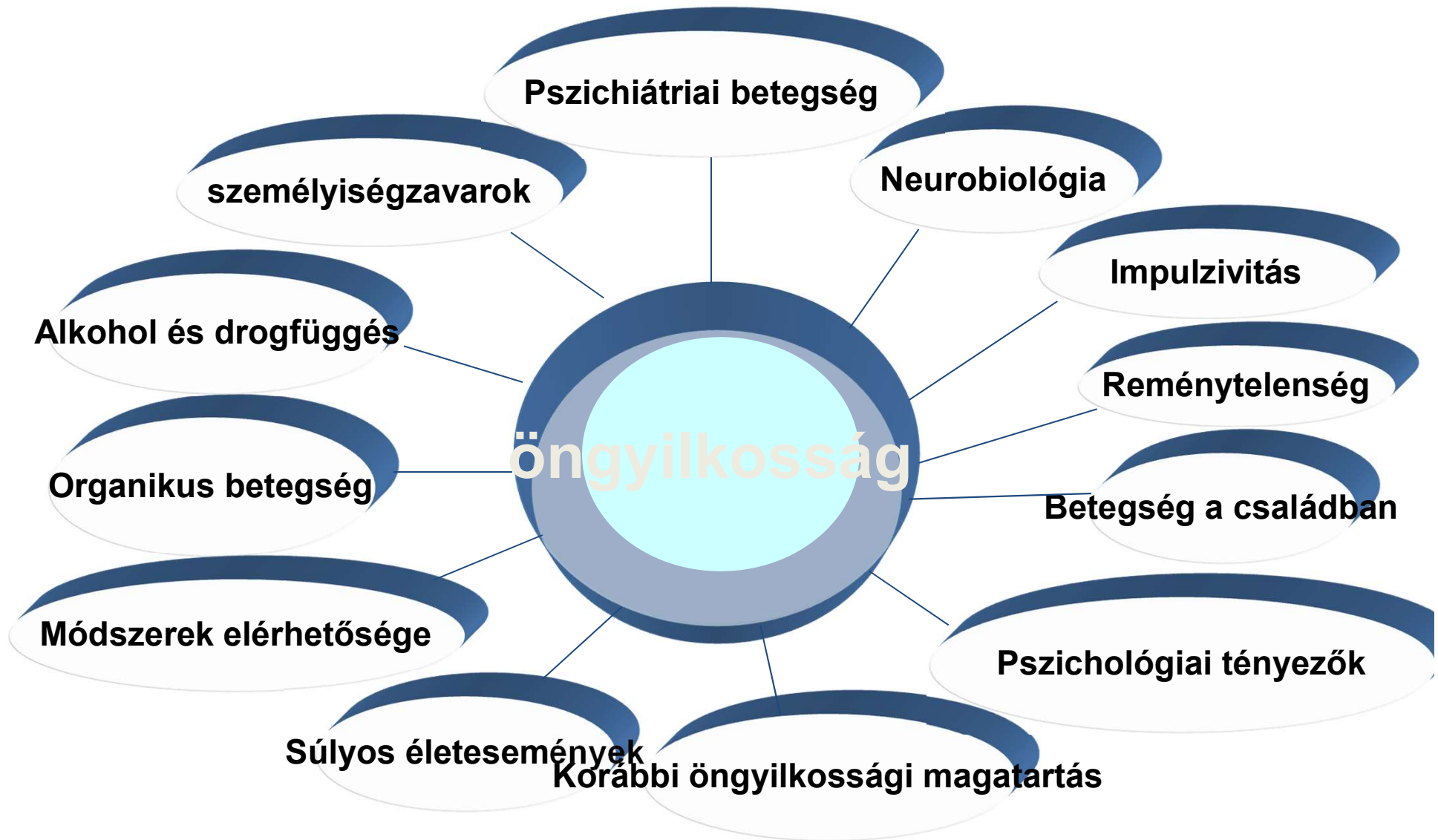


SEMMELWEIS EGYETEM

Általános Orvostudományi Kar
Magatartástudományi Intézet

<http://semmelweis.hu>

Az öngyilkosság multifaktoriális eredetű



30 éven aluliak pszichiátriai rizikófaktorai öngyilkossággal kapcsolatban

Depresszió	20-27
Szerhasználat	5-10
Viselkedészavar	6-11
Diszruptív zavar	2-4
Személyiségzavar	13
Szorongásos zavar	11

Hogyan hat a közbeszéd a szuicidumok gyakoriságára?

- Mekkora a médiumok felelőssége az öngyilkos viselkedés gyakoriságának növelésében?
- Hogyan használhatók a médiumok a depresszió és az öngyilkosság megelőzésében?

- Depresszióval kapcsolatos közösségi kampányok ellentmondásos eredményei
- Egyes szuicid események média-prezentációja
- Copycat öngyilkosság – Werther effektus, szomorú vasárnap, Yukko-szindróma

Depresszióval kapcsolatos közösségi kampányok eredményei

- Depresszióval kapcsolatos közösségi ismeretek nőttek (de még nem eléggé)
- Tévhitek a depresszióval és kezelésével kapcsolatban
- Az antidepresszívumok alkalmazásával kapcsolatos közösségi viták fellángolása

- Depresszió=szomorúság
- Depresszió=stressz
- Depresszió, spleen, melankólia – létállapot vagy betegség?
- AD-k a 90-es évek egyik leggyakrabban felírt gyógyszerévé váltak
- WHO Global burden of disease vizsgálat (1996)
- Inadekvát AD használat elterjedése, elsősorban a háziorvosi gyakorlatban
- Az AD használattal kapcsolatos közösségi kritikák és ellentmondásos nézőpontok

