

Suitsiidiriski hindamise abimaterjal

Suitsiidimõtted ja -käitumine	
<ul style="list-style-type: none"> ● Elutüdimusmõtted ● Perioodiliselt esinevad ja mööduvad suitsiidimõtted ● Suitsiidiplaan ● Suitsiidikavatsus ● Madala või kõrge letaalsusega suitsiidikatse 	<p>Hinda suitsiidimõtete intensiivsust:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● kas on viimase 48 tunni jooksul ● kas on tehtud konkreetseid ettevalmistusi ● kui reaalne tundub suitsiidiplaan hinnanguliselt
Riskitegurid	
<ul style="list-style-type: none"> ● Sotsiaalne isolatsioon (ka hiljutine lein, lahusus) ● Meessugu ● Töötus ● Vahendite kättesaadavus suitsiidiks ● Krooniline haigus ● Rahalised probleemid ● Alkoholi ja narkootikumide tarvitamine ● Hiljutine muutus ravis (haiglast väljakirjutamine) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Suitsiidkatse anamneesis ja/või suitsiid lähisugulasel ● Psühhiaatriline häire (psühhhoos, raske depressioon, põhihaigusele kaasuv paanikahäire, posttraumaatiline stressihäire, bipolaarne häire, isiksushäire) ● Vaimne ja/või füüsiline vägivald lapseas ● Impulsiivne ja/või agressiivne käitumine anamneesis
Kaitsetegurid	
<p>Välised:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Hea usalduslik kontakt vestlusel ● Toetavad lähedased ● Elukaaslase/pereliikmete olemasolu ● Laste või lemmiklooma olemasolu 	<p>Sisemised:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Oskused elukorralduseks (paindlikkus, probleemilahendusoskused, frustratsioonitaluvus) ● Adekvaatne enesehinnang ja adekvaatsed plaanid lähituleviku elu korraldamisel ● Kultuuriline ja religioosne taust
Riskitase	Sekkumine
<p><u>MADAL RISK</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Elutüdimusmõtted ● Episoodilised suitsiidimõtted ● Suitsiidiplaani, -kavatsust ei ole ● Muutlikud riskitegurid ● Olulised kaitsvad tegurid 	<ul style="list-style-type: none"> ● Anda soovitus/kontakttelefon/vajadusel vastuvõtu aeg esma- või kogukonnatasandi spetsialisti või vaimse tervise õe vastuvõtule ● Koostada ohutusplaan, sh anda hädaabitelefoni numbrid ● Vajadusel alustada psüühikahäire ravi ● Käivitada võrgustik pikaajaliseks järeltoeks (sh sotsiaalsete probleemide lahendamiseks)
<p><u>MÕÕDUKAS RISK</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pidevad suitsiidimõtted ● Suitsiidiplaani, -kavatsust ei ole ● Mitmed riskitegurid ● Vähe kaitsvaid tegureid 	<ul style="list-style-type: none"> ● Konsulteerida vaimse tervise spetsialisti või psühhiaatriga edasise käsitluse osas, vajadusel suunata vastuvõtule või leppida kokku vastuvõtu aeg ● Erilist tähelepanu pöörata juhul, kui on tegemist korduva suitsiidikäitumisega ● Koostada ohutusplaan, sh anda hädaabitelefoni, vajadusel nõustamine elukriisi suhtes ● Suunata haiglaravile juhul, kui esineb rohkelt riskitegureid ● Käivitada võrgustik nii akuutseks kui pikaajaliseks järeltoeks
<p><u>KÕRGE RISK</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pidevalt tugevad suitsiidimõtted ● Suitsiidiplaan, -kavatsus ● Psühhiaatriline häire raskete sümptomitega ● Tegi potentsiaalselt letaalse suitsiidikatse ● Suitsiidivahendid olemas ● Kaitsetegurid ebaolulised 	<ul style="list-style-type: none"> ● Suunata haiglaravile <ul style="list-style-type: none"> ○ Vajadusel tahtest olenematu vältimatu psühhiaatrilise ravi otsus ○ Ettevaatusabinõud (takistada surmavale vahendile juurdepääs, vajadusel jääda patsiendi juurde abi tulekuni) ● Käivitada võrgustik nii akuutseks kui pikaajaliseks järeltoeks

SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla Psühhiaatrikliiniku ja Pärnu Haigla Psühhiaatrikliiniku abimaterjali kohandatud versioon. Sobib kasutamiseks nii laste kui täiskasvanute suitsiidiriski hindamisel, kuid laste puhul tuleb erilist tähelepanu pöörata vanemate / hooldajate ning koolides töötavate spetsialistide kaasamisele järeltuge pakkuvas võrgustikutöös.