

האם ניתן למנוע התאבדות?



פרופ' גיל זלצמן MHA MD
מנהל המרכז לבריאות הנפש גהה
מנהל מחלקת יום לילדים ונוער
יו"ר המועצה הלאומית למניעת אובדנות
נשיא האקדמיה העולמית לחקר האובדנות IASR



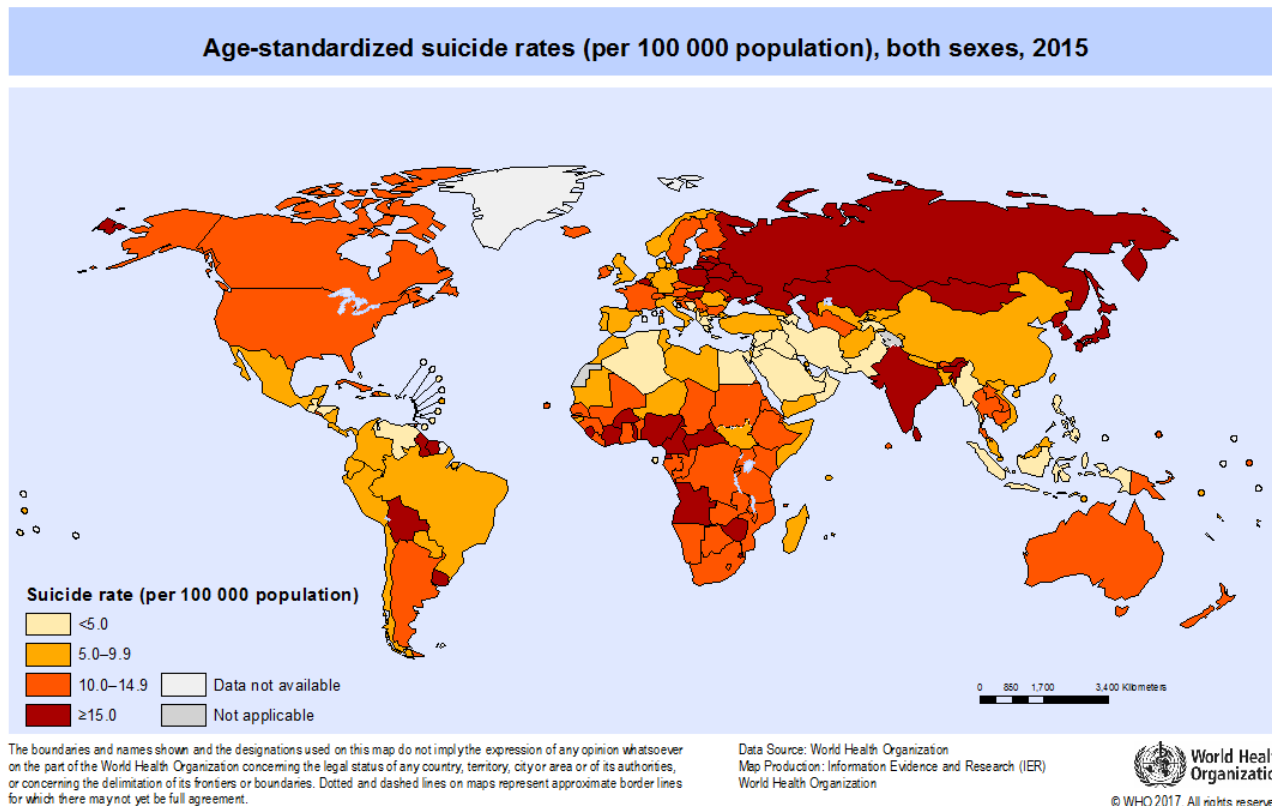
רפואה 2022

גהה
המרכז לבריאות הנפש
מסונף לבית הספר לרפואה ע"ש סאקלר
אוניברסיטת תל-אביב

התופעה ■

900,000 מתאבדים בעולם

550 לפחות מתאבדים בשנה בישראל

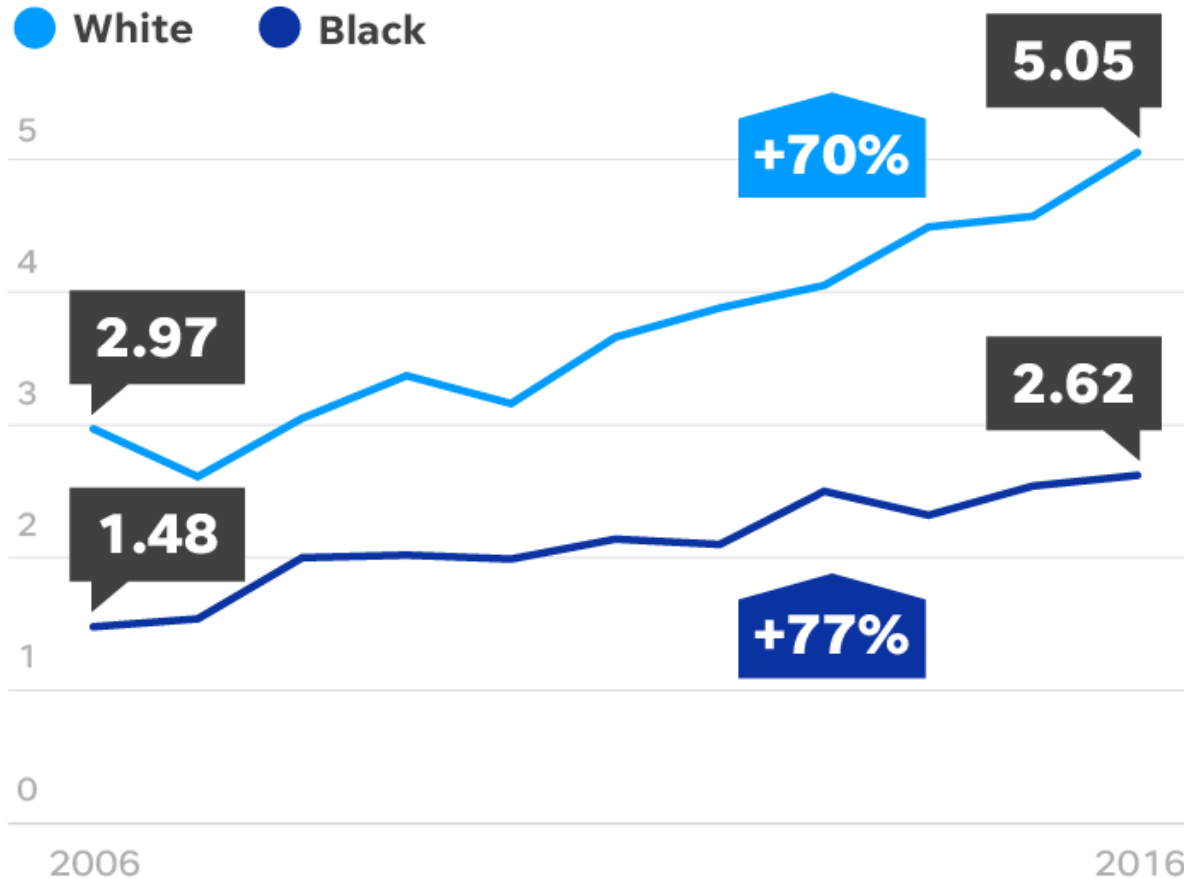


שיעור עולמי נכון ל 2019: 10.7:100000
שיעור בישראל נכון ל 2019: 6.9:100000

Teen suicide is soaring. The biggest rate increase was among black youth



Suicides per 100,000 10-to-17 year-olds
from 2006 to 2016:



SOURCE Centers for Disease Control and Prevention
Karl Gelles/USA TODAY

THE LANCET

[Subscribe](#) | [Register](#) | [Login](#)Search for in All Fields [Advanced Search](#)[Home](#) | [Journals](#) | [Specialties](#) | [Clinical](#) | [Global Health](#) | [Audio](#) | [Conferences](#) | [Information for](#) | [Healthcare Jobs](#)

The Lancet, Volume 378, Issue 9801, Page 1459, 22 October 2011

doi:10.1016/S0140-6736(11)61638-3 [Cite or Link Using DOI](#)[Previous Article](#) | [Next Article](#)Access this article on
[SciVerse ScienceDirect](#)

Increased suicidality amid economic crisis in Greece

[Marina Economou](#) , [Michael Madianos](#) , [Christos Theleritis](#) , [Lily E Peppou](#) , [Costas N Stefanis](#) 


Greece has entered a long period of economic crisis with adverse effects on various aspects of daily life, including the mental health of its citizens. Within this context, the Greek Ministry of Health reported that the annual suicide rate has increased by 40%;¹ nonetheless, a systematic investigation to address the effect of the Greek economic crisis on suicidality is still lacking.

In an endeavour to fill this gap, the University Mental Health Research Institute (UMHRI) implemented a nationwide cross-sectional telephone survey, completed on May 1, 2011. The study adopted the same methods as an earlier one² done during February–April, 2009, which explored the links between major depressive symptoms and socioeconomic variables. A representative sample of 2256 respondents was drawn from the national telephone-number databank, with telephone numbers belonging to businesses or services being excluded. Informed consent was obtained from all participants and the study was approved by the UMHRI Ethics Committee. Recent suicidality was assessed with the Structured Clinical Interview for DSM-IV Axis I Disorders (SCID-I) and financial strain was measured by the Index of Personal Economic Distress (IPED), an eight-item scale with good psychometric properties.²

Article Options

[Full Text](#)[PDF \(68 KB\)](#)[Cited by in Scopus \(1\)](#)[Printer Friendly Version](#)[Request permission](#)[Export Citation](#)[Create Citation Alert](#)

Linked Articles

[Editorial](#) Mental health care—the economic imperative 

Other Articles of Interest

The challenge of information bias

- Two years assessment of death certificates in Tel Aviv district:
- 180 documented suicides
- 56 most probably suicide-unreported
- 19 questionable suicide
- 30-45% false negative reports on suicide death



Bakst S et al. The accuracy of suicide statistics: are true suicide deaths misclassified?" Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol 2016; 51(1): 115-123.

Earlier onset of suicide

In the past decade suicide among 10-14y old children raised from 0.5 to 1.5 per 100K

Jobes BMJ 2012



Social media and suicidal behavior

Empirical Article



Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time

Jean M. Twenge¹, Thomas E. Joiner², Megan L. Rogers², and Gabrielle N. Martin¹

¹San Diego State University and ²Florida State University

Clinical Psychological Science

1–15

© The Author(s) 2017

Reprints and permissions:

