

Mitä tiedämme nuorten itsemurhista, niiden riskitekijöistä ja ehkäisystä?

- Professori Sami Pirkola
- Tampereen yliopisto
- Ulos epätoivosta
- kick off 3.2.2023

Itsemurha

- Tarkoituksellinen oman hengen riisto
→ Intentio ja aktiivinen teko
- Merkittävä kansanterveydellinen, kansantaloudellinen ja inhimillinen menetys, joka toteutuessaan koskettaa laajaa joukkoa ihmisiä, aiheuttaen läheisille kärsimystä
- Nuorten ikäluokkien ja mielenterveyspotilaiden merkittävä kuolinsyy
- Yleisen itsemurhien ilmaantuvuuden laskiessa nuorten itsemurhissa ei ole tapahtunut vastaavan suuruista laskua



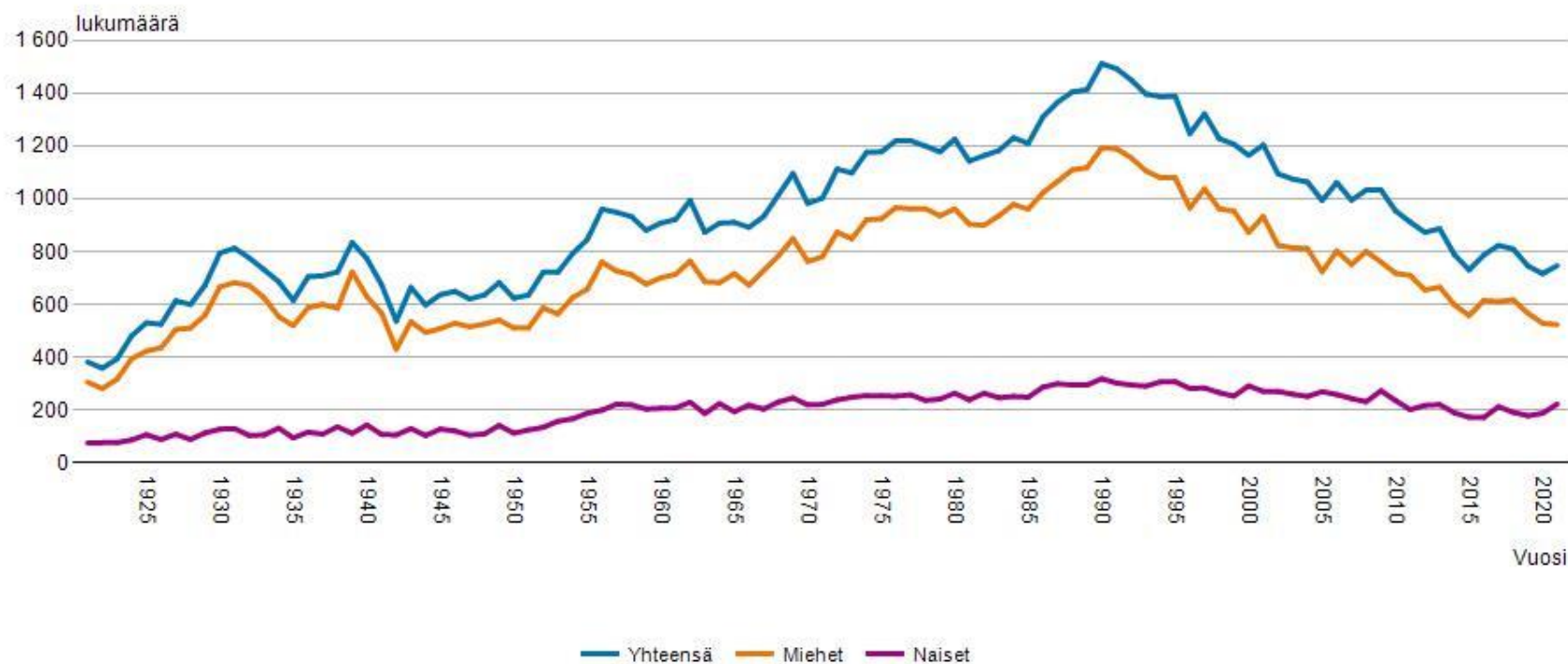
Edouard Manet - Le Suicidé

Itsetuhoisuus väestössä viimeisen vuoden aikana

- Itsemurha-ajatuksia 2-3%
- Itsemurhayritys 0.2-0.8%
- Itsemurha 0.01-0.03%



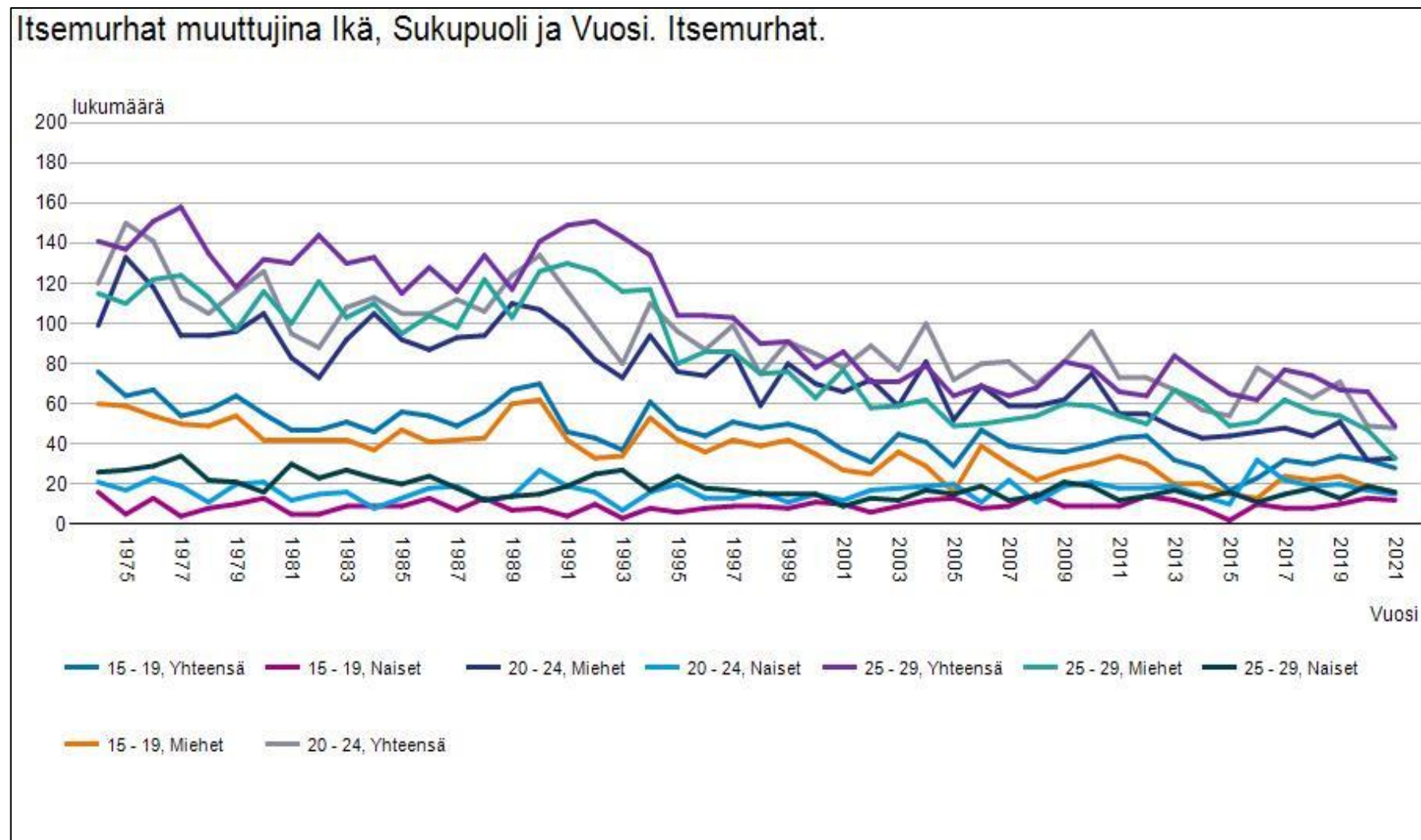
Itsemurhat muuttujina Sukupuoli ja Vuosi. Yhteensä, Itsemurhat.



