

## Befolkningsinriktade insatser kan förebygga suicid

Suicid kan förebyggas genom att begränsa tillgången till medel och metoder för suicid och screening för depression av personer med suicidrisk i befolkningen. Suicid kan även förebyggas genom program som kombinerar flera insatser. Det visar en litteraturöversikt om befolkningsinriktade och samhällsbaserade suicidpreventiva insatser.

Linskens och medarbetare har i en systematisk litteraturöversikt sammanfattat studier som utvärderat effekter av olika suicidpreventiva insatser som riktar sig till hela befolkningen eller genomförs på samhällsnivå.

Resultaten visar att suicid kan förebyggas genom att minska tillgången till medel och metoder för suicid såsom skyddsräcken vid broar, införa förebyggande insatser på arbetsplatser för poliser och screena för depression av personer med suicidrisk i befolkningen. Däremot är kunskapsläget oklart för insatser såsom utbildningskampanjer för allmänheten, kristelefoner vid platser där många tar sitt liv (hotspots) och utbildning i att känna igen tecken på suicid, s.k. gatekeeper-träning. Kunskapsläget är även

oklart för om skolprogram kan minska suicid, även om de visats kunna minska suicidförsök.

Av breda, samhällsbaserade program som kombinerar flera insatser var det endast *The European Alliance Against Depression* som visades kunna minska suicid. Forskarna menar att tvetydiga resultat av dessa program kan bero på att de är mer komplexa och svårare att implementera och utvärdera än enskilda insatser. Mer kunskap behövs om insatserna i programmen, och om effekten av kombinationer av insatser.

### METOD

Forskarna sökte i fem databaser och i referenslistor efter studier som utvärderat suicidpreventiva insatser på befolknings- och samhällsnivå. De exkluderade studier som genomförts inom hälso- och sjukvården och studier som handlade om effekter av förändringar i lagstiftning kopplade till vissa riskfaktorer för suicid. De inkluderade randomiserade kontrollerade studier och observationsstudier med kontroller eller före- och eftermätning som genomförts i höginkomstländer. Översikten omfattade 56 studier publicerade 2010–2020 med utfallen suicid och suicidförsök, alla med låg eller måttlig risk för bias. Evidensstyrkan på det vetenskapliga underlaget bedömdes med systemet GRADE (dvs. starkt, måttligt starkt, begränsat och otillräckligt).

### Det vetenskapliga stödet enligt GRADE för suicidförebyggande insatser som ingick i utvärderingen

| Begränsat vetenskapligt stöd (kan minska suicid)                   | Otillräckligt vetenskapligt stöd (oklart om insatsen kan minska suicid) |
|--|---|
| Skyddsräcken och hinder vid broar och järnvägsstationer            | Blått ljus vid utsatta tågplattformar                                   |
| Restriktioner för inköp av träkol                                  | Organisationspolicy och kultur på arbetsplatser för byggarbetare        |
| Organisationspolicy och kultur på arbetsplatser för poliser (a)    | Organisationspolicy och kultur på arbetsplatser för militärer           |
| Screening för depression av personer med suicidrisk i befolkningen | Skolprogram för socioemotionell inlärning (b, c)                        |
| <i>The European Alliance Against Depression</i>                    | Screening av riskelever i skolor  |
|  | Screening för suicid på kriminalvårdsanstalter                          |
|  | Kristelefon vid broar   |
|  | Utbildningskampanjer för allmänheten                                    |
|  | Gatekeeper-träning för skolungdomar och urbefolkningar                  |
|  | 10 andra program som kombinerar flera insatser                          |

a) The Together for Life Program, b) Youth Aware of Mental Health, c) Signs of Suicide

**MÅLGRUPP** Faktabladet riktar sig till beslutsfattare och tjänstepersoner som arbetar med suicidprevention på nationell, regional och lokal nivå.

**REFERENS** Linskens EJ, Venables NC, Gustavson AM, Sayer NA, Murdoch M, MacDonald R, et al. (2022). Population- and Community-Based Interventions to Prevent Suicide: A Systematic Review. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*. doi: 10.1027/0227-5910/a000873.