sagepub.com/journalsPermissions.nav

DOI: 10.1177/2167702617723376

www.psychologicalscience.org/CPS



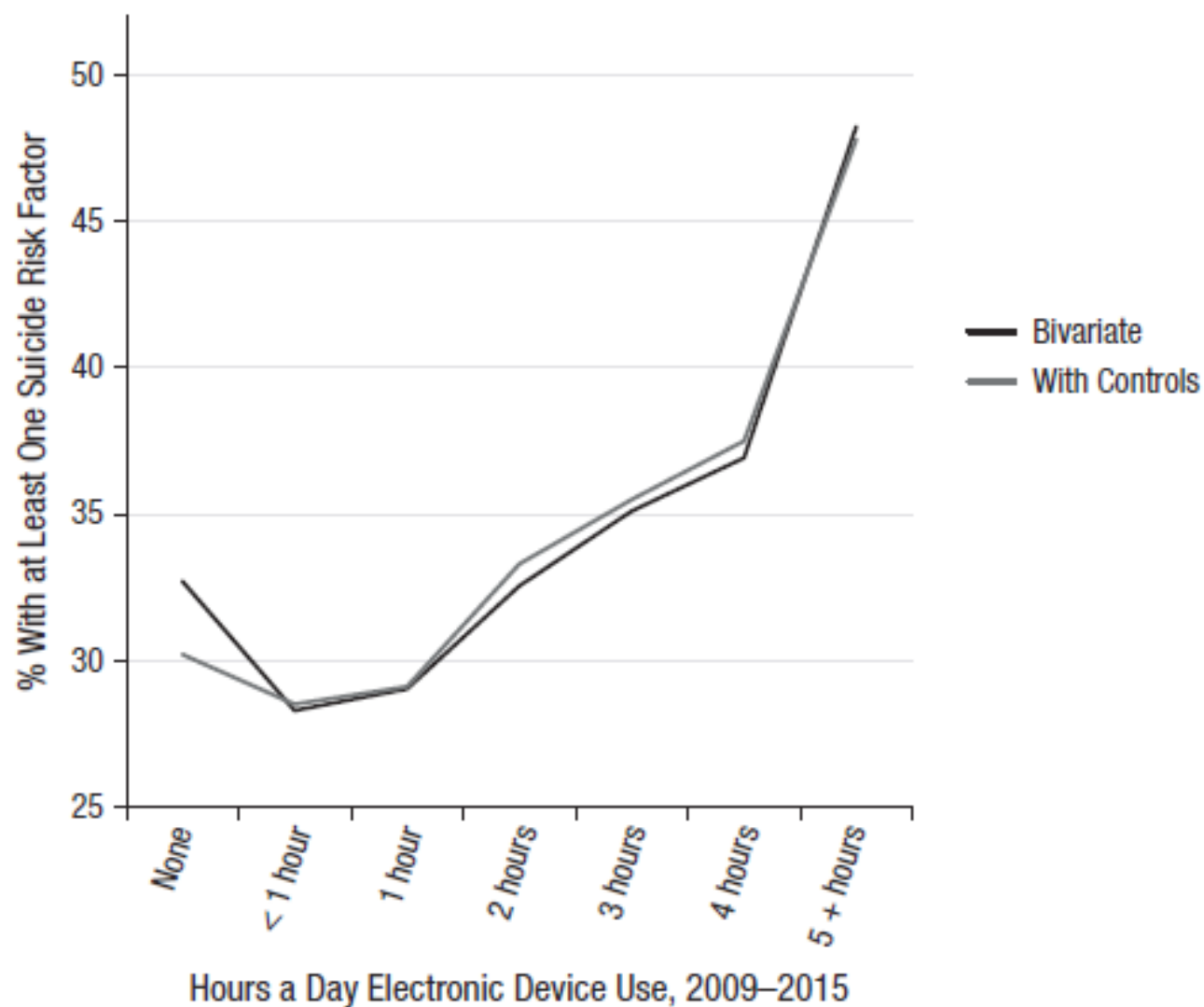
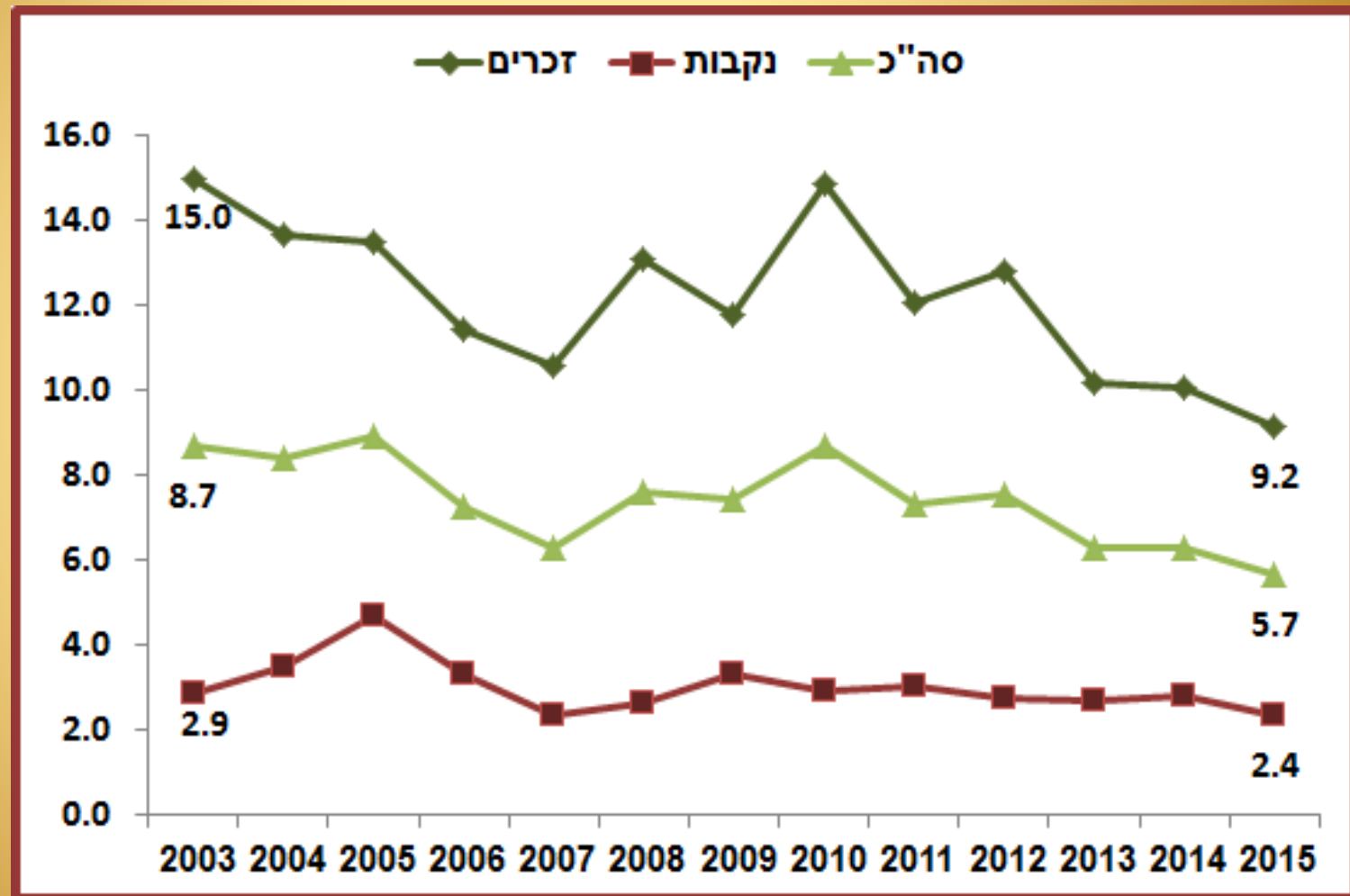


Fig. 2. Exposure-response relationship between electronic device use and having at least one suicide-related outcome, bivariate and with demographic controls for race, sex, and grade, 9–12th graders, Youth Risk Behavior Surveillance Survey (YRBSS), 2009–2015.

**NETFLIX'S
13
REASONS
WHY**



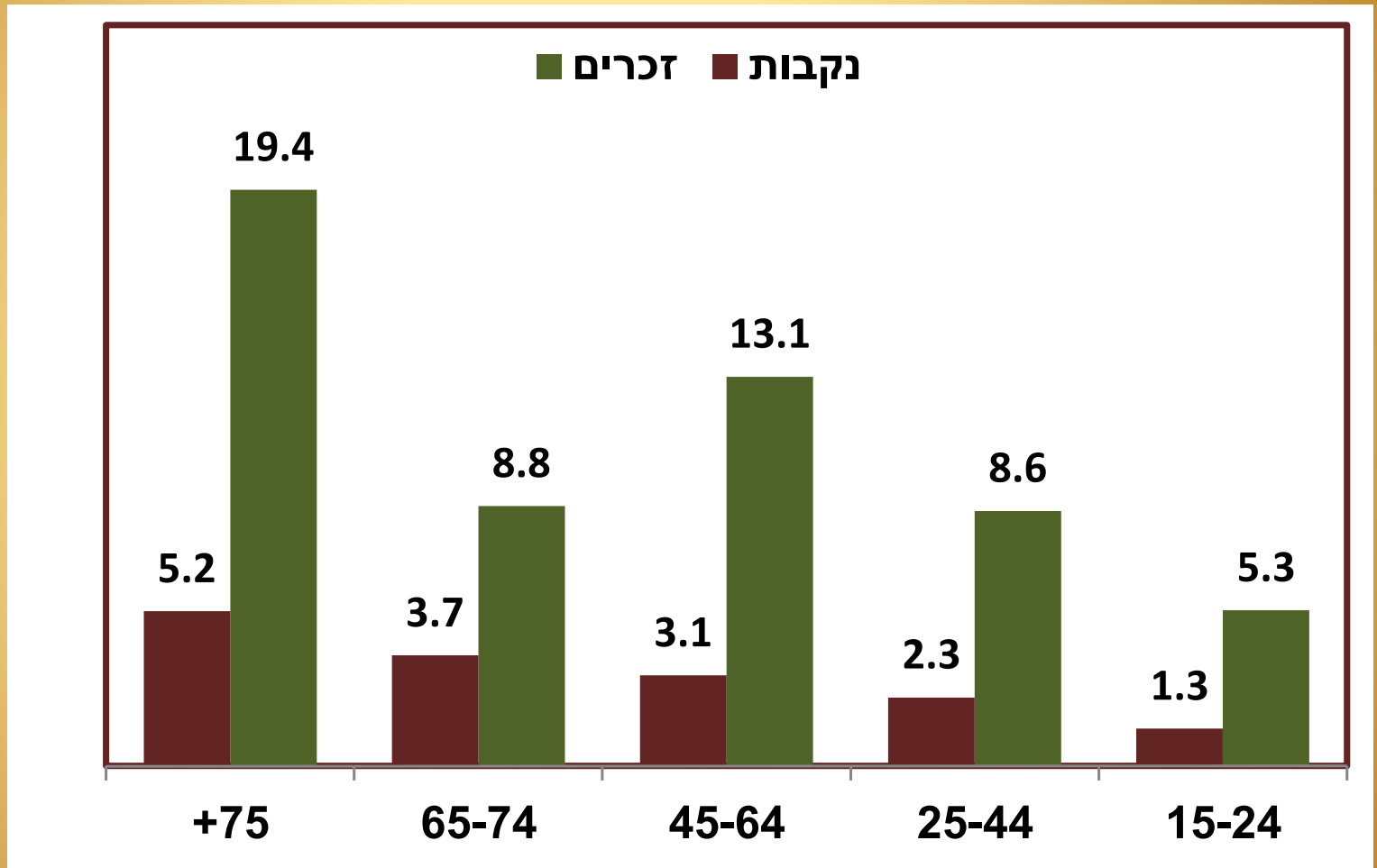
ירידה בשיעור ל-5.7 2003-2015



שיעור מתוקנן לגיל* ל-100,000 נפש

*מתוקנן לאוכלוסייה הממוצעת בישראל בשנת 2009

קשישים מסוכנים מצעירים

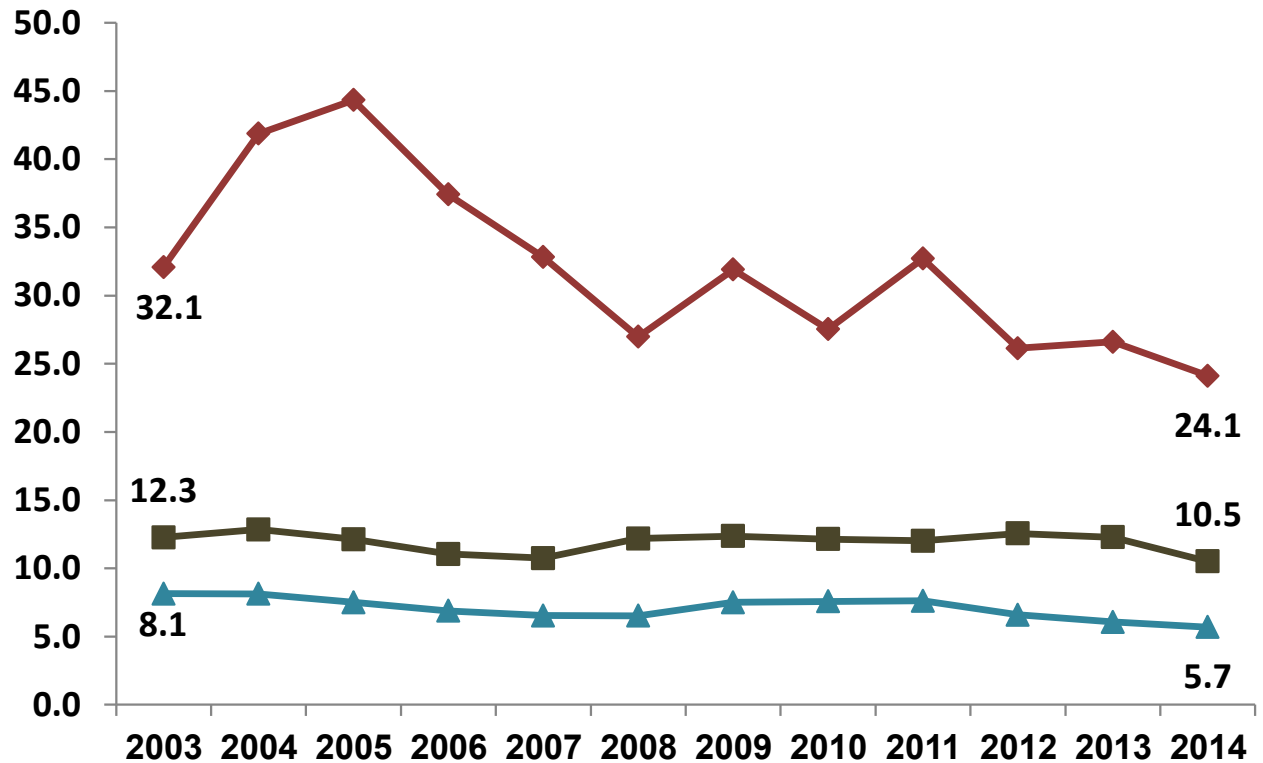


שיעור ל- 100,000 נפש.

השיעור הגבוה ביותר בקרב שני המגדרים נמצא בגיל 75 ומעלה.
אח"כ, בקרב גברים בגיל 45-64 ובקרב נשים בגיל 65-74.

שיעור ההתאבדות בקרב עולים

עולי אתיופיה מ-1980
 עולי בריה"מ לשעבר מ-1990
 יהודים ואחרים ללא עולים*



*יהודים ואחרים ללא עולים:
 ללא ילידי בריה"מ לשעבר
 שעלו מ-1990 וללא ילידי
 אתיופיה שעלו מ-1980.

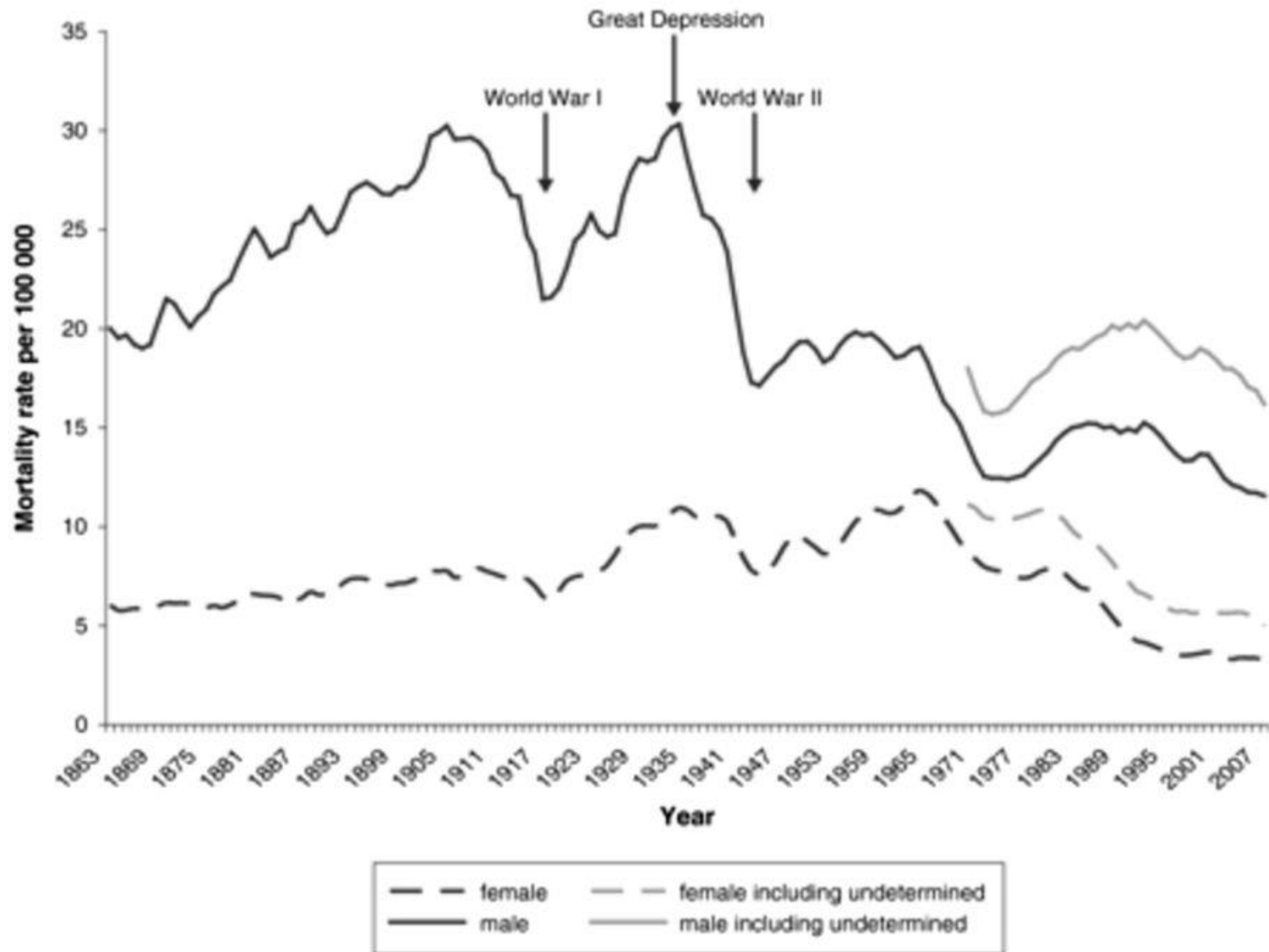
**מתוקן לאוכלוסייה

הממוצע בישראל בשנת 2009

שיעור מתוקן לגיל** ל-100,000 נפש, ממוצע נע תלת שנתי.