Földényi F László: Melankólia 1984, 1992

Elizabeth Wurtzel: Prozac Nation 1994

Depresszió, melankólia, spleen öngyilkosság – ultrarövid kultúrtörténet

- Depresszió – már az ókori orvosi irodalom említi

- Késő felvilágosodás, romantika – melankólia mint létélmény és életstílus

- Modernizmus ismét a patológia kontextusába helyezi

- Posztmodern szubkultúrák létélménye és életstílusa

Közösségi hangsúlyú öngyilkosságok

- Judiciális öngyilkosság (ókor)
- Öngyilkosság kötelességből (Japán)

- Zsidó-keresztény kultúrkör – az öngyilkosság tiltása

- Hindu kultúra: kötelesség és bűn is egyszerre

Könyvnyomtatás majd felvilágosodás, romantika és szimbolizmus

- Könyvnyomtatás – az információ széles körben terjeszthetővé válik
- Késő felvilágosodás, romantika, szimbolizmus: a spleen és melankólia mint létélmény és életstílus

Die Leiden des jungen Werthers 1774

- 2000 copycat öngyilkosság
- A történelemben először a copycat öngyilkosság összes ismervét viseli
- Hihetetlen népszerű, de saját korában bulvárirodalomnak minősített
- Értéktelenséggel és olcsó sikerhajhászással vádolt, majd sok helyen betiltott könyv

Sárga nadrág-két zsakett

Pisztoly

Búcsúlevél

Hársfa alá

Yukiko Okada 1986

- Népszerű pop-ikon
- Egyéb viselkedés-formáló (divat, ízlés)
- 16 napon belül 33 fiatal lány követet öngyilkosságot



Copycat öngyilkosság

- Az öngyilkos viselkedés gyakoriságának hirtelen, átmeneti megemelkedése
- Azonos módon, rövid időtartamon belül egy területen elkövetett öngyilkosságok
- Azonos szubkultúrát vagy társadalmi csoportot érint

„Point-cluster” csoport öngyilkosságok

- Egy jól meghatározott közösségen belül (iskola, pszichiátriai intézmény, katonai egység, cég)
- Egymással nagy valószínűséggel kapcsolatban lévő személyek, akik
- Öngyilkossági kockázata egyébként is magasabb
- A kapcsolati elem meghatározóbb, mint a modelkövetés
- Kapcsolati – informális transzmisszió

„Mass-cluster” copycat öngyilkosságok

- Magas presztízű modellszemélyek
- Etnikai, szociokulturális azonosság
- Modellkövetés-alapú
- Kulturális-média transzmisszió

Milyen hatásokon keresztül fokozzák a médiumok a copycat öngyilkosságokat?

- Modellkövetés
- Differenciált identifikáció
- Az öngyilkosságok közösségi elfogadásának mértéke!

Stack S. (2003). J Epid Community Health 57 238-240

Kockázatfokozó médiakommunikáció

- A hír elhelyezése és kiemelése
- Az eszköz ismertetése
- A lehetséges motivációs háttér értelmezése
- A motivációs háttér elfogadhatóságának kommunikációja

Kockázatcsökkentő médiakommunikáció hogyan- előzhető meg a copycat öngyilkosságok?

- Bécs, 1983-86 között ugrásszerűen megemelkedő metró-
öngyilkosságok
- 1987-től képzés médiaszakembereknek
 - Címlapra nem kerülhet
 - Kis terjedelemben valahol a lapok közepén

Ajánlások a médiumok részére az öngyilkosságok kommunikációjára vonatkozóan

- Reporting on Suicide: Recommendations for the Media
- Centers for Disease Control and Prevention, National Institute of Mental Health, USA, 2003

- PREVENTING SUICIDE. A RESOURCE FOR MEDIA PROFESSIONALS
- WHO, 2000

6. Fekete, S., & A. Schmidtke. (1995) The impact of mass media reports on suicide and attitudes toward selfdestruction: Previous studies and some new data from Hungary and Germany. In B. L. Mishara (Ed.), *The impact of suicide*. (pp. 142-155). New York: Springer.

Mit tegyünk?

- A híreket az egészségügyi hatóságokkal egyeztetve közöljük
- Kerüljük a sikeres öngyilkosság kifejezést!
- Csak tényyszerű közléseket tegyünk, a lapok vagy hírblokkok közepén (címlap/hátlap/különleges híradás kerülése)
- **Említsünk Szuicidum helyetti alternatívákat**
- **Mindig közöljük az elérhető segítséget!**
- **Beszéljünk a rizikófaktorokról és figyelmeztető jelekről**

Mit ne tegyünk?

- Sose közöljünk képet vagy búcsúlevél részletet!
- Kerüljük az elkövetési módszer részletes ismertetését!
- Ne keressünk okokat!
- Ne dicsőítsük és ne szenzációként mutassuk be!
- Kerüljük a vallási vagy kulturális sztereotípiákat
- Ne hibáztassunk!

Az Internet

- Szubkultúra-szervező: Emo, suicidal girls
- virtuális „point clusterek” szerveződése
- Fáj-, kép-, és videomegosztók

Webcam szuicidum

- Abraham Bigg 19 éves amerikai teenager
- Előre bejelentett öngyilkosság, melyet a moderátorok nem vettek komolyan
- Gyógyszer túladagolás a kamera előtt
- A halott még órákig látható volt online

A.B. esetének utóélete

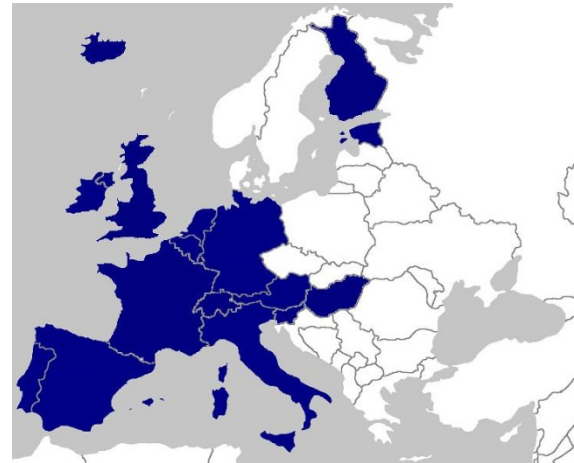
- Híradó-részletek tömegei a Youtube-on
- Imitált szuicidumok tömegei a Youtube-on, melyeket „gyerekes” tartalmaik miatt nem moderáltak ki (ma már igen)