Itsemurhakuolleisuus 1921 - 2021

Itsemurhakuolleisuus 15–29-vuotiailla

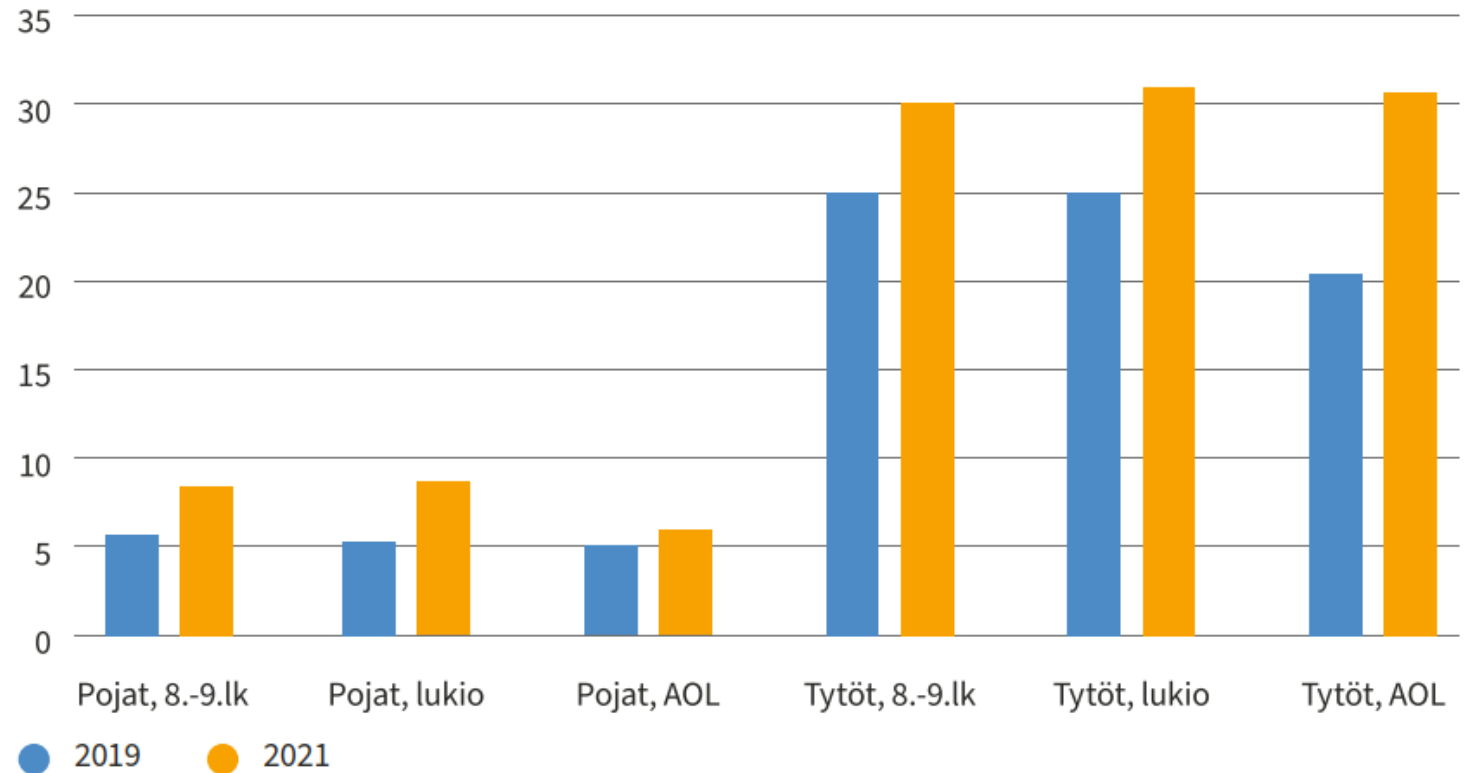
- Nuorten itsemurhakuolleisuus on Suomessa eurooppalaisittain verrattuna korkeaa. Sitä vastoin 65 vuotta täyttäneiden itsemurhakuolleisuus ei ole viime vuosina poikennut EU-maiden keskiarvosta.
- Nuorimpien miesten ja naisten luvuissa nousua.
- Itsemurhien ehkäisy ja itsemurhaa yrittäneiden hoito edelleen tärkeitä kehittämiskohteita – luvut edelleen kansainvälisesti korkeita!