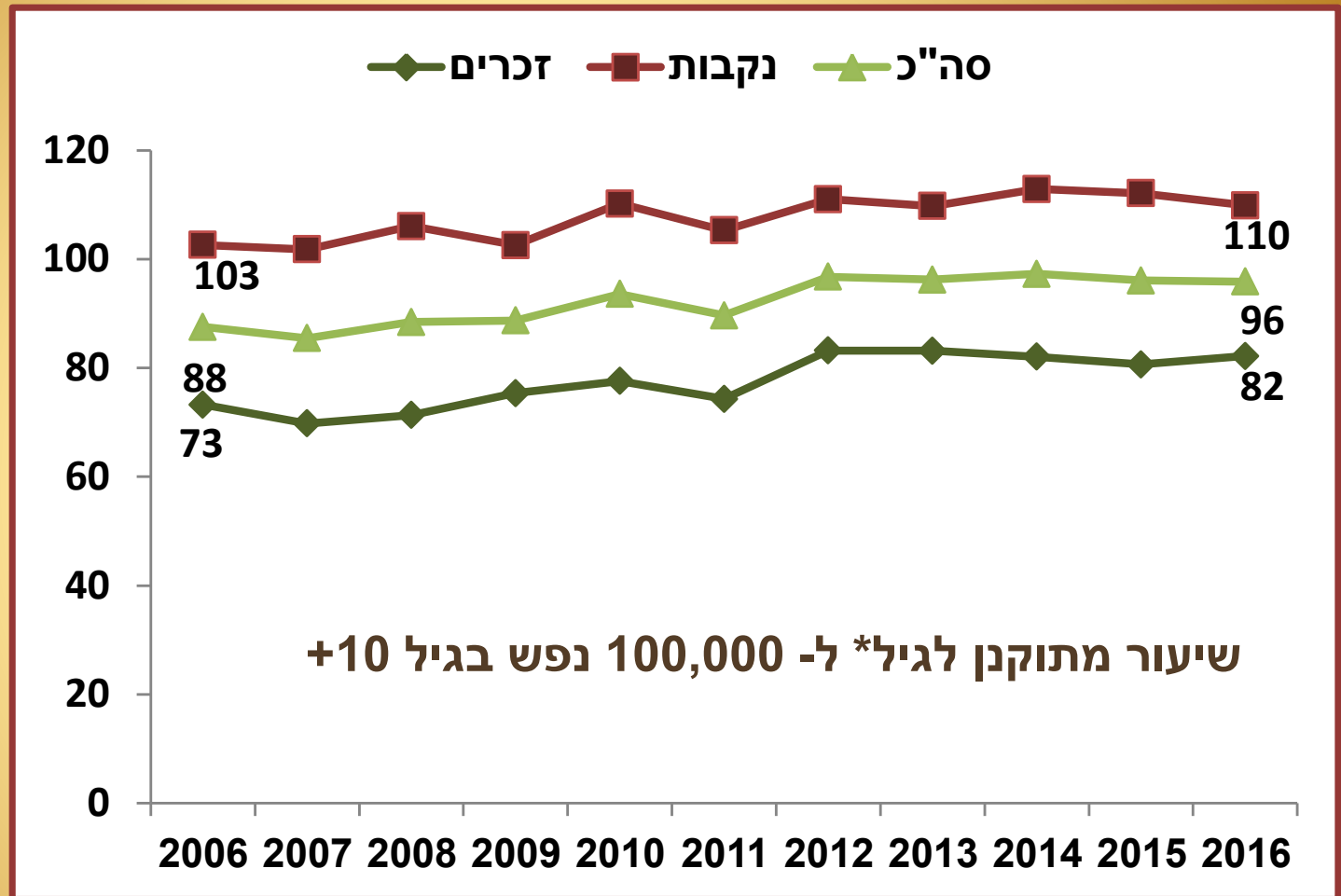
השיעור המתוקן לגיל בקרב עולי בריה"מ לשעבר גבוה פי 1.8
 מיהודים ואחרים ויורד לאחרונה. בקרב עולי אתיופיה השיעור
 גבוה פי ארבעה, אך ירד מהשיא ב-2004-2006.

Overall age standardized suicide mortality rates by sex 1861–2007



נסיונות התאבדות

נסיונות התאבדות



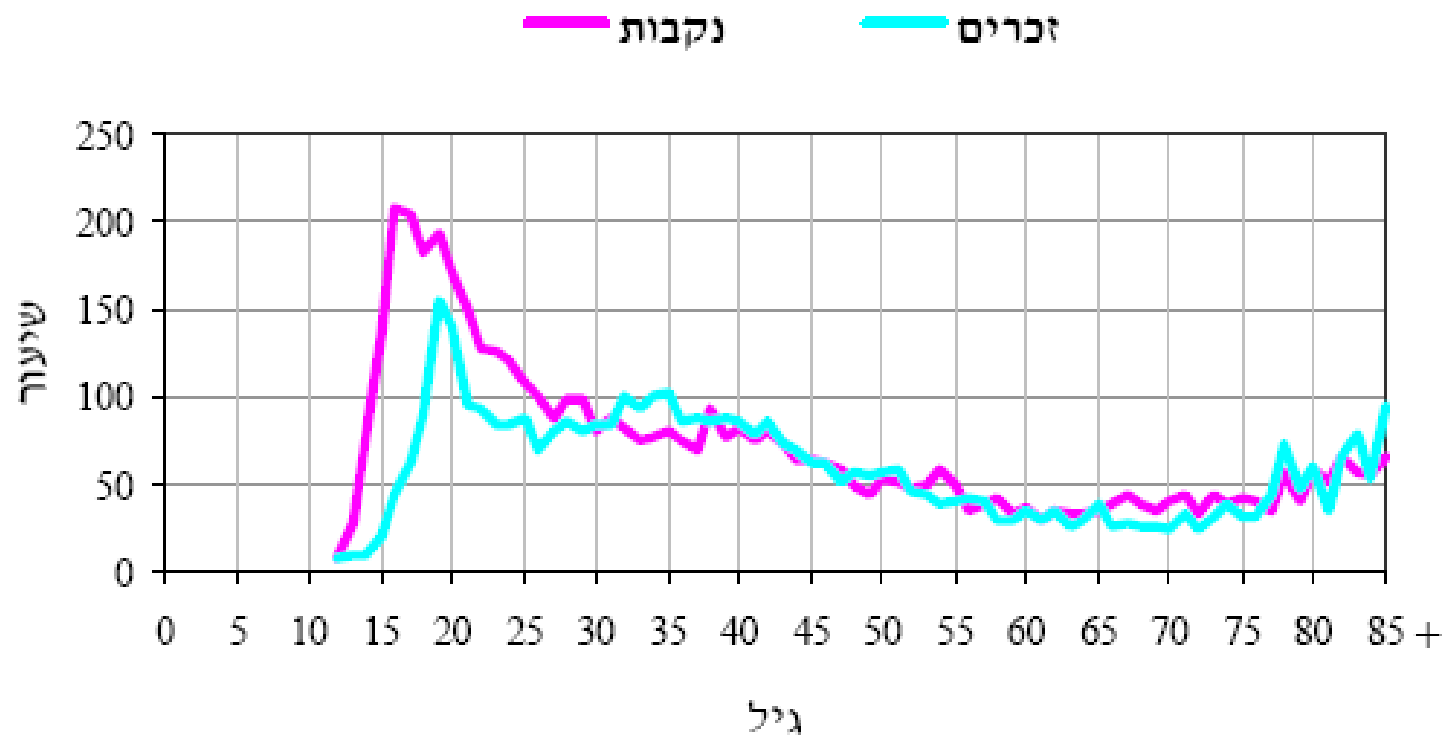
שיעור נסיונות ההתאבדות המתוקנן לגיל יציב יחסית בשש השנים האחרונות, 2011-2016 אחרי עליה בשנים 2010-2011.

*מתוקנן לאוכלוסייה הממוצעת בישראל בשנת 2009

נסיונות התאבדות לפי גיל ומין, 1996-2002

בני 10 ומעלה

שיעור ל- 100,000 נפש



Previous Attempt

- Previous suicide attempt is the single most powerful predictor of a future suicide

BUT...

- 50% of suicides (mainly males) will never attempt suicide before completing suicide



הגדרות מוסכמות בינלאומיות

• התאבדות = גרימת מוות

עצמית עם עדות (ישירה או מוסקת) של כוונה למות.

• ניסיון אובדני = פגיעה עצמית

מכוונת עם לפחות כוונה

חלקית למות

הספקטרום האובדני

suicide attempt=A self injury with at least partial intent to die



- מחשבה אובדנית ideation
- ניסיון אובדני suicide attempt
- ניסיון מופסק (aborted)
- ניסיון מופרע (disrupted)
- התאבדות (completed)

• NSSI=non suicidal self injury

NSSI

- **Non Suicidal self Injury**
- **New @ DSM 5**
- **No Intent to die**
- **Typically BLPD**

NSSI during adolescence predicts later Suicide Attempts (HR=2)

NSSI during both before and after 18 years old predicts earlier SA in mood disorder subjects

Suicide and
Life-Threatening
BEHAVIOR

THE OFFICIAL JOURNAL OF THE
AMERICAN ASSOCIATION OF SUICIDOLOGY



Suicide and Life-Threatening Behavior
© 2017 The American Association of Suicidology
DOI: 10.1111/sltb.12331

1

Nonsuicidal Self-Injury Is Predictive of Suicide Attempts Among Individuals with Mood Disorders

MEGAN S. CHESIN, PhD, HANGA GALFAVY, PhD, CEMILE CEREN SONMEZ, MA,
AMANDA WONG, MA, MARIA A. OQUENDO, MD, J. JOHN MANN, MD, AND
BARBARA STANLEY, PhD



הערכת סיכון





אובדנות - גורמי סיכון

זכר

➤ גיל: 75, 40, 15-24

➤ נסיון אובדני קודם

➤ פסיכופתולוגיה: דכאון

➤ זמינות כלי נשק/תרופות

➤ חי לבד (מערכת תמיכה)

➤ בדידות (סוביקטיבי)

➤ סמים ואלכוהול

➤ תוקפנות ואימפולסיביות

➤ גנטיקה

➤ קרבן בריונות bullying

➤ הגירה, פער חברתי תרבותי

➤ התאבדות אדם קרוב

➤ זוגיות ואהבה נכזבת

➤ בנוער: ריב עם ההורים

➤ הסתבכות חוקית

➤ ליקוי בקבלת החלטות

➤ אובדן (קרוב, בע"ח, גירושין, סטאטוס)

➤ כישלון (עבודה, אישי)

➤ דחיה והשפלה (במיוחד בסייבר)

➤ יציאה ממצב דכאוני

➤ "מגיפות התאבדות"

➤ תפקיד התקשורת

➤ תאריך חגיגי

➤ העדפה מינית מעורפלת

➤ קורבנות תקיפה מינית

אובדנות: הערכת סיכון אחרי נסיון

כוונה אובדנית:

➤ המשאלה למות

➤ תיכנון

➤ מכתב התאבדות

➤ תיזמון בו הצלה אינה אפשרית

➤ תוכנית קונקרטיית

מסוכנות:

➤ השיטה (בנים/בנות)

➤ נזק רפואי

➤ מצב פסיכוטי

➤ יאוש וחוסר תקווה

➤ כוונה אובדנית ממשית

➤ העדר מערכת תמיכה

➤ אגיטציה

תירגול

Who should get a bad in your adolescent close ward?

