

# 113 zelfmoord preventie

## *Suicide Facts and figures*



Wereldwijd sterven jaarlijks meer dan **800.000** mensen door zelfmoord, wat neerkomt op **1 persoon per 40 seconden**<sup>1</sup>



Zelfmoord is de **15<sup>e</sup>** belangrijkste doodsoorzaak wereldwijd, **1,4%** van alle sterfgevallen<sup>1</sup>



Het wereldwijde zelfmoordcijfer is **11,4 per 100.000** inwoners.<sup>1</sup> In Nederland schommelt het ook rond de 11 per 100.000 inwoners<sup>2</sup>

### *Strategieën*

met de sterkste evidentie voor zelfmoordpreventie zijn: <sup>1,2</sup>



Beperking van de toegang tot dodelijke middelen



Behandeling van depressie



Goede ketenzorg



Universele preventie op scholen



**Suïcidaliteit is complex en van veel factoren afhankelijk.**

Suïcidale gedachten ontstaan door een wisselwerking tussen genetische, psychische, sociale en culturele factoren, soms gecombineerd met ervaringen van trauma en verlies<sup>1</sup>



In Nederland sterven jaarlijks ongeveer **1.900** mensen door zelfmoord, wat neerkomt op **5** personen per dag<sup>3</sup>



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



De grootste risicogroep zijn mannen tussen de **40 en 70** jaar oud<sup>3</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>4</sup>



Ongeveer de helft van de mensen had contact met een **huisarts** in de maand voor de zelfmoord<sup>5</sup>



**Depressie** is de meest voorkomende psychiatrische stoornis bij mensen die overlijden door zelfmoord<sup>1</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 **€ 1,5 miljoen** per suïcide<sup>7</sup>



Bij elke zelfmoord worden ongeveer 135 mensen getroffen.<sup>1</sup> Dit komt neer op **108 miljoen nabestaanden** wereldwijd die jaarlijks worden getroffen door zelfmoord, en voor Nederland ruim 250.000 mensen per jaar (!)



**Meer dan de helft** van de Nederlanders is wel eens in aanraking gekomen met suïcidaliteit (eigen gedachten of gedrag of van een ander)<sup>6</sup>



2 van de 3 Nederlanders ervaren een **groot taboe** op suïcide<sup>6</sup>



Zelfmoordpogingen komen ongeveer 25 keer meer voor dan zelfmoord.<sup>1</sup> In Nederland komt dit neer op bijna 50.000 pogingen per jaar, **135 pogingen per dag**.



Hiervan komen meer dan 15.000 pogingen per jaar (40 pogingen per dag) op de **spoedeisende hulp**<sup>8</sup>



Zelfmoordpogingen zonder dodelijke afloop komen vooral voor onder **jonge vrouwen**<sup>8</sup>

<sup>1</sup> facts and figures [www.iasp.info/wspd/pdf/2019/2019\\_wspd\\_facts\\_and\\_figures.pdf](http://www.iasp.info/wspd/pdf/2019/2019_wspd_facts_and_figures.pdf)

<sup>2</sup> Zalsman, et al (2016). Suicide prevention strategies revisited: 10-year systematic review. The Lancet Psychiatry, Volume 3, Issue 7. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S221503661630030X>

<sup>3</sup> Centraal Bureau voor de Statistiek <https://opendata.cbs.nl/statline/#/CBS/nl/dataset/7022gza/table?ts=1581944660935>

<sup>4</sup> Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd <https://www.igj.nl/zorgsectoren/geestelijke-gezondheidszorg/suicidemeldingen-en-suicidepreventie>

<sup>5</sup> Luoma et al, 2002

<sup>6</sup> Panelstudie 113 Zelfmoordpreventie, uitgevoerd door SAMR, meting januari 2020

<sup>7</sup> Kennely, 2007; McDaid et al., 2009

<sup>8</sup> VeiligheidNL <https://www.veiligheid.nl/organisatie/publicaties/cijferreportage-letsels-2018>