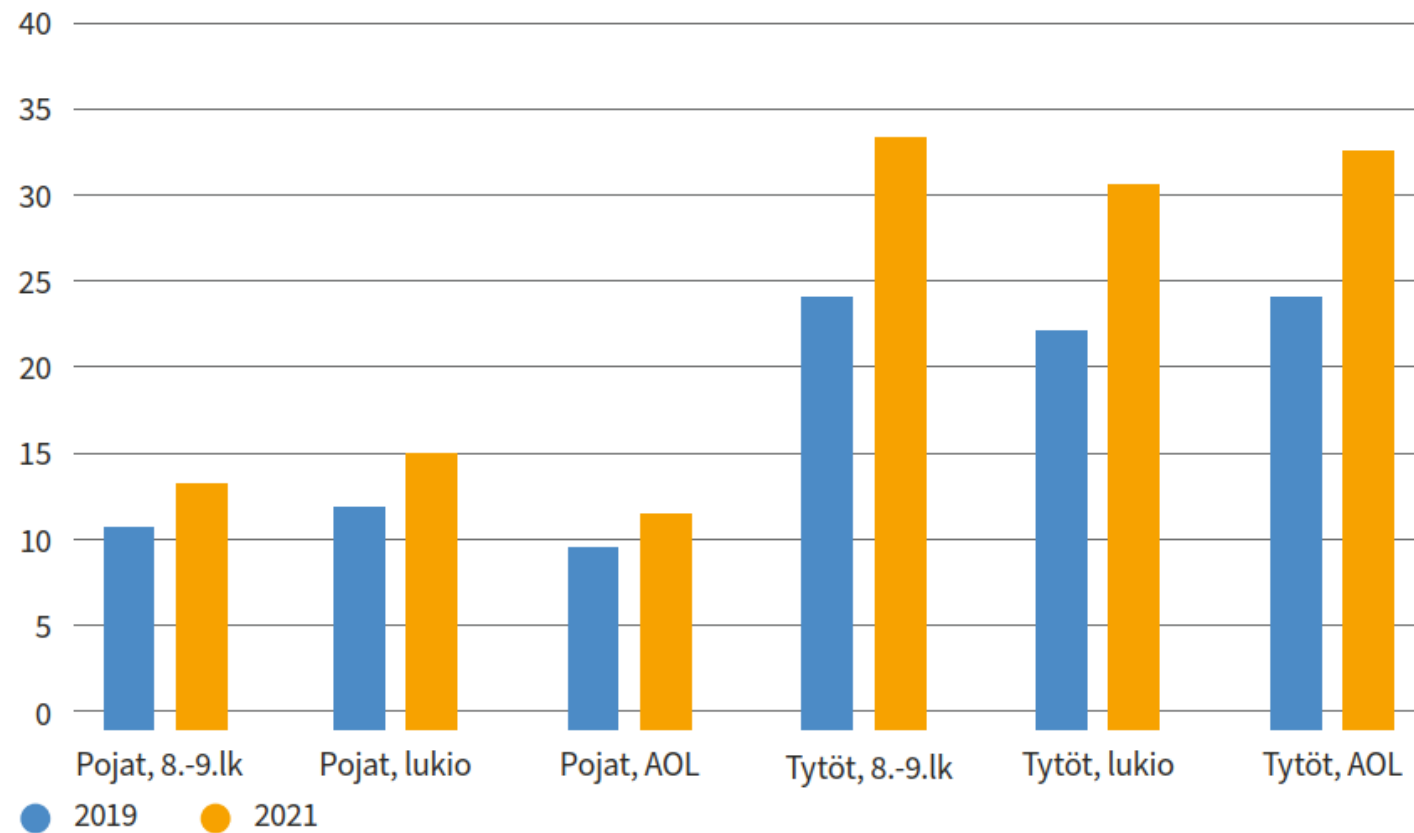
Miten nuoret
voivat?