Jeff, 17y



- Second of 3 brothers
- Suicide ideation for 2 w
- Mild depression
- Failed in final exams
- No family history
- Lots of friends
- Often fights
- Mother sick (BC)
- Steady relationships

Kathy, 16 y



- First of 2, divorced
- Suicide attempt 2h
- Dysthymia
- NSSI in the past y
- Family Hx of mood
- Feels lonely
- Impulsive
- Boarding school
- Unstable relations

Sexual Abuse

1. בכל מחקר שנעשה בעולם נמצא כי פגיעה מינית (sexual abuse) היא גורם סיכון משמעותי להתנהגות אובדנית ולהתאבדות.
2. פגיעה מינית מוקדמת בגיל הילדות מעלה עוד יותר את הסיכון
3. עפ"י ארגון בריאות הנפש העולמי (WMH) שכיחות פגיעה מינית באוכלוסיה היא 3.2% (lifetime prevalence).
4. בסקר גדול שנעשה ע"י WMH נמצא כי בקרב אנשים עם התנהגות אובדנית שכיחות הסטוריה של פגיעה מינית בעברם היא פי 3.4 לאלו ישי להם רק מחשבות אובדניות, פי 4.6 לאלו שעשו נסיון.
5. ילדים שניסו להתאבד (גילאי 4-12) מדווחים פי 11 מאוכלוסיה תקינה על פגיעה מינית. זהו גורם סיכון חזק יותר מפגיעה פיזית (פי6) מות הורה (פי2) גירושי הורים (פי3).
6. בסקירת 16 מדינות ברמות סוציאקונומית שונה, בכל מדינות בעולם, פגיעה מינית בילדות מנבאת נסיון אובדני מתוכנן (לא אימפולסיבי).

תסמונת המשבר האובדני

suicidal crisis syndrome

(Galynker 2017)

- מחשבות כרוניות ממושכות ואז משבר חריף ונסיון אובדני או התאבדות
- יש לטפל מהר במשבר אך גם לטפל במטופל ובמשפחתו אחרי המשבר למניעת המשבר הבא
- גורמי סיכון לעבור ממצב כרוני למצב חריף: הלכדות (entrapment), הפרעה חריפה במצב הרוח, הפרעה קוגניטיבית, עוררות יתר (אגיטציה, אינסומניה, איריטביליות) נסיגה חברתית (בדידות והסתגרות חברתית).

First responders



COULD I HAVE

done more?

Don't blame yourself. We've got your back.
Speak to someone.

 **AMBER**

1800 GO AMBER (1800 462 623)

 **St John**

לשבור את קשר
השתיקה
תופעת
הרופאים
המתאבדים

 @theNAMedicine

400
U.S. physicians take
their own lives
every year.

Let's talk about it.

Breaking the Culture of Silence on Physician Suicide

An NAM Perspective

Source: Andrew & Brenner, 2015

www.nam.edu/Perspectives



APA 2018

News > Medscape Medical News > Conference News > APA 2018

Physicians Experience Highest Suicide Rate of Any Profession

Pauline Anderson

May 07, 2018

Suicide rate of doctors is the highest of any profession and DOUBLE that of the general population, study finds

- Between 300 and 400 doctors commit suicide in the US every year, the highest rate of any profession
- Many are diagnosed with substance abuse problems, mood disorders or depression prior to suicide but fail to seek treatment
- Studies have shown there is fear that they will be stigmatized or that treatment will put their medical license in jeopardy

By MARY KEKATOS FOR DAILYMIL.COM

PUBLISHED: 23:02 BST, 31 May 2018 | UPDATED: 00:18 BST, 1 June 2018

ארה"ב 2018: שיעורי אובדנות רופאים עמדו על 28-40 מקרים ל 100,000 - ; באוכלוסיה הכללית, שיעורי האובדנות עמדו על 12.3 מקרים ל 100,000 - אנשים. כלומר, בקרב רופאים שיעורי אובדנות גבוהים כפליים, בהשוואה לאוכלוסיה הכללית.



Did you know...

An estimated
300-400
physicians die by suicide each
year in the U.S.



The suicide rate among
male physicians is

1.41

times higher than the
general male population.



The suicide rate among
female physicians is

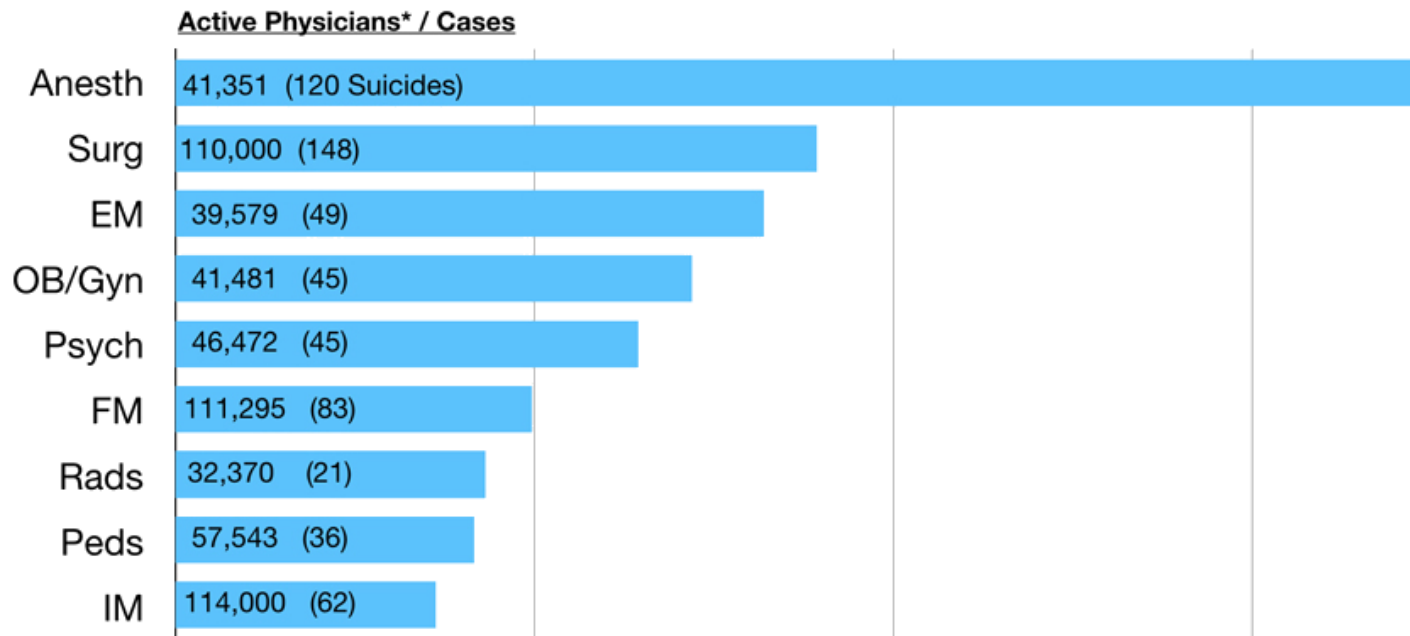
2.27

times higher than the
general female population.

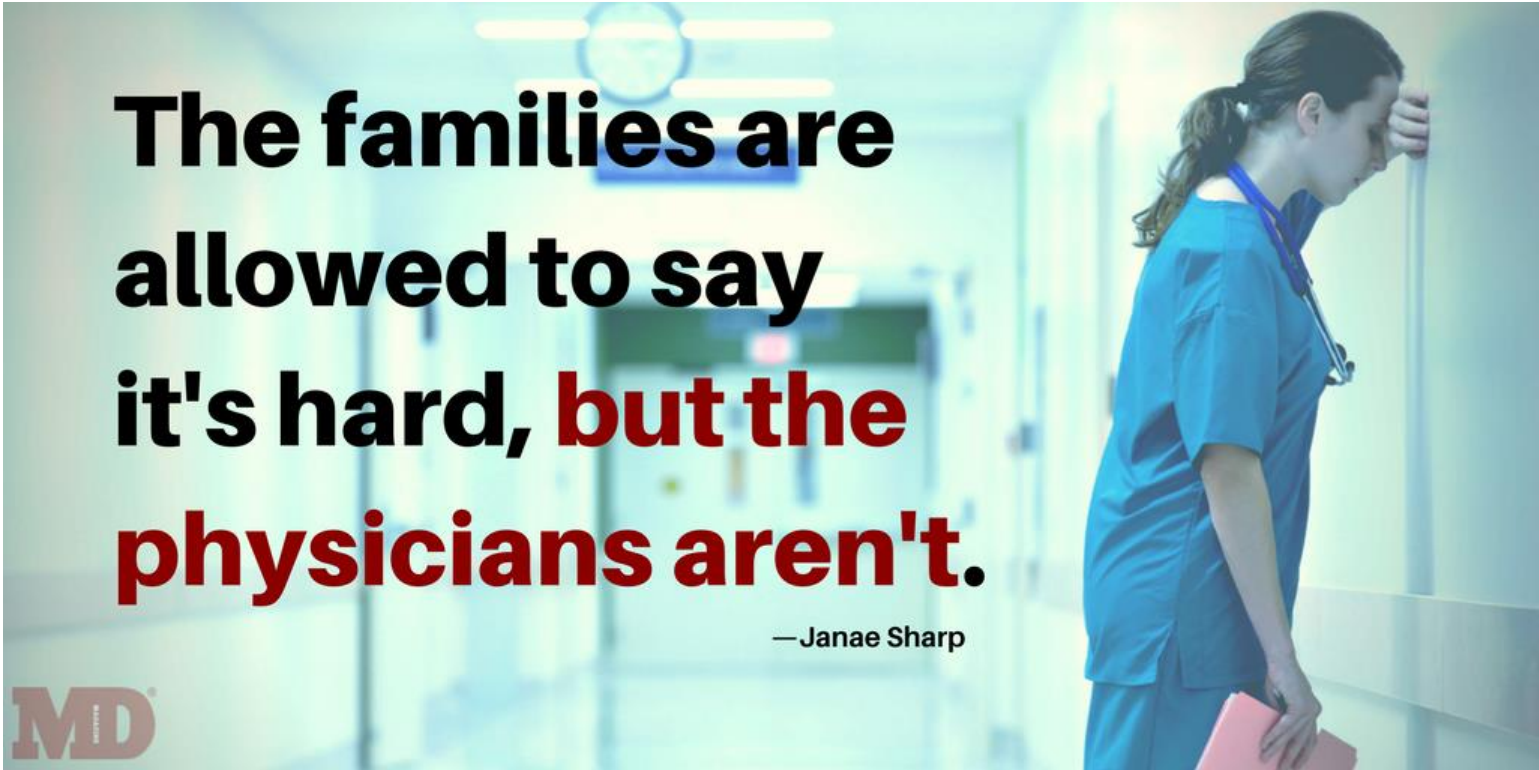


1,013 Physician Suicides By Specialty

Suicides Based On Active Physicians Per Specialty



* Active physicians based on 2016 AAMC Physician Specialty Data Report



**The families are
allowed to say
it's hard, but the
physicians aren't.**

—Janae Sharp

Nearly every article about a physician's suicide contains a quotation from some close contact, occasionally a spouse, saying something like, "**I never had any idea that he/she was suffering.**"

If you don't ask you don't know

- 90% of suicide victims suffered from a mental disorder
- 60% of suicide victims met their primary care physician in the month prior to suicide

Mann et al., JAMA, 2005

- Asking is not dangerous

Gould et al., JAMA 2006



לשאול או לא לשאול?

לשאול או לא לשאול?

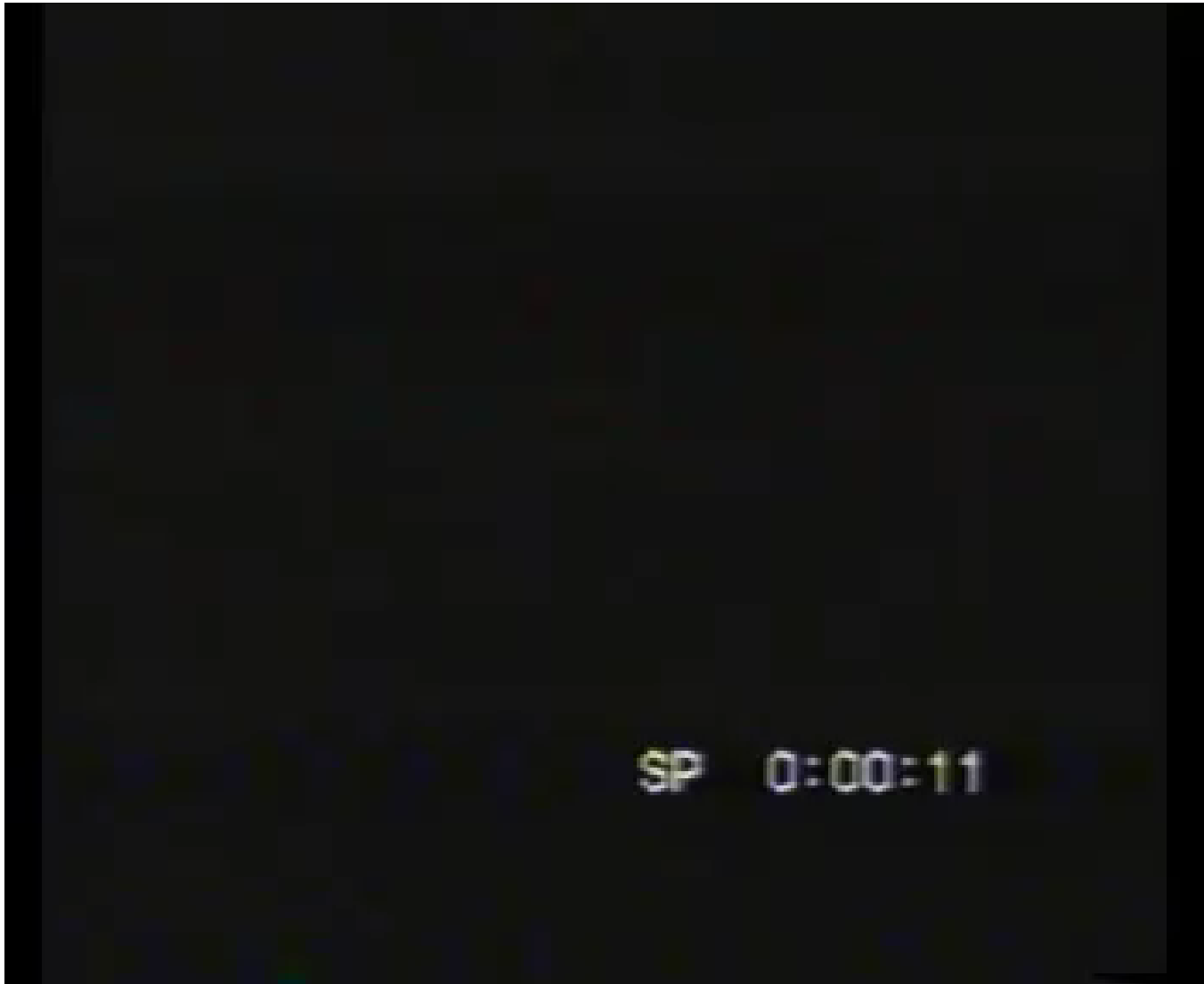
•השאלה על אובדנות אינה "מכניסה רעיונות לראש"

Gould MS et al., JAMA 2005

Media effect

The Ad Age Group

Media effect



Suggested Mechanisms:

- Psychological
- Biological
- GxE interaction

Deep Emotional Pain

- כאב נפשי עמוק היא התימה החוזרת בכל התיאוריות הפסיכולוגיות על התאבדות (Selby 2014)
- עם זאת מדובר בהתנהגות מורכבת קשה להסבר פשוט ולא ניתנת לחיזוי (Kastenbaum 2003)





מה תאמר לאדם שעל הגג?

