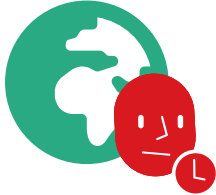


# 113 zelfmoord preventie

## Zelfmoord: feiten en cijfers



Wereldwijd sterven jaarlijks meer dan **700.000** mensen door zelfmoord. <sup>1</sup>



Het terugdringen van suïcides is complex en vergt een lange adem, maar suïcidepreventie is **mogelijk**. <sup>1</sup>



Het wereldwijde zelfmoordcijfer is **9 per 100.000** inwoners. <sup>2</sup>  
In Nederland ligt het iets hoger: rond de **10,5 per 100.000** inwoners. <sup>3</sup>



### Er is zelden één enkele oorzaak van suïcide.

De oorzaak ligt vaak in een complexe wisselwerking tussen de genetische eigenschappen, culturele invloeden en negatieve levensgebeurtenissen (bijvoorbeeld jeugdtrauma's, werkloosheid, of verlieservaringen). <sup>4</sup>

## Effectieve maatregelen

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) beschrijft vier effectieve maatregelen om suïcide te voorkomen, die tegelijkertijd in een land dienen te worden ingezet: <sup>5</sup>



Beperken van de toegang tot dodelijke middelen



Verantwoorde berichtgeving in de media



Bevorderen van sociaal-emotionele vaardigheden op scholen



Signaleren, behandelen en nazorg van iedereen met suïcidaliteit

Deze vier maatregelen zijn opgenomen in de [Landelijke Agenda Suïcidepreventie 2021-2025](#).



In Nederland sterven jaarlijks ruim **1.800** mensen door zelfmoord. Dit zijn **5** personen per dag <sup>3</sup>



Bij mannen komt zelfmoord ongeveer **twee keer zo vaak** voor als bij vrouwen <sup>3</sup>



De grootste risicogroepen zijn mannen tussen de **40 en 70** jaar oud <sup>3</sup> en mensen die een eerdere suïcidepoging hebben gedaan <sup>1</sup>



Zelfmoord is **doodsoorzaak nummer 1** onder jongeren van 10 tot 25 jaar <sup>3</sup>



40% van de suïcides was ten tijde van overlijden in zorg bij een **GGZ-instelling** <sup>6</sup>



Veel mensen zijn in contact met een **huisarts** voordat zij overlijden door zelfmoord: 93% in de 1-2 jaar en 50% in de maand voor hun overlijden <sup>7,8</sup>



Er zijn elk jaar ongeveer 3 keer meer zelfmoorden dan **verkeersdoden** in Nederland <sup>3</sup>



De kosten van een suïcide worden geschat op ongeveer **€ 2,8 miljoen** per suïcide <sup>9</sup>



Bij elke zelfmoord worden ongeveer 135 mensen getroffen. <sup>11</sup> Dit komt jaarlijks neer op **100 miljoen nabestaanden** van zelfmoord wereldwijd en 250.000 in Nederland



**Meer dan de helft** van de Nederlanders is wel eens in aanraking gekomen met suïcidaliteit (eigen gedachten of gedrag of van een ander) <sup>10</sup>



2 van de 3 Nederlanders ervaren een **groot taboe** op suïcide <sup>10</sup>



Zelfmoordpogingen komen ongeveer 25 keer meer voor dan zelfmoord. <sup>11</sup> In Nederland komt dit neer op bijna 50.000 pogingen per jaar, **135 pogingen per dag**.



Elk jaar zijn er in Nederland meer dan 15.000 spoedeisende hulp bezoeken na zelf toegebracht letsel <sup>12</sup>



Zelfmoordpogingen zonder dodelijke afloop komen vooral voor onder **jonge vrouwen** <sup>12</sup>

1. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

2. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>

3. CBS <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/7022gza/table?ts=1581944660935>

4. Turecki, G., & Brent, D. A. (2016). Suicide and suicidal behaviour. *Lancet* (London, England), 387(10024), 1227–1239

5. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026629>

6. Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd <https://www.igj.nl/zorgsectoren/geestelijke-gezondheidszorg/suicidemeldingen-en-suicidepreventie>

7. Elzinga, E., de Beurs, D., Beekman, A., Berkelmans, G., & Gilissen, R. (2021). Who didn't consult the doctor? Understanding sociodemographic factors in relation to health care uptake before suicide. *Journal of affective disorders*, 287, 158–164. <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0165032721002391?token=1CF1B93110615EFBC2FA91BF629F5588C40CDB7AC4685F0FD2B37328630BD80B61013DB193C1D9DA19AE-784A8994159D&originRegion=eu-west-1&originCreation=20211130092501>

8. de Beurs, D. P., Hooiveld, M., Kerkhof, A. J. F. M., Korevaar, J. C., & Donker, G. A. (2016). Trends in suicidal behaviour in Dutch general practice 1983–2013: a retrospective observational study. *BMJ Open*, 6(5), e010868. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-010868>

9. Deloitte, Maatschappelijke kosten van zelfdoding, 2021 <https://www2.deloitte.com/nl/nl/pages/about-deloitte/articles/wat-is-een-mensenleven-waard.html>

10. Panelstudie 113 Zelfmoordpreventie, uitgevoerd door SAMR, meting januari 2020

11. [https://www.113.nl/sites/default/files/113/2019\\_wspd\\_powerpoint\\_facts\\_and\\_figures.pdf](https://www.113.nl/sites/default/files/113/2019_wspd_powerpoint_facts_and_figures.pdf)

12. <https://www.veiligheid.nl/organisatie/publicaties/rapport-zelf-toegebracht-letsel-2015-2019>