Egyéb öngyilkossággal kapcsolatos tartalmak

- Információs oldalak
- Visszaemlékezések
- Mellékes információk tömege

Közösségi támogató programok (OSPI-EAAD, ASIST, PDCI)

- Erős (általában helyi) médiatámogatottság
- Erős webes támogatás, chat-szobák
- Call-center működtetése (a beteget rendszeresen hívják telefonon)
- Laikusképzés



Magyar vonatkozások

- EAAD-OSPI (European Alliance Against Depression – Optimizing Suicide Prevention Implementations) H, D, IRE, P
- MPT-Védőháló
- Civil szerveződés az öngyilkosságok megelőzéséért

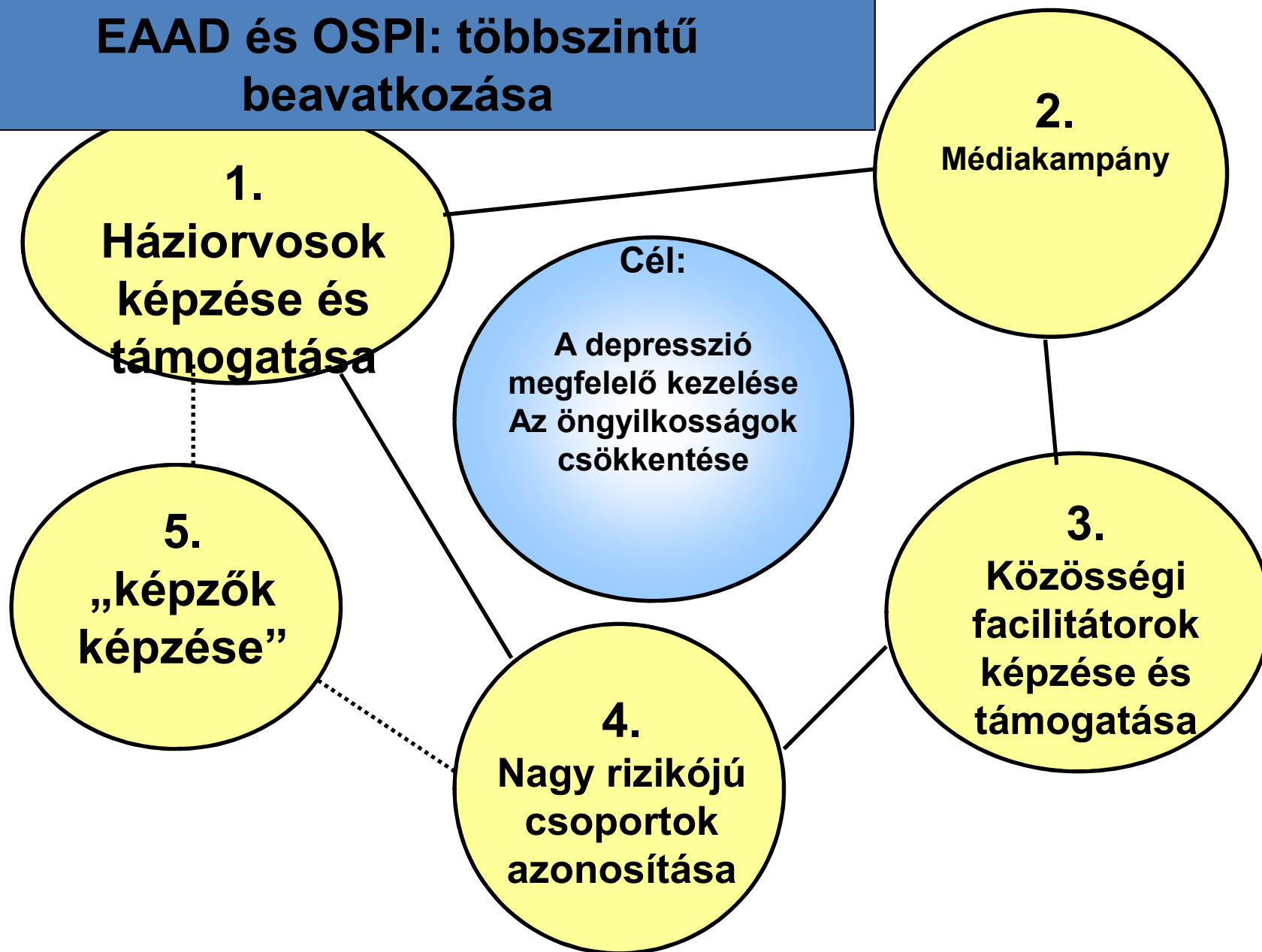
Közösségi alapú depresszió és öngyilkosság- megelőző programok Magyarországon – EAAD, OSPI



Célkitűzések

- **A depressziós személyek minél nagyobb hányada minél szélesebb körű segítséget kapjon**
- **Öngyilkosságok számának csökkentése**
- **Társadalmi tőkeképzés a civil és professzionális szervezetek együttműködésének javításával:**
 - **Helyi igényeken alapuló helyi hálózatok építése,**
 - **Folyamatos továbbképzések,**
 - **Folyamatos médiajelenlét,**
 - **A depresszió destigmatizációja.**