אבשלום אליצור וחיים עומר 2001

pdf - Adobe Reader.מה תאמר לאדם שעל הגג.

קובץ עריכה תצוגה חלון עזרה

הערה כלים

150% 18 / 1

מה תאמר לאדם שעל הגג?

הצעה לטקסט למניעת התאבדות בזמן אמת

ד"ר אבשלום אליצור^א
פרופ' חיים עומר^ב

תקציר: לנוכח חסרוננו של טקסט בסיסי למניעת התאבדות בספרות המקצועית, אנו מציעים דוגמא לטקסט כזה ודנים בשימושיו. מטרת הטקסט היא לשמש בסיס לפנייה אל כל מתאבד, ידוע או אנונימי, ובפרט במצבים בהם לזמן תפקיד מכריע, כשהמתאבד עומד לבצע את מעשהו בכל רגע ומצוי מחוץ להישג ידה של התערבות פיזית. טקסט זה עשוי לשמש גם כפנייה אנונימית לכל מתאבד פוטנציאלי העשוי להגיע אל מסר כזה דרך אמצעי התקשורת, כדוגמת האינטרנט. לנוכח העובדה שמתאבדים פוטנציאליים רבים סורקים אמצעים אלה כדי לבקש רעיונות לאמצעי ביצוע או לחיזוק כוונתם, ראוי שגם טקסט נוגד התאבדות יהיה נגיש להם באותה מידה.

11.69x16.54 אינץ' < OneNote 2016

11:44 15/05/2017

מה תאמר לאדם שעל הגג?

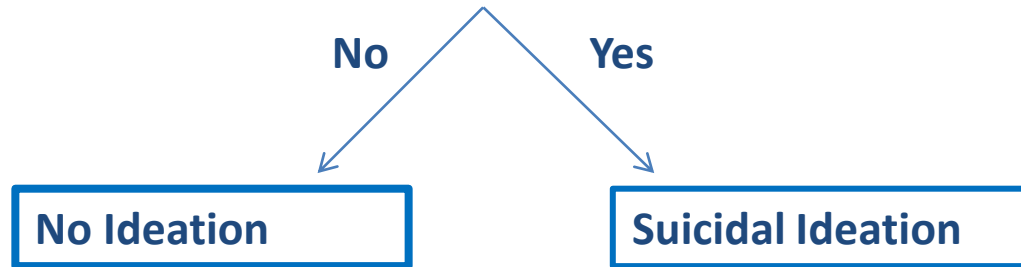
מאפיינים אוניברסליים:

1. תחושת בדידות וניתוק ("אף אחד לא מבין
מה אני מרגיש")

2. צמצום מרחב מנטלי (tunnel vision)
בלתי חדיר לתכנים ומסרים חיצוניים. ככל
שאובדני יותר פחות מעונין בעזרה

Omer H, Elitzur AC. What would you say to the person on the roof?
Suicide Life Threat Behav. 2001 ;31:129-39; Orbach I discussion pp. 140-3.
Shneidman, E. (1982) Voices of Death. N. Y.: Harper & Row.

Are you in pain and hopeless?



2. Does your pain exceed your connectedness?



3. Do you have the capacity to attempt suicide?



Klonski 2017

Mental pain as a mediator of suicidal tendency: A path analysis

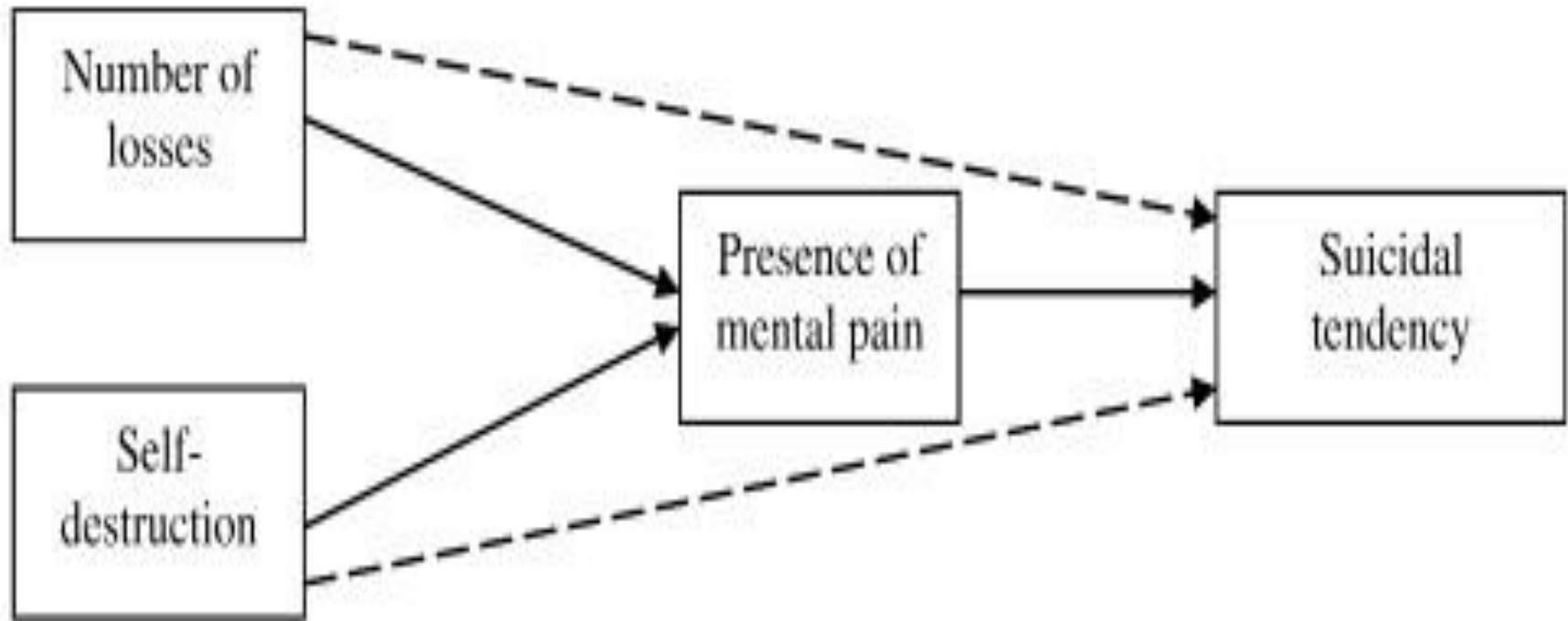


Fig. 1. Proposed model of suicidal tendency. If a mediation effect occurs, the broken lines which represent direct links between the predicting and the predicted variables are annulled (i.e. full mediation) or reduced (i.e. partial mediation).

PSYCHIATRIC DISORDER IN SUICIDE

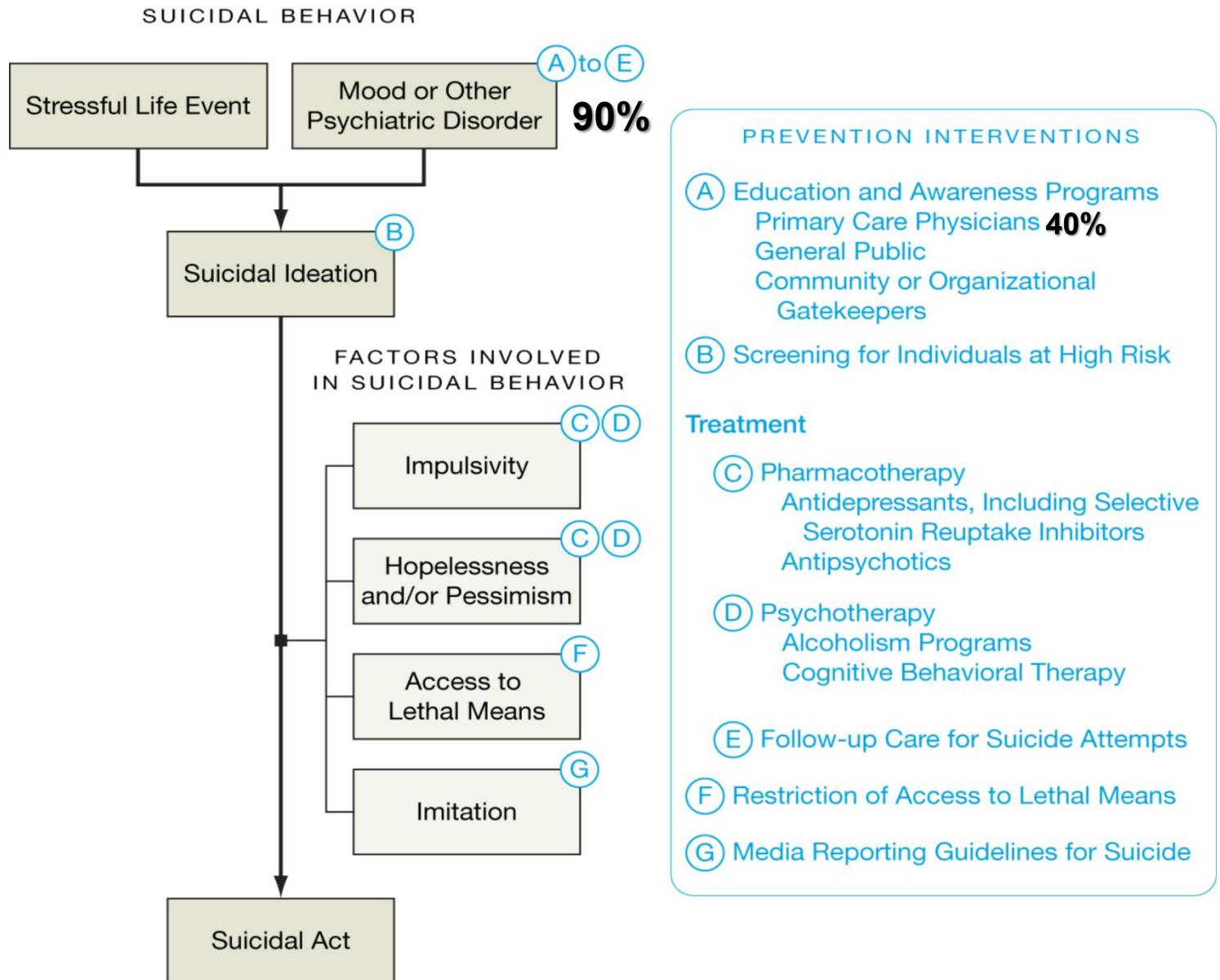
— PSYCHOLOGICAL-AUTOPSY STUDIES —

LOCATION	N	YEARS	%
Israel	43	mid-1980s	90%
*New York	120	1984–1986	90%
Finland	53	1987–1988	94%
*Pittsburgh	140	1984–1994	82%

From David Shaffer with Permission

Apter 1993, Shaffer 1996, Marttunen 1991, Brent 1999; *case-control studies

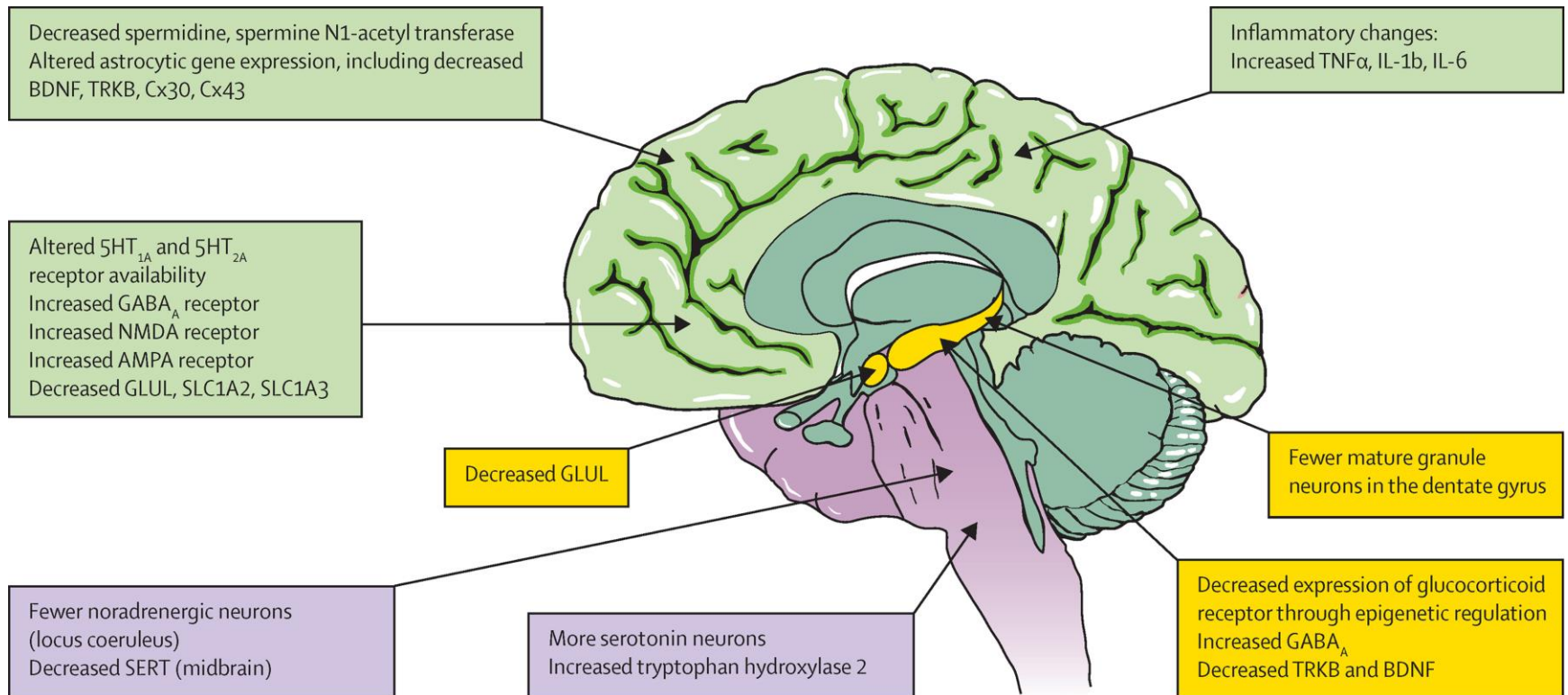
Mann's stress-diathesis model



Suggested Mechanisms:

