

# Einschätzung Suizidrisiko: Suizidprävention in der Praxis

PD Dr. med. Thomas Reisch

Psychiatriezentrum Münsingen  
Präsident Berner Bündnis gegen Depression

bündnis  
gegen  
**DEPRESSION**  
bern



# Überblick

1. Einführung
2. Akute versus chronische Suizidalität
3. Suizidassessment
4. Mein Notfallplan

# Wie viele Todesfälle gab es in der Schweiz (2012)

- durch Verkehrsunfall:
- durch Zug:
- durch Luftfahrzeug:
  
- durch Suizid:

# Frage

- Wer hatte schon einmal eine berufliche Krise?

# Suizidalität wird stark tabuisiert

→ Pat. werden nicht von selbst darüber reden

→ muss aktiv (empathisch) erfragt werden

→ Fragebögen sind kontraproduktiv

# Suizidassessment

- Fragebogen ↔ Empathie
- oft körperliche Beschwerden
- Assessment braucht Zeit → Folgetermin in der Praxis morgen

# SSF II

## (Suicide Status Form)

Suizidplan

Vorbereitung

Frühere Suizidversuche

Impulsivität

Substanzen

Verluste / Beziehungsprobleme

lang dauernde psychische Störung

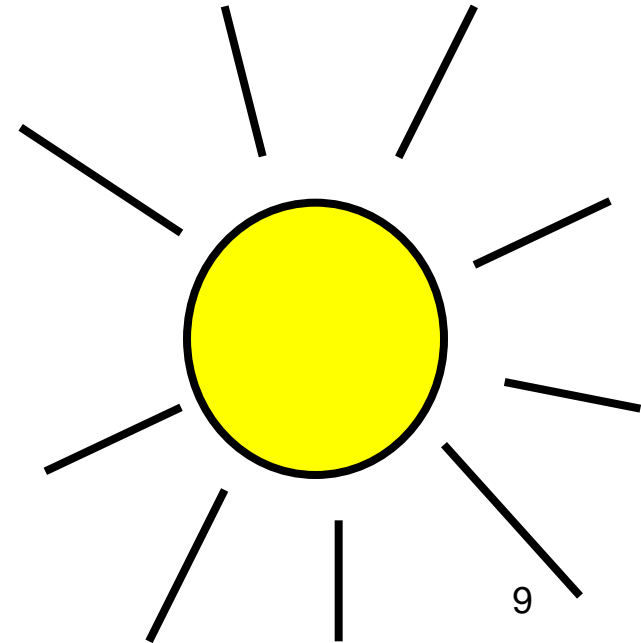
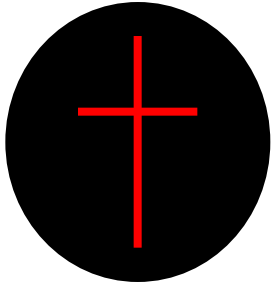
# Suizidwaage





# PRISM

(nach Harbauer & Haas)



# Therapie

Wie viel werden eine andere Methode wählen?  
= **Zu wie viel % hat Chr. Blocher Recht?**

a. 2%

b. 22%

c. 42%

d. 62%

e. 82%

# Anpassungsstörung mit aktueller Suizidalität

- Therapie ist dankbar (heilt oft von selbst aus)
- Therapie:
  - kurz (meist ambulant)
  - stützend
  - ressourcenorientiert (Einbezug Angehörige)
  - **Vermittlung von Fertigkeiten um zukünftige Krisen besser abwenden zu können**

## Mein Notfallplan

1. **Warnzeichen** (woran merke ich, dass eine Krise naht):  
.....  
.....  
.....  
.....
2. **Ablenkung mit eigener Mitteln** (eigene Möglichkeiten um mich abzulenken):  
.....  
.....  
.....  
.....
3. **Ablenkung mit Hilfe von anderen** (wer kann mir helfen mich abzulenken):  
.....  
.....  
.....  
.....
4. **Hilfe von Freunden und Familie** (Telefonnummer von Vertrauten mit denen ich meine Situation besprechen kann):  
.....  
.....  
.....  
.....
5. **Hilfe von Professionellen** (Name und Telefonnummer):  
.....  
.....  
.....  
.....
6. **Gefährliches entfernen** (was muss ich ich entfernen damit ich nicht überstürzt das Falsche mache und wer kann mir helfen):  
.....  
.....  
.....  
.....
7. **Wie wahrscheinlich ist es, dass ich diesen Plan wirklich anwende?**  
.....  
.....  
.....  
.....

Stanley & Brown 2008

# Mein Notfallplan

1. Warnzeichen
2. Ablenkung mit eigenen Mitteln
3. Ablenkung mit Hilfe von anderen
4. Hilfe von Freunden und Familie
5. Hilfe von Professionellen
6. Gefährliches entfernen
7. Wie wahrscheinlich ist es, dass ich diesen Plan wirklich anwende

# Mein Notfallplan

1. Warnzeichen
- 2. Ablenkung mit eigenen Mitteln**
3. Ablenkung mit Hilfe von anderen
4. Hilfe von Freunden und Familie
5. Hilfe von Professionellen
6. Gefährliches entfernen
7. Wie wahrscheinlich ist es, dass ich diesen Plan wirklich anwende

# Herzlichen Dank



PD Dr. med. Thomas Reisch  
thomas.reisch@gef.be.ch

Psychiatriezentrum Münsingen  
Präsident Berner Bündnis gegen  
Depression