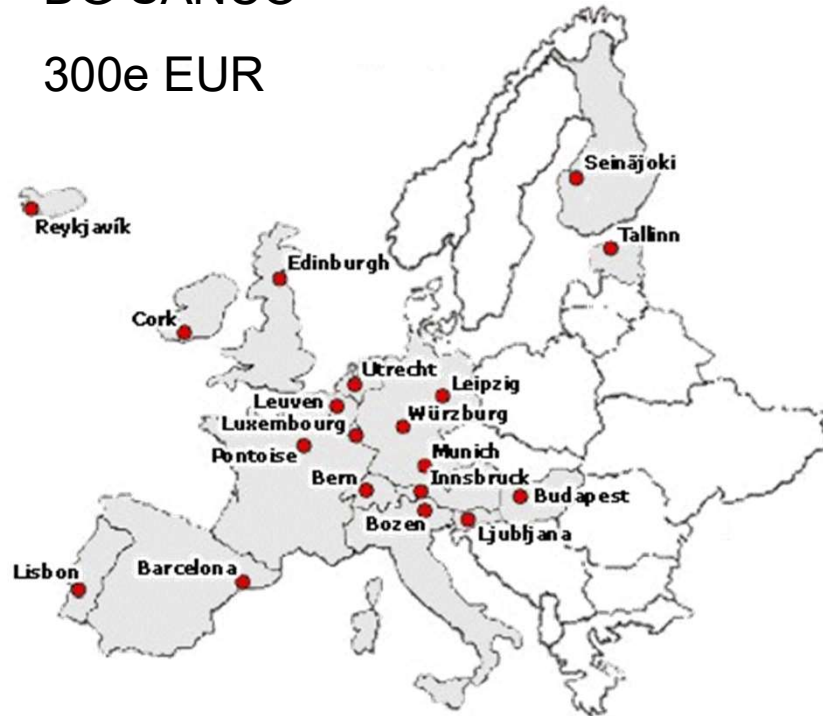
EAAD és OSPI: többszintű beavatkozása



EAAD 1-2 2004-2008

DG SANCO

300e EUR



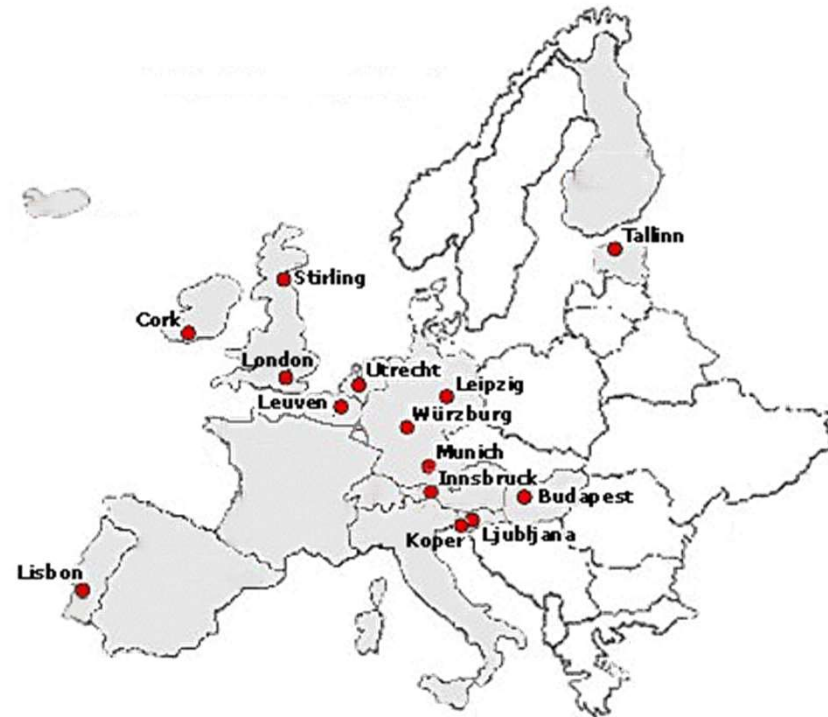
www.eaad.net

OSPI 2009 -