Ahdistuneisuusoireilu kouluterveyskyselyssä



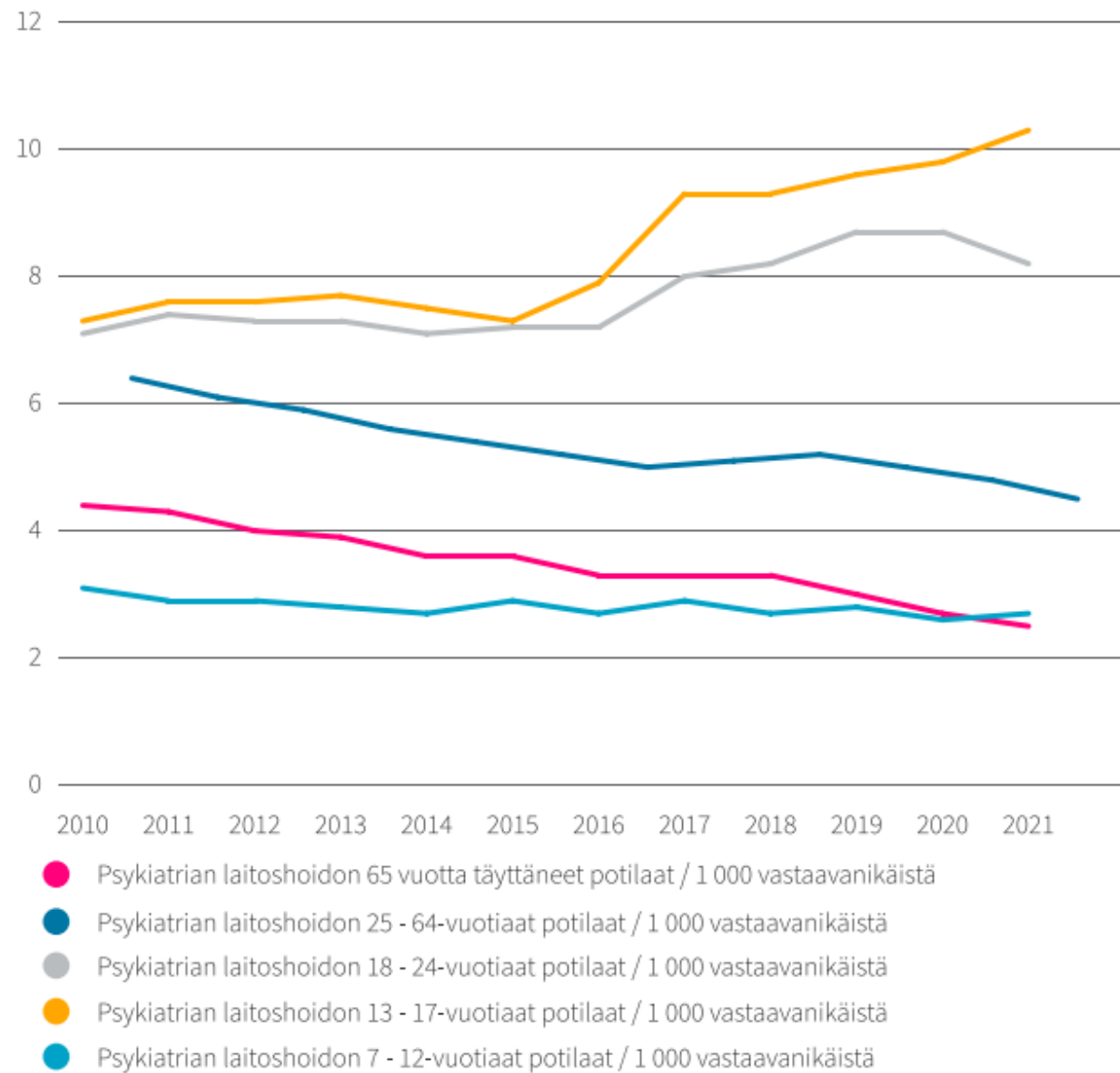
Kuvio 1. Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2019 ja 2021 (%).
Lähde: Kouluterveyskysely 2019 ja 2021.