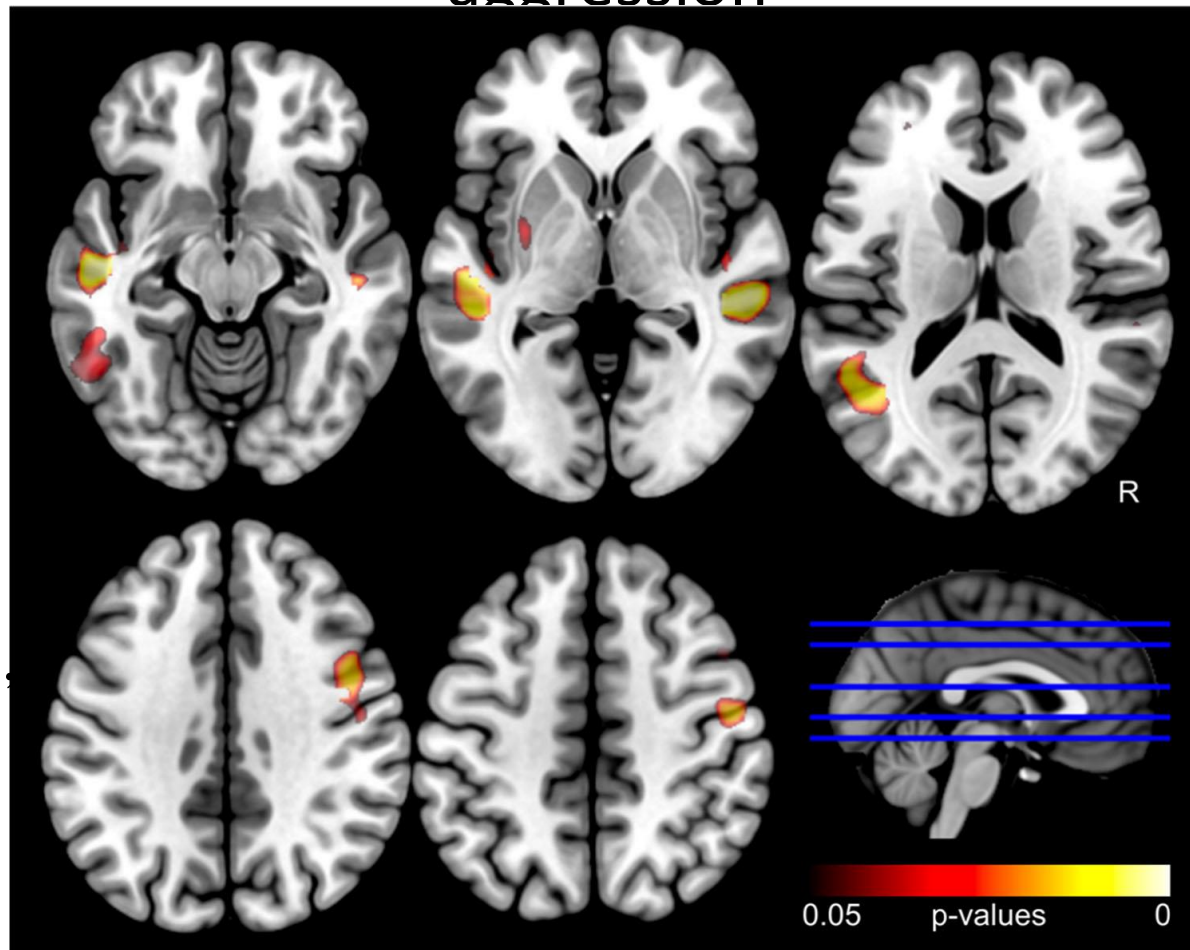
- Psychological
- Biological
- GxE interaction

Turecki and Brent Lancet 2015



Reduced volumes of Caudate and Putamen in individuals with vs. without a family history of suicide

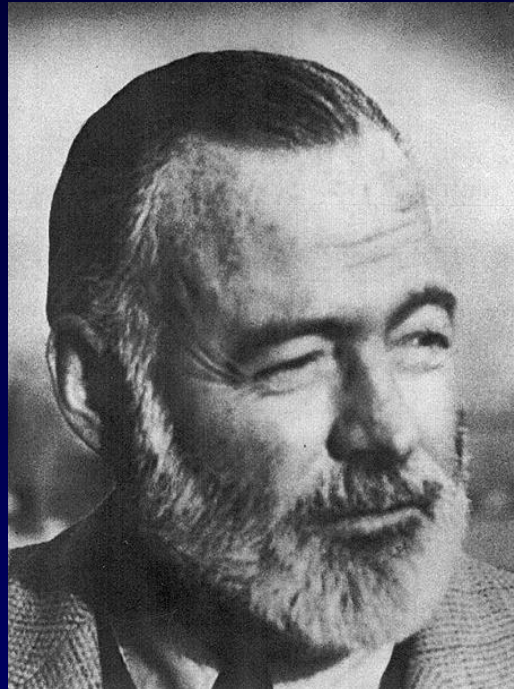
* correlated with mental pain and teen Hx of aggression



Jollant et al.,
2018

Suicidal Behavior Runs in Families

(A Roy et al 1990, DA Brent et al., 1996)



Ernest Hemingway

- MZ 13 times more risk of suicide than in DZ (Roy 1990)
- 5HT_{2A} gene expressed more and SKA2 gene expressed less in brains of teens suicide victims (Pandey G. Int NPP, 2002)

Suggested Mechanisms:

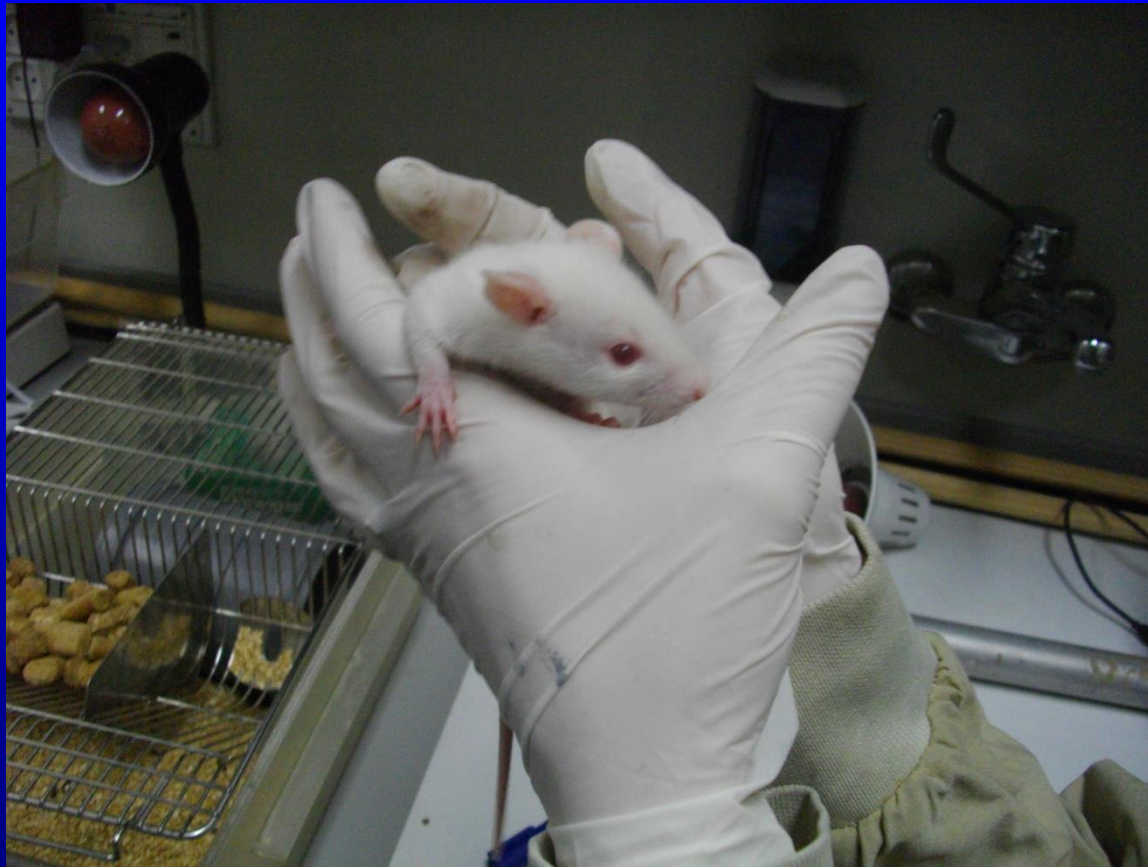
- Psychological
- Biological
- **GxE interaction**

Suggested model

G x E x  x T → D

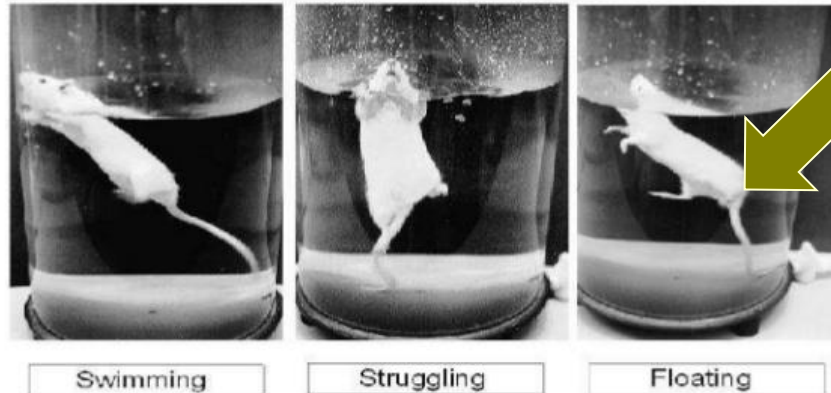
Zalsman G. Timing is critical. Eur Psychiatry. 2010;25(5):284-6

WKY= Wistar Kyoto “Depressed” rat

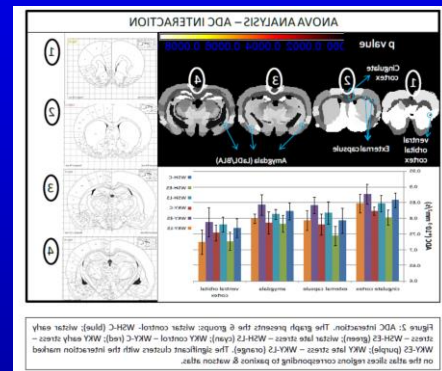


Forced Swim Test

Forced Swimming



Despair



WKY rats with genetic vulnerability to depression
are more depressed in adulthood if exposure to stress
was in early development

=

Gene X Environment X Timing Interaction

טיפול בהתנהגות אובדנית

אובדנות - טיפול

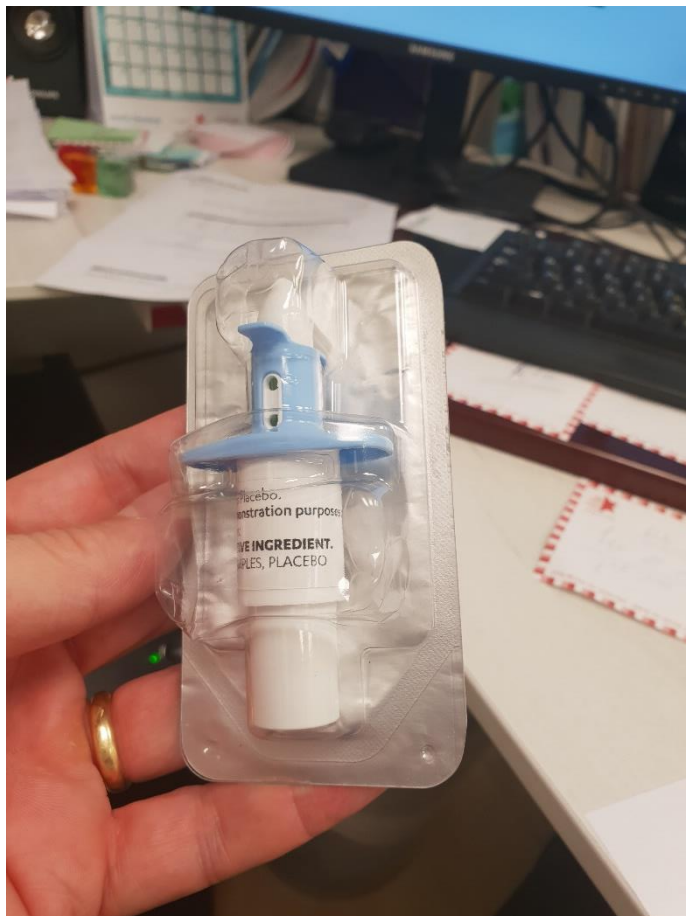


- התייחסות רצינית !!!
- תיעוד!!!!!!!
- השגחה!!!!!!
- הרחקת אמצעים (נשק, סורגים) ותיעוד
- איתור מוקדם של מצבי מצוקה והפניה ליעוץ
- לימוד דרכי התמודדות
- הקטנת לחצים
- טיפול מקצועי באוכלוסיה בסיכון—טיפול
- מוקדם בדכאון פרוזק!!!!
- מייצבים וקלזפין
- Safety plan
- מניעה ברמה לאומית



Ketamine raise BDNF in hippocampus 30 min later
Milak Mol Psy 2015

Intranasal Es- Ketamine



■ ניבוי?