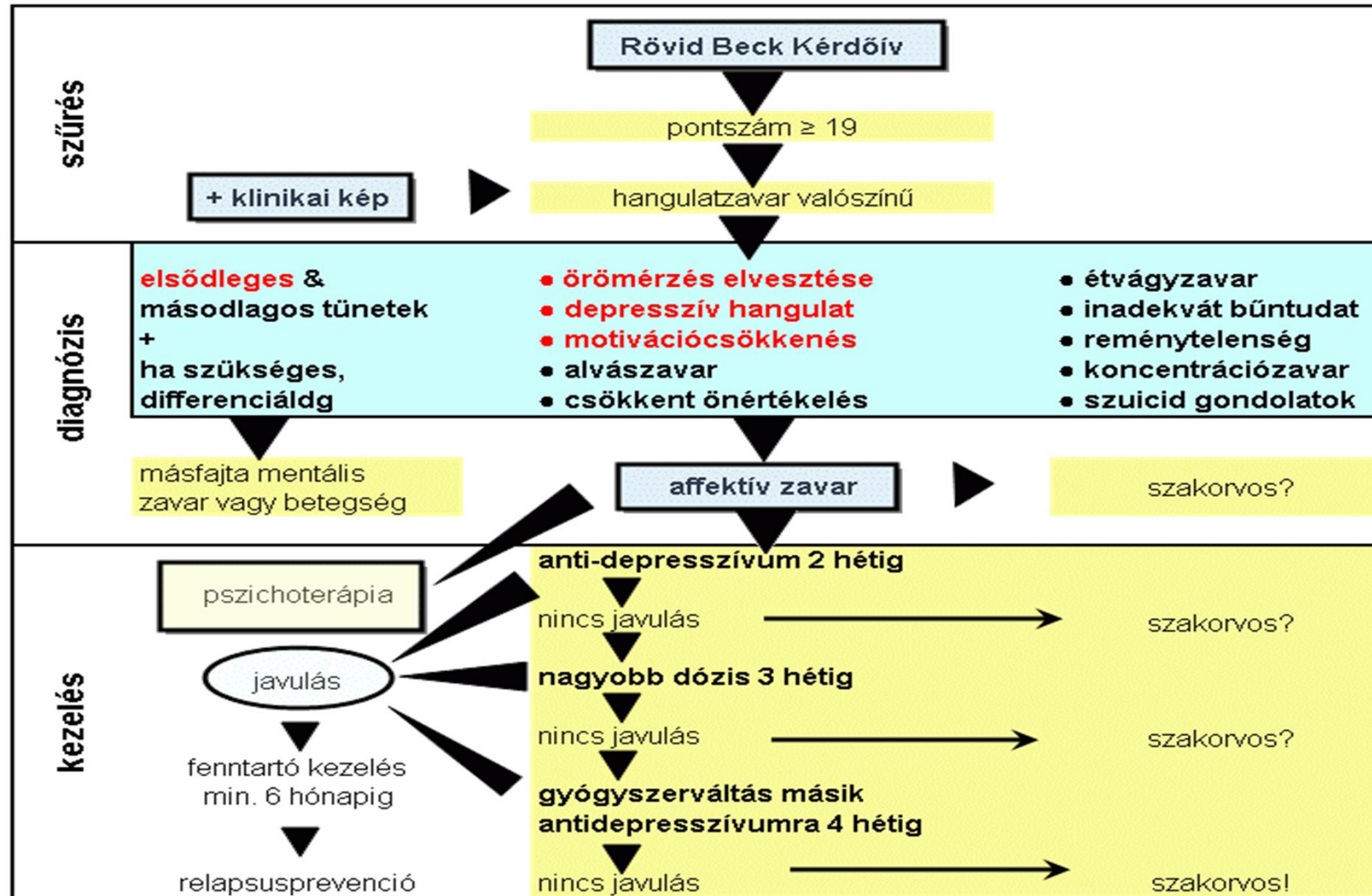
DG Research

360e EUR

www.ospi-europe.com

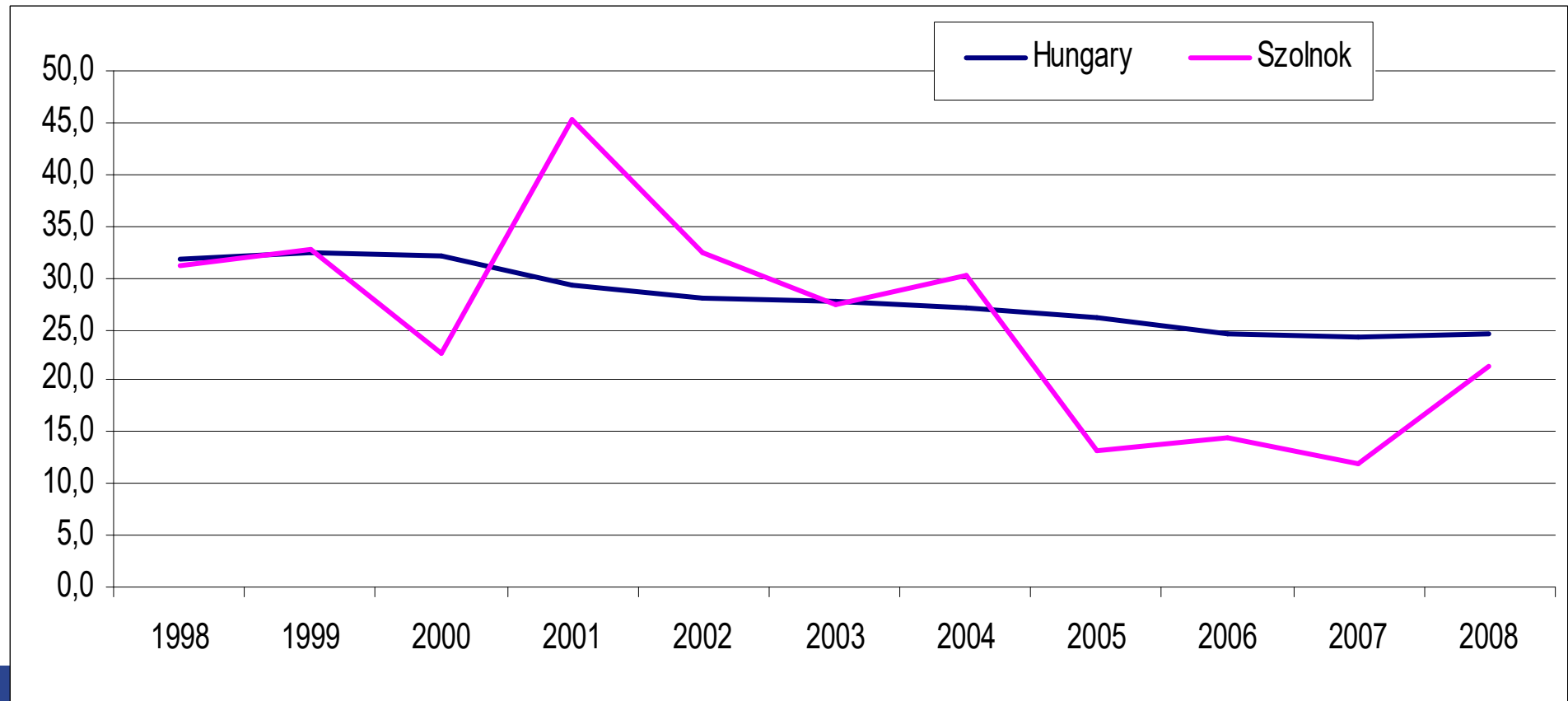


Irányelvek háziorvosoknak

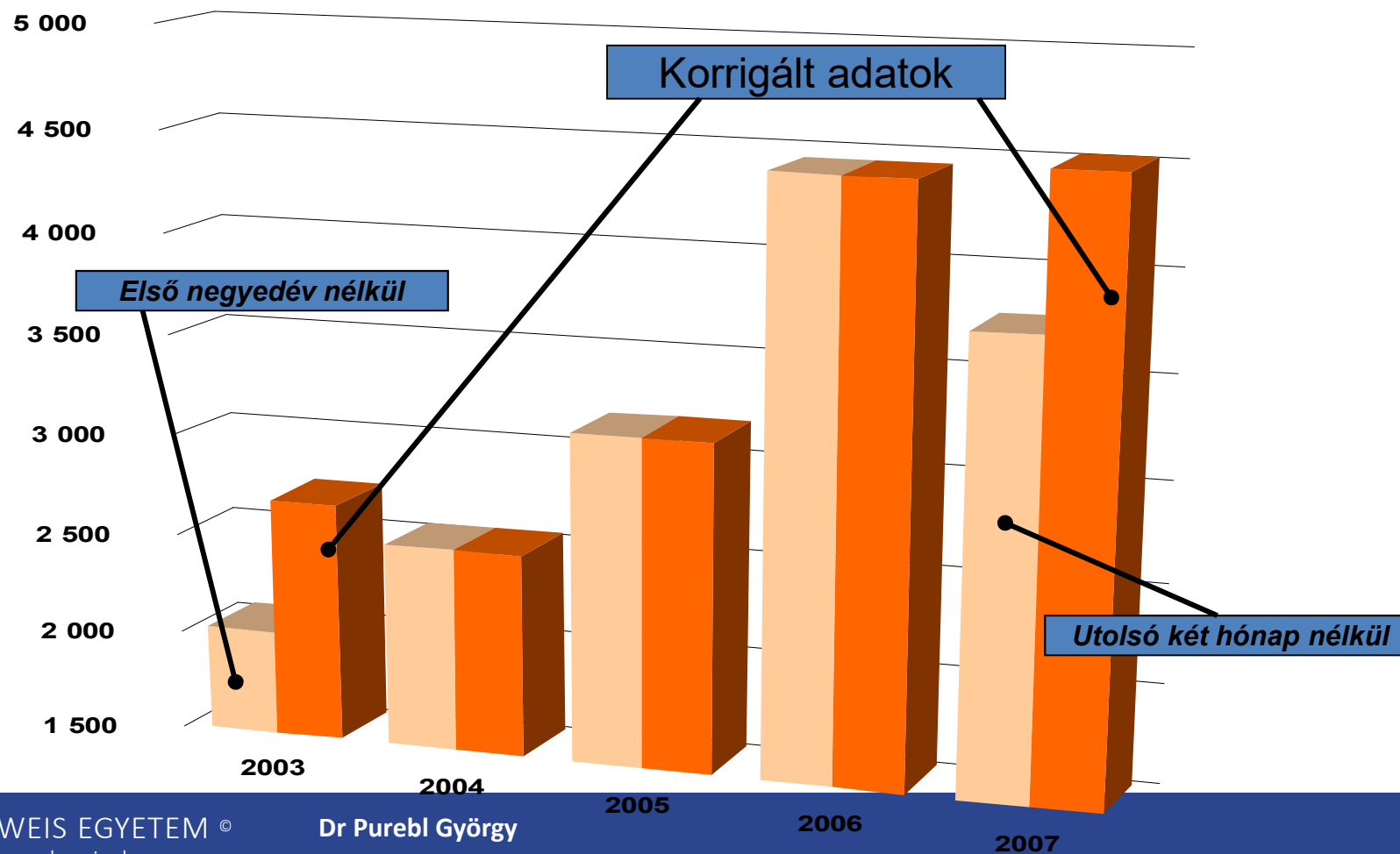


Eredmények