Masennusoireilu kouluterveys- kyselyssä



Kuvio 2. Vähintään kaksi viikkoa kestänyt masennusoireilu sukupuolen ja kouluasteen mukaan vuosina 2019 ja 2021 (%). Lähde: Kouluterveyskysely 2019 ja 2021.

Psykiatrian laitoshoito

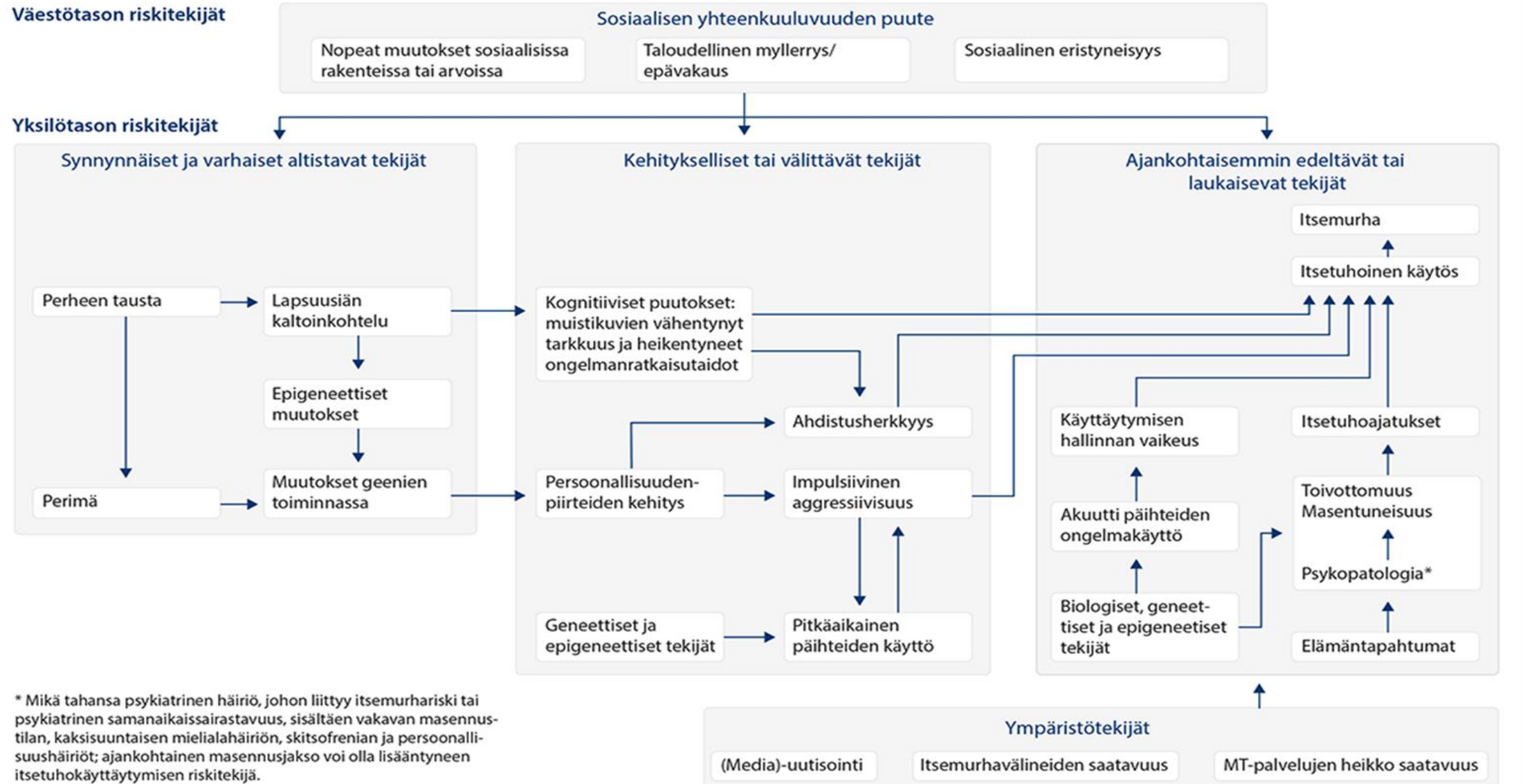


Kuvio 3. Psykiatrisessa sairaalahoidossa olleet potilaat tuhatta vastaavan ikäistä kohden eri ikäryhmissä vuosina 2010–2021. Lähde: THL, Sotkanet.



Itsemurhat prosessina

Itsemurhaprosessi ja sen suoja- ja riskitekijät



Itsemurhayritysten ja itsemurhien riskitekijöitä

Merkittävimpiä riskitekijöitä ovat

- Mielenterveyshäiriöt (erityisesti depressio, kaksisuuntainen mielialahäiriö, skitsofrenia)
- Päihdeongelmat (alkoholi ja huumeet)
- Ajankohtaiset ja aiemmat kielteiset elämäntapahtumat
- Persoonallisuuden piirteistä epävakaus ja impulsiivisuus
- Psyykkisistä oireista toivottomuus.

Suomessa itsemurhariski on ryhmätasolla suuri

- Vähän koulutetuilla
- Työntekijäasemassa olevilla
- Pienituloisilla
- Työttömillä.

*Itsemurhakuolemia luonnehtii riskitekijöiden kasautuminen,
mutta yksittäisiä itsemurhia ei voida ennustaa!*

Itsemurhien ehkäisytyö

- ◆ Aiempi itsemurhayritys on merkittävin myöhemmän itsemurhakuoleman ennustetekijä, ja sen hyvän hoidon arvioidaan myös ehkäisevän itsemurhia.
- ◆ Monimuotoiset alueelliset itsemurhien ehkäisyohjelmat saattavat vähentää itsemurhakäyttäytymistä väestötasolla
- ◆ Itsemurhamenetelmien saatavuuden rajoittaminen ja vastuullinen mediaraportointi toteutuneista itsemurhista ovat käytettävissä olevan tiedon perusteella suositeltavia.



Miksi nuoret?

