

# Mehr Suizidgedanken als Folge der Corona-Pandemie

## **10. September – Welttag der Suizidprävention**

Der Welttag zur Suizid-Prävention (WSPD) wurde durch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) und die gemeinnützige Nichtregierungsorganisation „International Association for Suicide Prevention“ 2003 (IASP) ins Leben gerufen, um die Weltöffentlichkeit über das tabuisierte Thema Suizid zu informieren. Er wird jährlich am 10. September begangen. Gemeinsam mit Nationale Suizidpräventionsprogramm (NaSPro) und Deutsche Akademie für Suizidprävention DASP) e.V. stellt die DGS in diesem Jahr auf der Pressekonferenz eine Videobotschaft zum Welttag bereit.

## **Zahlen und Fakten weltweit**

Demnach nahmen sich etwa 800.000 Menschen weltweit das Leben, was statistisch gesehen bedeute, „alle 40 Sekunden suizidiert sich ein Mensch auf der Welt“. Weitere Schätzungen gingen davon aus, dass „auf jeden dieser vollendeten Suizide etwa zehn- bis zwanzig Mal so viele Suizidversuche kommen, so dass wir jährlich von 16 Millionen Suizidversuchen ausgehen müssen.“ Sozialpädagogin Hanna Müller-Pein berichtet als Kommunikationsbeauftragte des NaSPro auch über die weiteren Betroffenen von Suiziden und Suizidversuchen: „alle Angehörigen, Bekannte, Freundinnen und Freunde, Mitschülerinnen und Mitschüler, aber auch Lehrkräfte, Arbeitskolleginnen und Kollegen und ganz viele Menschen aus dem helfenden Bereich z.B. Therapie, Beratung, Feuerwehr und Polizei. Nach Schätzungen der WHO seien etwa 100 Millionen Menschen vom Thema Suizid betroffen.

## **Suizid-Statistik für Deutschland**

Im Gesundheitsbericht des Bundes (GBE) wurden im Mai 2020 die Suizidzahlen für 2018 veröffentlicht. Demnach nahmen sich

9.396 Menschen das Leben, davon 7111 Männer und 2285 Frauen. Das durchschnittliche Alter der Suizidalen habe sich auf 58,2 Jahre etwas nach oben verschoben. Im Vergleich zu anderen Todesursachen in Deutschland (ebenfalls bezogen auf das Jahr 2018) nehme die Suizidrate eine besondere Stellung ein: Mord (386), AIDS (440), illegale Drogen (1276), Totschlag (1827), Verkehrsunfälle (3275) und alle zusammen 7.204.

### **COVID-19 und Suizidhäufigkeit**

Leider liegen noch keine Daten über die Suizidhäufigkeit während der Corona-Pandemie vor. Deshalb warnt auch Prof. Dr. Barbara Schneider, Chefarztin an der LVR-Klinik Köln und Co-Leiterin des NaSPro auf der Pressekonferenz, vor voreiligen Spekulationen. So lasse sich die Suizidhäufigkeit während der Pandemie-Situation nicht abschätzen und auch die Erkenntnisse aus anderen Ländern nicht 1:1 auf die Situation in Deutschland übertragen. Es könne aber davon ausgegangen werden, dass die COVID-19 Pandemie Auswirkungen auf das psychische Befinden habe, also längerfristige Folgen, die aber durch die Forschung erst gezeigt werden müssten.

Allerdings, so berichtet Birgit Zimmer, Theologin und seit 8 Jahren Leiterin der Telefonseelsorge Rosenheim, sei die Zahl der Hilfesuchenden in den Monaten April bis Juni sehr stark angestiegen. Dies sei mehr per E-Mail geschehen und nicht so sehr am Telefon. Fast 900 Mails hätten sie in diesem Zeitraum zum Thema Suizid erhalten.

### **Hilfsangebote**

„Hand in Hand für Suizidprävention“ laute dieses Jahr wieder das Motto für den Welttag der Suizidprävention, so Barbara Schneider. Hand in Hand heiße in diesem Jahr: „Hand in Hand durch Krisen“, da die COVID-19 Pandemie weitreichende gesamtgesellschaftliche Folgen habe, die auch die Suizidprävention beeinflussten. Wie könnten wir „Hand in Hand“ durch Krisen gehen, wenn man sich die Hand nicht geben darf? Wie könne ein „Miteinander“ gelingen, wenn wir zu Recht gerade soziale Kontakte einschränken müssen, um die Pandemie zu

bekämpfen?

Zahlreiche Angebote gemäß dem Motto stünden aber Hilfesuchenden und Angehörigen zur Verfügung. So gebe es online abrufbare Handreichungen mit

- Hilfen bei Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr älterer Menschen
- Hilfen für Angehörige in den ersten Tagen
- Hilfen bei Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr jüngerer Menschen
- Hilfen bei Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr im Leistungssport
- Suizide und Suizidversuche im Justizvollzug
- Empfehlungen für Betroffene bei Erwerbslosigkeit.

### **Aufruf zur Kerzen-Aktion**

IASP bittet zum Welttag der Suizidprävention um 20.00 Uhr eine Kerze in der Nähe eines Fensters anzuzünden, um Unterstützung für die Suizidprävention zu zeigen und eines verlorenen geliebten Menschen und für die Überlebenden des Selbstmordes zu gedenken.

Weitere Informationen unter:

<https://www.suizidpraevention.de/materialien/flyer.html>