Szuicid ráta Magyarországon és Szolnokon 1998 és 2008 között (/százezer lakos)



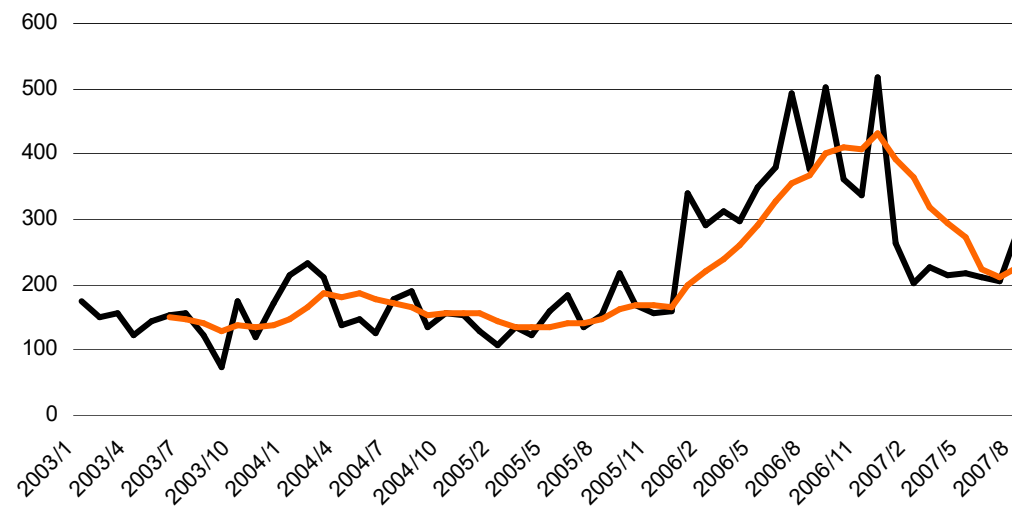
Pszichiátriai ellátási események gyakoriságának változása Szolnokon 2003-2007