Why is suicide so hard to predict?

A rare event (low base rate) is always hard to predict

- It is easier to predict how many days it will rain in March of 2016 in London than in Dubai
- Buying 10 lottery tickets rather than 1 will increase the chances of winning the lottery X10, yet very low chance to win....
- It is easy to predict who, out of 100 psychiatric patients who are very high-risk for suicide, will not commit suicide than who will.



■ מניעה ברמה לאומית

Lancet Psychiatry 2016

Articles

Suicide prevention strategies revisited: 10-year systematic review



Gil Zalsman, Keith Hawton, Danuta Wasserman, Kees van Heeringen, Ella Arensman, Marco Sarchiapone, Vladimir Carlj, Cyril Höschl, Ran Barzilay, Judit Balazs, György Purebl, Jean Pierre Kahn, Pilar Alejandra Sáiz, Cendrine Bursztein Lipsicas, Julio Bobes, Doina Cozman, Ulrich Hegerl, Joseph Zohar

Summary

Background Many countries are developing suicide prevention strategies for which up-to-date, high-quality evidence is required. We present updated evidence for the effectiveness of suicide prevention interventions since 2005.

Lancet Psychiatry 2016

Published Online

June 8, 2016

<http://dx.doi.org/10.1016/>

THE LANCET Psychiatry

Volume 3 · Issue 7 · July 2016

www.thelancet.com/psychiatry



Comment

Schizophrenia: inorganic no more
See page 600

Articles

Psilocybin with psychological support for
treatment-resistant depression
See page 619

Articles

Suicide prevention strategies revisited:
10-year systematic review
See page 646

Experts in suicide research from all over Europe.

- United Kingdom
- Sweden
- The Netherlands
- Ireland
- Italy
- Czech Republic
- Hungary
- France
- Spain
- Germany
- Romania
- Israel



Classification of evio



Oxford Criteria for Evidence Strength



Oxford Centre for Evidence-based
Medicine – Levels of Evidence
(March 2009).

Level	Therapy / Prevention, Aetiology / Harm	Prognosis	Diagnosis	Differential diagnosis / symptom prevalence study	Economic and decision analyses
1a	SR (with homogeneity*) of RCTs	SR (with homogeneity*) of inception cohort studies; CDR" validated in different populations	SR (with homogeneity*) of Level 1 diagnostic studies; CDR" with 1b studies from different clinical centres	SR (with homogeneity*) of prospective cohort studies	SR (with homogeneity*) of Level 1 economic studies
1b	Individual RCT (with narrow Confidence Interval";)	Individual inception cohort study with > 80% follow-up; CDR" validated in a single population	Validating** cohort study with good" " " reference standards; or CDR" tested within one clinical centre	Prospective cohort study with good follow-up****	Analysis based on clinically sensible costs or alternatives; systematic review(s) of the evidence; and including multi-way sensitivity analyses
1c	All or none§	All or none case-series	Absolute SpPins and SnNouts" "	All or none case-series	Absolute better-value or worse-value analyses " " " "
2a	SR (with homogeneity*) of cohort studies	SR (with homogeneity*) of either retrospective cohort studies or untreated control groups in RCTs	SR (with homogeneity*) of Level >2 diagnostic studies	SR (with homogeneity*) of 2b and better studies	SR (with homogeneity*) of Level >2 economic studies

A green rectangular road sign with rounded corners and a white border. The word "Results" is written in large, white, sans-serif capital letters. The sign is mounted on two wooden posts. The background is a bright blue sky filled with fluffy white clouds.

Results

Results

1797 studies were identified including:

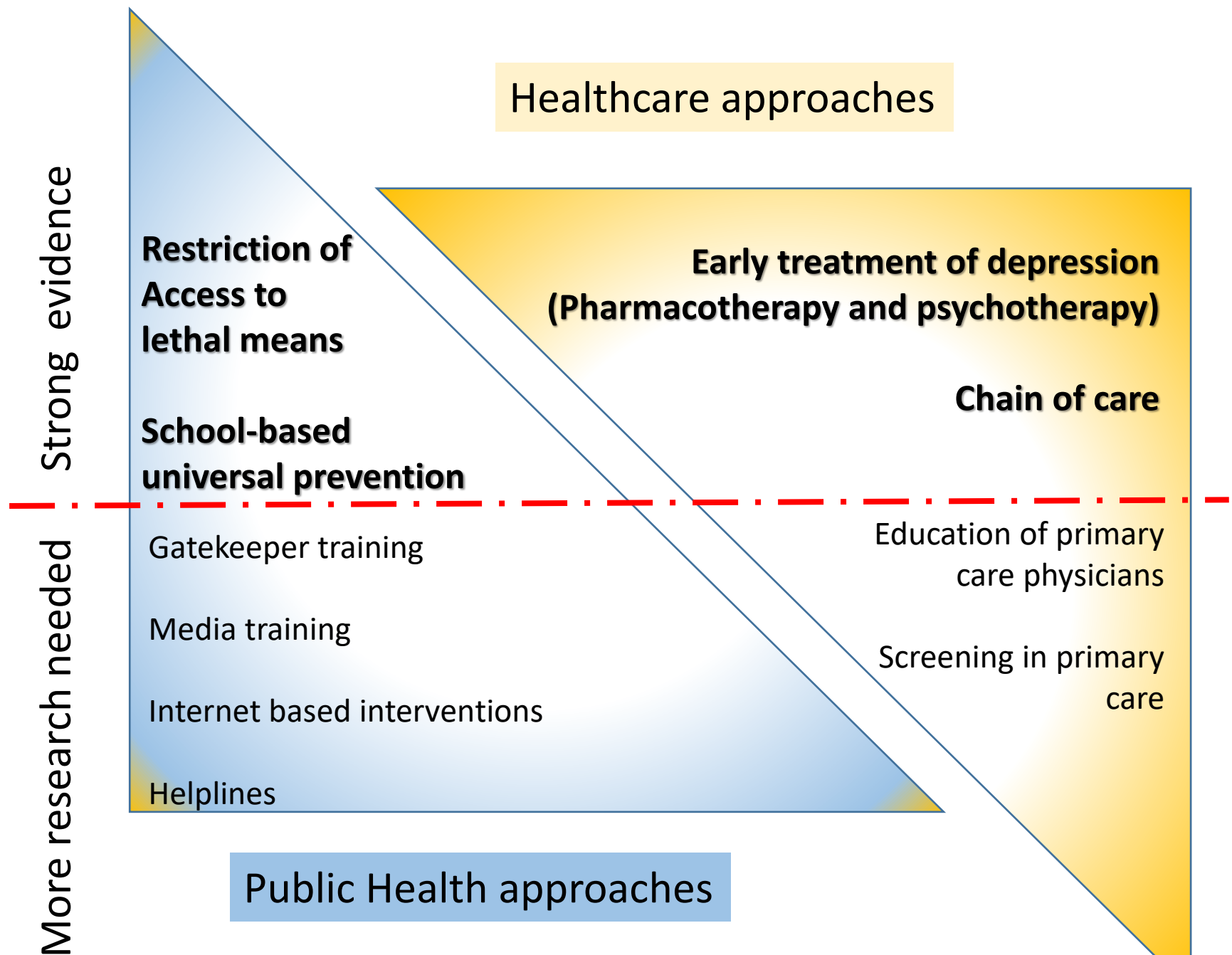
23 systematic reviews,

12 meta-analyses,

40 randomized controlled trials (RCTs),

67 cohort trials,

22 ecological or population-based



מה הוכח כעובד במניעת התאבדות?

- הרחקת אמצעים
- טיפול אגרסיבי תרופתי ופסיכולוגי בדיכאון
- רצף טיפולי
- תוכנית מניעה מקיפה בבתי ספר
- קשר אישי



Contents lists available at ScienceDirect

European Psychiatry

journal homepage: <http://www.europsych-journal.com>



Original article

Psychological autopsy of seventy high school suicides: Combined qualitative/quantitative approach



G. Zalsman^{a,b,*,1}, Y. Siman Tov^{c,d,1}, D. Tzuriel^{c,e}, G. Shoval^a, R. Barzilay^a,
N. Tiech Fire^d, M. Sherf^f, J. John Mann^b



N=70 post mortem cases

Zalsman et al., Eur Psychiatry, 2016

“Typical” suicide victim in Israeli schools 2003-2011(n=70)

- **Male**
- **Low SES**
- **Low graded school**
- **Academic difficulties**
- **School counselor knows him**
- **Suicide risk undetected**
- **Truancy!!**
- **Mean 4 negative life events** (SD 2.5)
- **Low self disclosure** (Horesh Zalsman and Apter 2004)
- **Length of crisis 0.8 year**
- **Peers knew (46%)**
- **Trigger: interpersonal discord M/P humiliation (60%)**
- **Hanging (72%) near home (67%) late night (95%) during January (23%) or September (17%)**



tell someone

encourage
ask for help
listen

Suicide is the **third**
leading cause of
death among young
people ages
15 to 24.

National Suicide
Prevention Lifeline
1-800-273-TALK (8255)

24/7 free and confidential,
nationwide network
of crisis centers.

הגבלת אמצעים

Golden Gate - San Francisco

Suicide “Hot Spot”





Okland Bridge SF



No suicides

Moher Cliffs, Ireland



Moher Cliffs, Ireland



Hot Spot: Maharashtra State, Government Headquarter, Mumbai, India (2019)





מגדלי עזריאלי

- הורים לצעירים שהתאבדו תובעים את מגדלי עזריאלי: לא מונעים את האפשרות להתאבד (גלובס)
- התובעים: קבוצת עזריאלי היתה צריכים לצפות כבר בשלב תכנון המגדלים שהמקום יהפוך "אבן שואבת" לצעירים המתכננים להתאבד בקפיצה, והיה עליה לחסום את הנגישות למרפסות לאחר שהחלו ההתאבדויות מהמקום
- נועם שרביט 13:18, 16/11/2008
- שתי משפחות שיקיריהן התאבדו בקפיצה ממגדלי עזריאלי תובעות בבית המשפט המחוזי מרכז כ-10 מיליון שקל מקבוצת עזריאלי (קנית השלום השקעות) ומחברת הניהול של מגדלי עזריאלי בתל-אביב, בטענה לרשלנותם באי-גידור המגדלים ובאי-מניעת האפשרות להתאבד מהם.

07:58 91% 4G

20

חוסר אחריות: דובר רכבת ישראל מתן ברקוביץ' התייחס אמש (שני) בתכנית 'הצנרת' להחלטה השנויה במחלוקת להפיץ בתקשורת את תיעוד סרטון ההתאבדות, שזעזע רבים במדינה:

"התאבדות ברכבת זה אקט אלים שפוגע נפשית באלפי נוסעים ושולל מהנהג את הזכות לעבוד", כתב ברקוביץ'. "רוצה לקחת לעצמך את החיים? קח את זה בבית עם כדורים. עם כל ההצטדקויות, משפחת המנוח מודאגת יותר ממהות האירוע מאשר למה פורסם".

f

wa

tw

לכל התגובות

במחיר משתלם*

שונה מתקדם. NEXT EDGE

לפרטים נוספים

שבת חתן חוגגים במלון פרימה לינק בפתח תקווה! לפרטים

07:57 92% 4G

20



רכבת ישראל. צילום: הדס פרוש, פלאש 90

רכבת ישראל: רוצים להתאבד? עשו זאת בבית עם כדורים

בפרסום חסר אחריות, התייחס דובר רכבת ישראל להחלטה השנויה במחלוקת להפיץ בתקשורת את תיעוד סרטון ההתאבדות, שזעזע רבים במדינה: "רוצה לקחת לעצמך את החיים? קח את זה בבית עם כדורים"

27/11/18 08:36 לינור בר-אל

f

wa

tw

א

שבת חתן חוגגים במלון פרימה לינק בפתח תקווה! לפרטים



blue light decre x | Does the install x | Does the install x | Does the install x | Untitled x | The Amazing Ps x | New Tab x | +


File | file:///C:/Users/user.LAPTOP-OLFHQFM6/Desktop/blue%20light.pdf

Apps Google PubMed - NCBI אחרון תפוסה בבתי החו לאומי דיגיטל - בנק לא Columbia University TAU Automatic Vacat Apple Music - Apple Other bookmarks

Does the installation of blue lights on train platforms prevent suicide? A before-and-after obs...1 / 4


Journal of Affective Disorders 147 (2013) 385–388

Contents lists available at SciVerse ScienceDirect

 **ELSEVIER**

Journal of Affective Disorders

journal homepage: www.elsevier.com/locate/jad




Preliminary communication

**Does the installation of blue lights on train platforms prevent suicide?
A before-and-after observational study from Japan**

Tetsuya Matsubayashi ^{a,1}, Yasuyuki Sawada ^{b,1}, Michiko Ueda ^{c,*,1}

^a University of North Texas, USA
^b The University of Tokyo, Japan
^c Syracuse University, 100 Essex Hall, Syracuse, NY 13244, USA