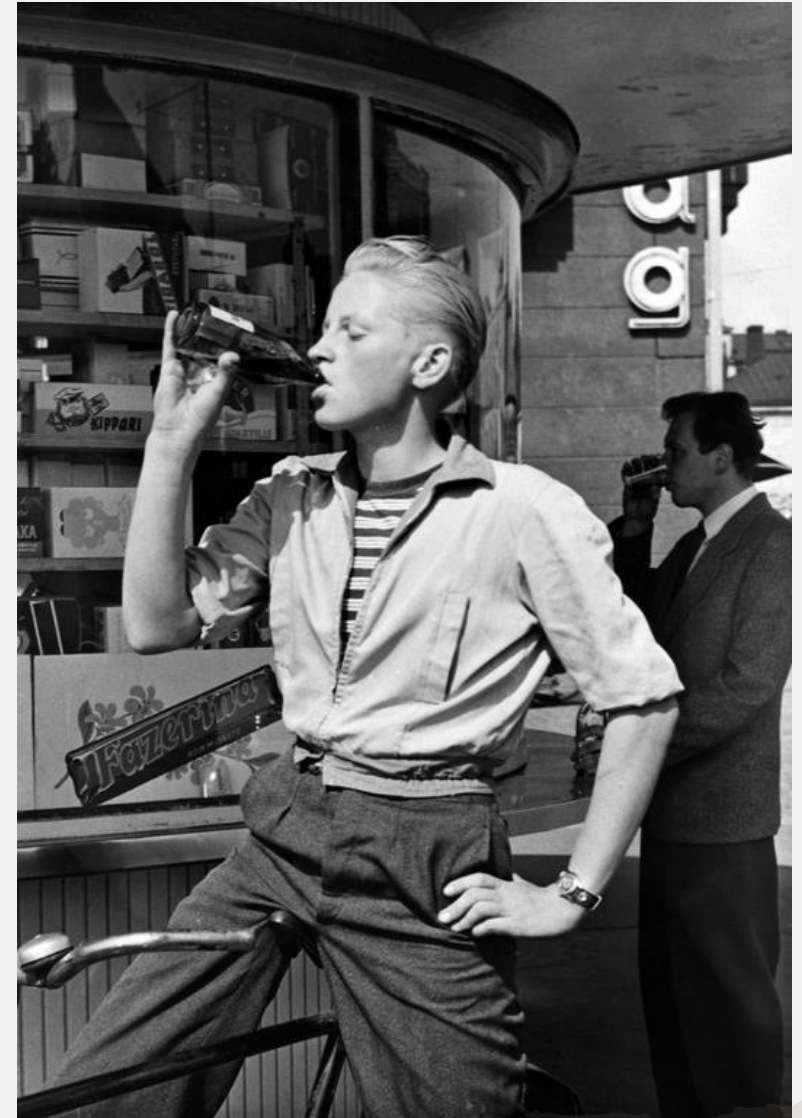


Nuorten itsemurhista tiedetään

- Nuorilla esiintyy erityisen paljon niin sanottua parasuicidaalista käytöstä, jossa yrityksen aikomuksellisuus eli intentio on mahdollisesti häilyvää
- Ajankohtaiset ihmissuhde- ja muut menetykset ovat tärkeitä riskitekijöitä
- Kiusaaminen, syrjintä, vähemmistöstatus
- Perheessä tai lähipiirissä itsetuhoisuutta
- Päihteet, syömishäiriöt, impulsiivisuus
- Nuoruusiässä myönteiset suhteet perheessä suojaavat ajankohtaista itsemurhariskiä vastaan

Miksi nuoret?

- Jokainen itsemurha on yksilöllinen polku
- Nuorten itsemurhien tutkimuksessa polkujen tunnistaminen erityisen tärkeää
 - Nuorten itsemurhien riskitekijöiden kertymässä ajankohtaisilla tekijöillä luultavasti merkittävä rooli
 - Nuorten palveluiden käyttö luultavasti muita satunnaisempaa ja tavoittaminen haasteellista
- Erityisesti nuorten itsemurhien riskitekijöiden tuntemuksessa on vielä puutteita
- Nuorten elämien menetys on erityisen traagista menetettyjen vuosien ja mahdollisuuksien vuoksi
 - jokainen itsemurha on turha, mutta nuorten kohdalla preventio tuntuu erityisen tärkeältä



Itsemurhapreventio tapahtuu:

- Yhteiskunnan ja politiikan tasolla
 - Sosiaali- ja terveystalitiikka, preventio-ohjelmat
 - Mediavastuullisuus, asenteet, mallit
 - Itsemurhavälineiden saatavuus
 - Lainsäädäntö ja palvelurakenteet
- Palvelujärjestelmän tasolla
 - Monipuoliset, laadukkaat (avo)palvelut
 - Itsemurhatietoisuus
 - Sosiaali- ja terveydenhuollon, sekä kaiken ihmistyön osaaminen
 - Kriisi- ja jalkautuva työ
- Kliinisen työn tasolla
 - Käypä hoito –suosituksen mukainen osaaminen
 - Kohtaaminen - akuuttipsykiatriassa ja kaikessa päivystystyössä



Ulos epätoivosta – Young despair

- Kohtalokkaiden polkujen tunnistaminen ja puuttumiskohtien tunnistaminen
- Monimenetelmällisen lähestymistavan avulla mikro- ja makrotason tietoa
 - Nuorten itsemurhaprevention kaikki tasot sosiaali- ja terveystieteistä kohtalokkaiden polkujen yksilölliseen ymmärtämiseen
- Hankekokonaisuus etsii uusia näkökulmia ja ehkäisyvälineitä kohtalokkaiden elämänpolkujen oikaisemiseksi



Kiitos!

Sami Pirkola

sami.pirkola@tuni.fi

Kari Aaltonen

kari.aaltonen@hus.fi

Kimmo Suokas

kimmo.suokas@tuni.fi