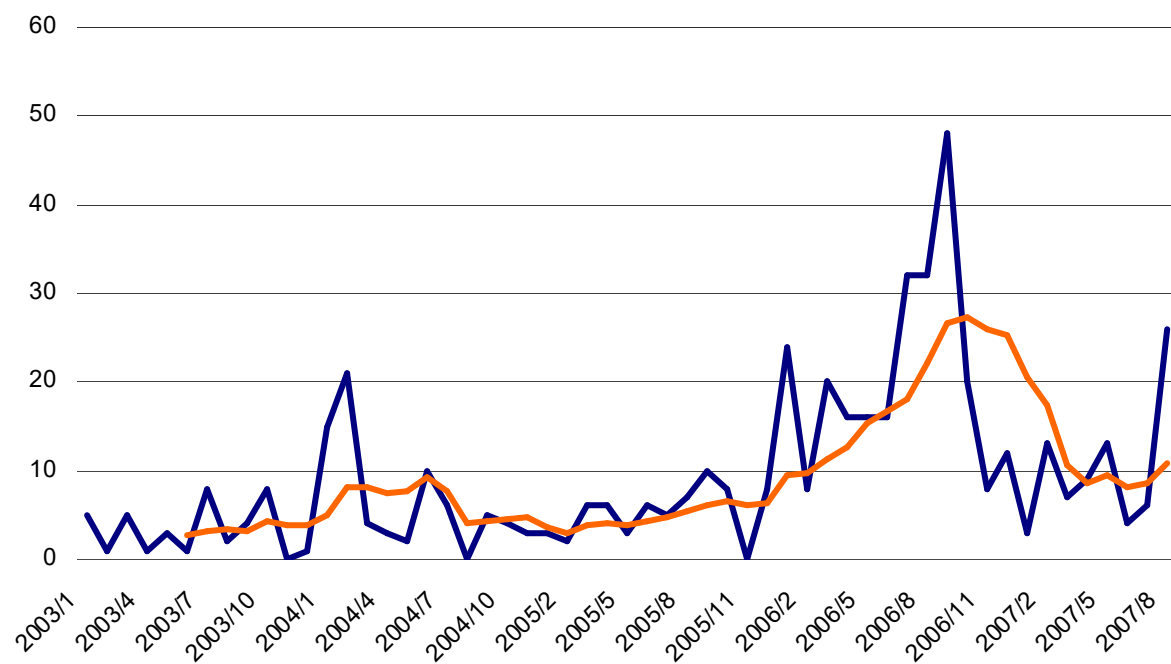
Lelkisegély hívások gyakorisága a szolnoki régióban

2003-2007

Havi ill féléves átlagok



Hívások öngyilkossági probléma miatt





DEPRESSZIÓ

A depressió kezelhető. Bárki lehet depressziós. A depressziónak sokféle arca lehet.



További tájékoztatást és segítséget kaphat háziorvosától, pszichiáter szakorvosoktól, pszichoterapeutáktól, a szociális háló munkatársaitól, a telefonos lelki elsősegély szolgálatoktól.

Éjjel-nappal hívható ingyenes lelki elsősegély telefonszám: 06-80-505-505



www.ospi-europe.com www.depresszio2016.hu www.magtud.edu.hu

Vezetők: Dr. Péterka József akadémikus, a Magyar Tudományos Akadémia elnöke, Mad Demis szászny, Szász Zsuzsa szászny, Kall Sándor, Mészáros Magdolna Jégyi társaság polgármestere.

A kampányt az a kapcsolható kutatás az Európai Unió EIT Képzési programjának (FP7-2007-2013) támogatásával jött létre. A kapcsolható száma: 221136.

Az előző helyeken kap támogatást és több segítséget

Leleki Elsősegély Telefonszolgálat
06-80-505-505
Éjjel-nappal hívható ingyenes telefonos szolgálat

Karavánok Könyvtár, Rendelőközpont,
Miskolc, Csabai kapu 6/11,
Fehérvári Pszichiátriai Osztály és Szakambuláns
Telefon: 06-46-505-856

Megyei Könyvtár,
Miskolc, Szendrői utca 72/70,
Gyermek Pszichiátriai és Szakambuláns
Telefon: 06-46-515-200

www.ospi-europe.com

www.depresszio2016.hu

www.magtud.edu.hu

A kampányt az a kapcsolható kutatás az Európai Unió EIT Képzési programjának (FP7-2007-2013) támogatásával jött létre. A kapcsolható száma: 221136.

Vezetők: Dr. Péterka József akadémikus, a Magyar Tudományos Akadémia elnöke, Mad Demis szászny, Szász Zsuzsa szászny, Kall Sándor, Mészáros Magdolna Jégyi társaság polgármestere.

Leleki Elsősegély Telefonszolgálat

06-80-505-505

Bármikor ingyenesen hívható!

DEPRESSZIÓ

A depressió kezelhető. Bárki lehet depressziós. A depressziónak sokféle arca lehet.

Bárki lehet depressziós

A depresszió nagyon sokféle arca lehet. Bárki lehet depressziós. A depresszió nemcsak a fiataloké, hanem az időseké is. A depresszió sokféle arca lehet.