 CrossMark

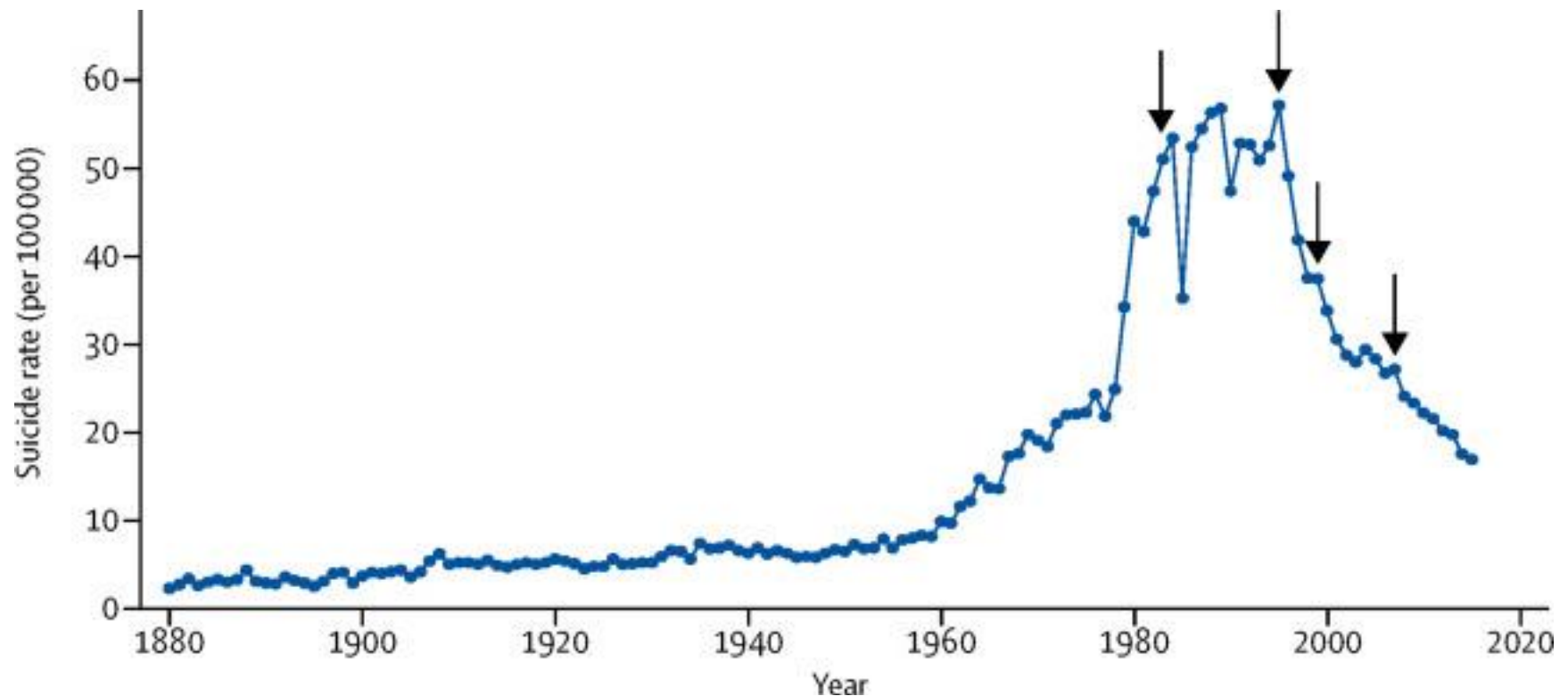
blue light suicide.pdf

Show all

13:35
31/12/2018

Incidence of suicide in Sri Lanka, 1880–2015

Arrows show timing of pesticide bans



Knipe et al., 2017

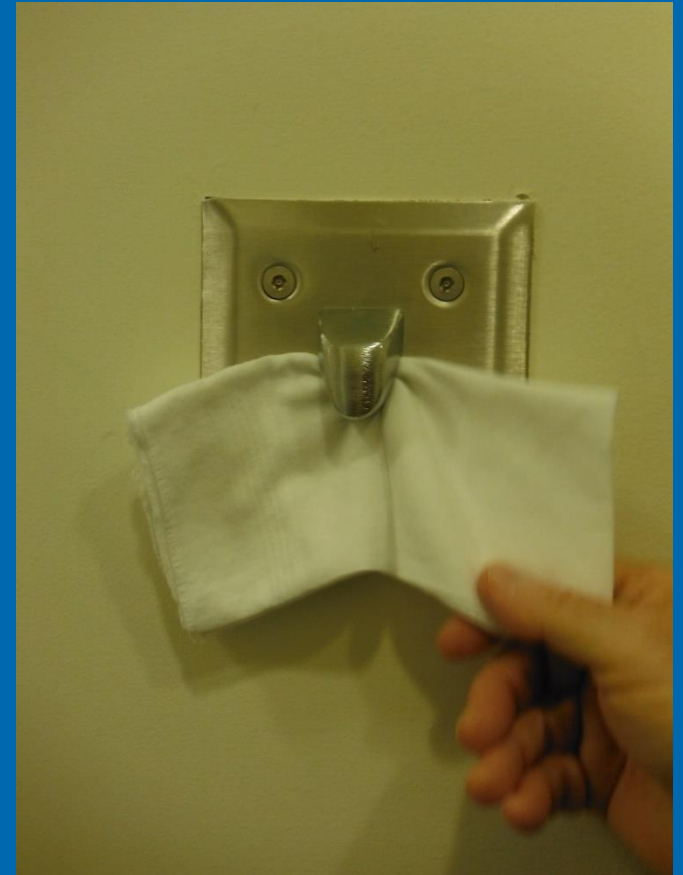
סביבה בטוחה במחלקה

● המקום המסוכן ביותר

בבי"ח - המקלחת!!!

● כל נקודת עגינה מסוכנת

Shepard Pratt Hospital, Baltimore, Maryland



“Anti-suicide” shower head



Engel & Zalsman IJAMH, 2005



McLean Hospital, Harvard University, Boston



Limiting pack size of analgesics (Paracetamol & Salicylates) 16/9/98

UK legislation on analgesic packs: before and after study of long term effect on poisonings

Keith Hawton, Sue Simkin, Jonathan Deeks, Jayne Cooper, Amy Johnston, Keith Waters, Morag Arundel, William Bernal, Bridget Gunson, Mark Hudson, Deepak Suri, Kenneth Simpson

- **Deaths lower by 22%**
- **Non fatal OD lowered by 29%**
- **Liver transplant reduced by 30%**
- **Some shift to ibuprofen (not fatal)**

Hawton et al., BMJ, 2004



What this study adds

Legislation limiting pack sizes of analgesics has had sustained beneficial effects

Decreases have occurred in mortality and size of non-fatal overdoses and in admissions to liver units and liver transplants due to paracetamol poisoning

Although some substitution with ibuprofen may have occurred, there is no evidence that this has affected mortality

נב

להשיג רק ב-SMALL

התרופות שמכילות פראמול (רשימת מלוקט)

- דקסמול
- דקסמול קיד (טבליות)
- דקסמול קולד
- פראמול קט
- אקמול
- אקמול צינון
- ליקוויל יום ולילה
- קולדקט
- ברונכולט פלוס
- פרקוסט
- אברול טבליות
- פנדול
- קודברול
- אקסדרין
- אקסידול

את אזורה כך תסייעו לאדם במצוקה

רוחם אליזרע

המענה המהיר ביותר לאדם שנמצא במצוקה קשה הוא פניית לאדם מקצועי כמו רופא, פסיכיאטר, פסיכולוג, תרופות. אם חלו אצל אדם שפרק אלים שינויים במצב הרוח הרגיל, והשיעור התנהגותי בגן עצב, התנהגות, ירידה בפעילות, שינויים במשקל, דיכורים על חוסר טעם בחיים, על ייאוש וכדומה – אל תהססו לפנות אליו באופן ישיר, כן ופתוח. תדעו כי במספר מקרים, הכינו את כמותכם להי קשיים ואת דאגתכם אם אתם חושבים בדבר כוונות אובדניות, ריבוי ניסיון את רגשותיכם כלפיו, את החשיבות שיש לו בעיניכם, את סליכם אם יפגע עצמו. אם יש חשש כי יפגע עצמו אל תשאירו אותו לבד. סלקו, עד כמה שתוכלו, כל אמצעי שבעזרתו הוא עשוי להזיק לעצמו. הביעו לפני את דאגתכם והבחינו כי תעשו כל שביכולתכם למנוע מפני להתאבד. עזרו אותו לפנות לעזרה מקצועית והזינו את העד הרב בפניה שבו. לפיו נשמי נרו לפנות לקרובי עזרה ראשונה נפשית) במספר 1203, או לפתח (פוט) והקטבה ברישית) דרך אתר האינטרנט.

לקטינים תרופה למיכה

חשיכה

הקטמול

דקסמול

אקמול

דקסמול קיד

דקסמול קולד

פראמול קט

אקמול

ליקוויל

קולדקט

ברונכולט פלוס

פרקוסט

אברול טבליות

פנדול

קודברול

אקסדרין

אקסידול

את אזורה כך תסייעו לאדם במצוקה

רוחם אליזרע

המענה המהיר ביותר לאדם שנמצא במצוקה קשה הוא פניית לאדם מקצועי כמו רופא, פסיכיאטר, פסיכולוג, תרופות. אם חלו אצל אדם שפרק אלים שינויים במצב הרוח הרגיל, והשיעור התנהגותי בגן עצב, התנהגות, ירידה בפעילות, שינויים במשקל, דיכורים על חוסר טעם בחיים, על ייאוש וכדומה – אל תהססו לפנות אליו באופן ישיר, כן ופתוח. תדעו כי במספר מקרים, הכינו את כמותכם להי קשיים ואת דאגתכם אם אתם חושבים בדבר כוונות אובדניות, ריבוי ניסיון את רגשותיכם כלפיו, את החשיבות שיש לו בעיניכם, את סליכם אם יפגע עצמו. אם יש חשש כי יפגע עצמו אל תשאירו אותו לבד. סלקו, עד כמה שתוכלו, כל אמצעי שבעזרתו הוא עשוי להזיק לעצמו. הביעו לפני את דאגתכם והבחינו כי תעשו כל שביכולתכם למנוע מפני להתאבד. עזרו אותו לפנות לעזרה מקצועית והזינו את העד הרב בפניה שבו. לפיו נשמי נרו לפנות לקרובי עזרה ראשונה נפשית) במספר 1203, או לפתח (פוט) והקטבה ברישית) דרך אתר האינטרנט.

יום שני, 11 באדר א תשע"ט | 15 מתוך 75

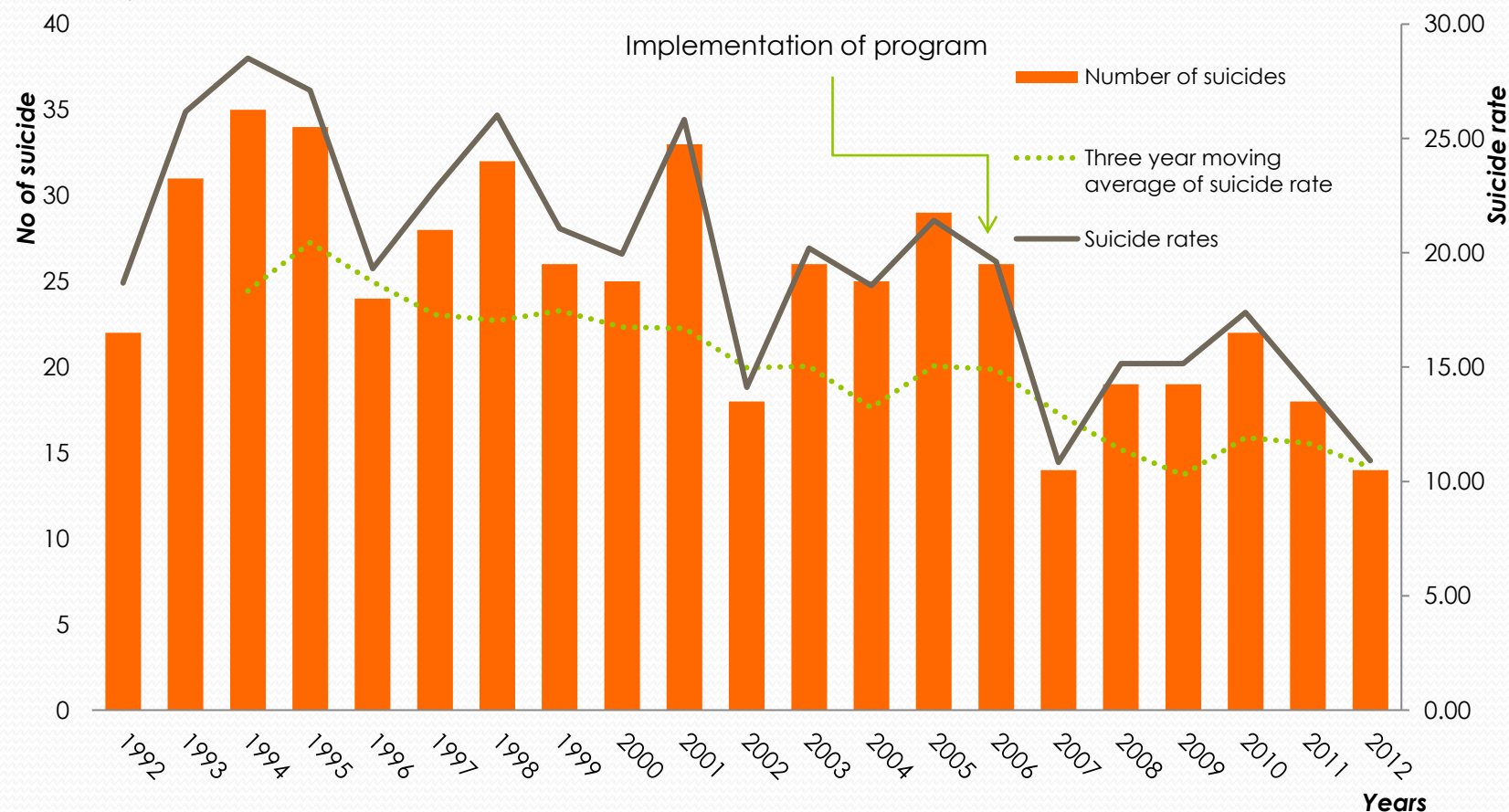
גליונות קודמים

מוספים

ניווט מהיר

IDF suicide rate in 20 years – effect of guns restrictions

Fig 1 Number of suicides, suicide rates, and three year moving average for rates of suicide, IDF Mandatory service, 1992-2012



Lubin G et al., 2010; Laor L unpublished data; Shelef et al., 2016 in press

לסיכום ■

מסרים



- אובדנות נפוצה יותר ממה שידעתם
- רופאים וצוותי רפואה הם קבוצת סיכון
- פסיכופתולוגיה+אירועי חיים מביאים למחשבה אובדנית
- זמינות אמצעים וגורמים אחרים מביאים לנסיון אובדני
- לא ניתן לנבא מי יתאבד
- ניתן למנוע חלק מאירועי האובדנות
- לשאול על אובדנות לא מסוכן ויכול להציל חיים
- קיימת תוכנית מניעה ברמה לאומית
- חשיבות קשר אישי ותמיכה

Small Talk Saves Lives – Samaritans

Sara Wilson case