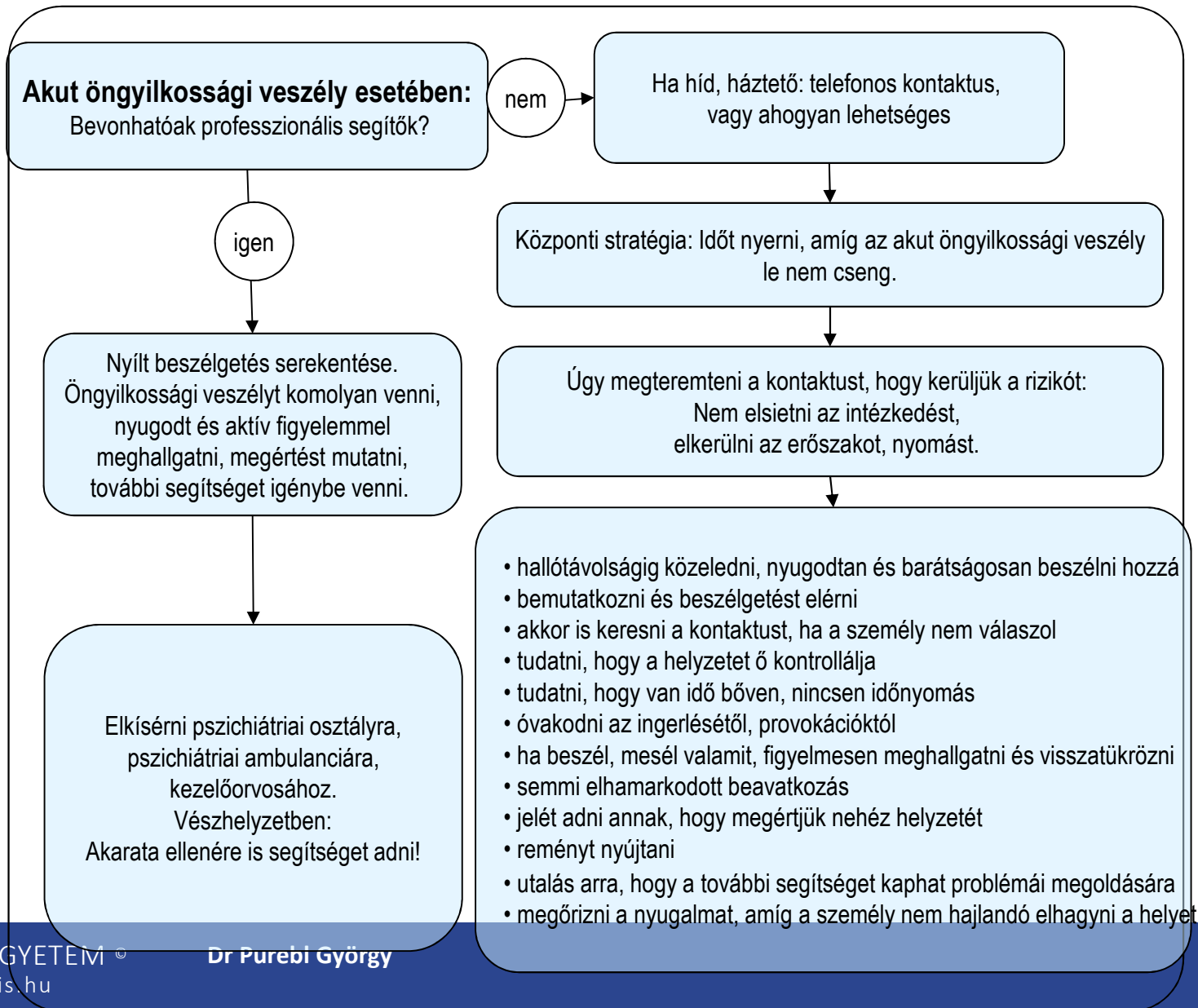
A depresszió kezelhető.

A depresszió kezelhető. Bárki lehet depressziós. A depressziónak sokféle arca lehet.

A depresszió kezelhető

A depresszió kezelhető. Bárki lehet depressziós. A depressziónak sokféle arca lehet.

Akcióterv laikusok számára (EAAD)



Mi segíthet még?


- Laikus segítők képzése (EAAD/OSPI-EU, ASIST-USA)
- Telefonszolgálatok – világszerte óriási szerep az öngyilkosságok megelőzésében
- Krízisambulanciák, krízisosztályok (0-24). A hangsúly a krízisen, és nem a pszichiátrián (ezért jó a külön krízis-osztály)

iFightDepression vezetett önsegítő eszköz

Inbox - purebl.gyorgy@gmail.com x GroupWise x Start - iFightDepression [HU] x +

https://ifightdepression.com/hu/start

Mindenkinek Fiataloknak Családnak & barátoknak Közösségi szakembereknek Egészségügyi szakembereknek Rólunk

 **iFightDepression**[®]
european alliance against depression

UK Germany Spain France

Önsegítő eszközök

A lelki egészség több módon is elérhető.

Tudja meg, hogyan segíthet önmagán és küzdheti le a depressziót!

Olvasson az önsegítésről és töltsse ki a hangulatmérő tesztet!

[Bővebben...](#)

Transferring data from ifightdepression.com...

A DEPRESSZIÓ
bárkit érinthet

22:59
2019. 01. 16.

**iFight
Depression
Felnőtteknek
(25 év felett)**

6 fő témakör

1 választható témakör
Egészséges életmód

**iFight
Depression
Fiataloknak
(15-24 év között)**

6 fő témakör

1 választható témakör
Egészséges életmód
Szociális szorongás
Kapcsolatok

A 6 fő témakör + 1

- **Gondolataink, érzéseink és cselekvéseink**
- **Örömteli tevékenységek tervezése, megvalósítása**
- **Megvalósítás**
- **Negatív gondolatok felismerése**
- **Negatív gondolatok átértékelése**
- **Az alvás**

- **+ a választható**



Mindenkinek

Fiataloknak

Családnak &
barátoknak

Közösségi
szakembereknek

Egészségügyi
szakembereknek

Rólunk



iFightDepression eszköz

Az iFightDepression eszköz egy internet-alapú, vezetett önsegítő program, amelyet az enyhe és közepes depresszióban szenvedők számára hoztak létre a tünetek kezelése céljából. Ha szakember ajánlotta önnek az iFightDepression eszközt és van már belépőkódja, itt léphet be:

BEJELENTKEZÉS



Segítünk!

Ha nem érzi magát jól, a segítségkérés az első fontos lépés.

Kattintson a 'Azonnali segítség' fülre, ahol a krízisambulanciák, sürgősségi ellátás és háziorvosok elérhetőségeit találja.

KÉRJEN SEGÍTSÉGET



A depresszió felismerése

Ha nem érzi jól magát, az alábbi teszt kitöltésével ellenőrizheti állapotát. Aggódik valaki miatt, aki depresszióban szenved?

Bátorítsa őt arra, hogy töltsse ki a tesztet.

A TESZT KITÖLTÉSE

0-24 órás, ingyenes Lelki Elsősegély
Telefonszolgálat

06-80-505-505

www.depressziostop.hu

116 123 bármely telefonról ingyen, előtárcsázás nélkül

- Péterffy Kórház
- Bp. Alsóerdősor utcai telephely
- 0-24 órás Krízisambulancia és Osztály