## Основные факты

* **Ежегодно из-за самоубийств умирает более 700 000 человек.**
* **На каждое самоубийство приходится гораздо больше людей, пытающихся покончить жизнь самоубийством. Предыдущая попытка самоубийства является самым важным фактором риска самоубийства среди населения в целом.**
* **Самоубийства - четвертая по значимости причина смерти среди 15-19-летних.**
* **77% самоубийств в мире происходит в странах с низким и средним уровнем доходов.**
* **Проглатывание пестицидов, повешение и огнестрельное оружие - одни из самых распространенных методов самоубийства во всем мире.**

Ежегодно 703 000 человек кончают жизнь самоубийством, и гораздо больше людей совершают попытки самоубийства. Каждое самоубийство - это трагедия, которая затрагивает семьи, сообщества и целые страны и имеет долгосрочные последствия для людей, оставленных дома. Самоубийства происходят на протяжении всей жизни и в 2019 году были четвертой ведущей причиной смерти среди людей в возрасте 15-29 лет во всем мире.

Самоубийства происходят не только в странах с высоким уровнем доходов, но и во всех регионах мира. Фактически, в 2019 году более 77% самоубийств в мире произошло в странах с низким и средним уровнем доходов.

Самоубийство - серьезная проблема общественного здравоохранения; однако самоубийства можно предотвратить с помощью своевременных, научно обоснованных и зачастую недорогостоящих вмешательств. Для того чтобы национальные ответные меры были эффективными, необходима комплексная многосекторальная стратегия предотвращения самоубийств.

**Кто в опасности?** Хотя связь между самоубийством и психическими расстройствами (в частности, депрессией и расстройствами, связанными с употреблением алкоголя) хорошо известна в странах с высоким уровнем доходов, многие самоубийства происходят импульсивно в моменты кризиса с нарушением способности справляться с жизненными стрессами, такими как финансовые проблемы, разрыв отношений или хроническая боль и болезнь.

Кроме того, переживание конфликта, стихийного бедствия, насилия, жестокого обращения или утраты, а также чувство изоляции тесно связаны с суицидальным поведением. Уровень самоубийств также высок среди уязвимых групп, которые подвергаются дискриминации, таких как беженцы и мигранты; коренные народы; лесбиянки, геи, бисексуалы, трансгендеры, интерсексуалы (ЛГБТИ); и заключенные. Безусловно, самым сильным фактором риска суицида является предыдущая попытка самоубийства.

## Способы самоубийства

По оценкам, около 20% самоубийств в мире происходит из-за самоотравления пестицидами, большинство из которых происходит в сельских сельскохозяйственных районах в странах с низким и средним уровнем доходов. Другими распространенными методами самоубийства являются повешение и огнестрельное оружие.

Знание наиболее часто используемых методов самоубийства важно для разработки эффективных стратегий профилактики, таких как ограничение доступа к средствам самоубийства.

## Профилактика и контроль Самоубийства можно предотвратить. Существует ряд мер, которые могут быть приняты на уровне населения, подгруппы населения и индивидуума для предотвращения самоубийств и попыток самоубийства. LIVE LIFE, подход ВОЗ к предотвращению самоубийств, рекомендует следующие ключевые эффективные вмешательства, основанные на фактических данных:

* ограничить доступ к средствам самоубийства (например, пестицидам, огнестрельному оружию, некоторым лекарствам);
* взаимодействовать со средствами массовой информации для ответственного освещения суицида;
* развивать социально-эмоциональные жизненные навыки у подростков;
* на раннем этапе выявлять, оценивать, контролировать и отслеживать любого, кто подвержен суицидальному поведению.,

Они должны идти рука об руку со следующими основополагающими элементами: анализ ситуации, многосекторальное сотрудничество, повышение осведомленности, наращивание потенциала, финансирование, наблюдение, мониторинг и оценка.

Усилия по предотвращению самоубийств требуют координации и сотрудничества между множеством секторов общества, включая сектор здравоохранения и другие секторы, такие как образование, труд, сельское хозяйство, бизнес, правосудие, право, оборона, политика и СМИ. Эти усилия должны быть комплексными и комплексными, поскольку ни один подход в одиночку не может повлиять на такую ​​сложную проблему, как самоубийство.

## Проблемы и препятствия Стигма и табу

Стигма, особенно в отношении психических расстройств и суицида, означает, что многие люди, думающие о самоубийстве или пытающиеся покончить жизнь самоубийством, не обращаются за помощью и, следовательно, не получают необходимой помощи. Профилактика самоубийств не получила должного внимания из-за недостаточного понимания суицида как серьезной проблемы общественного здравоохранения и табу на открытое обсуждение во многих обществах. На сегодняшний день только несколько стран включили профилактику самоубийств в число своих приоритетов в области здравоохранения, и только 38 стран сообщают о наличии национальной стратегии предотвращения самоубийств. Повышение осведомленности общества и снятие табу важно для стран, чтобы добиться прогресса в предотвращении самоубийств.

### Качество данных В глобальном масштабе доступность и качество данных о самоубийствах и попытках самоубийства оставляет желать лучшего. Только около 80 государств-членов имеют качественные данные регистрации актов гражданского состояния, которые можно напрямую использовать для оценки уровня самоубийств. Эта проблема некачественных данных о смертности характерна не только для самоубийств, но, учитывая чувствительность самоубийств - и незаконность суицидального поведения в некоторых странах - вполне вероятно, что занижение сведений и неправильная классификация являются более серьезными проблемами для самоубийств, чем для большинства других причин. смерти.

Для эффективных стратегий предотвращения самоубийств необходимы улучшенное наблюдение и мониторинг суицидов и попыток самоубийств. Межнациональные различия в моделях самоубийств и изменения в показателях, характеристиках и методах самоубийств подчеркивают необходимость для каждой страны повышать полноту, качество и своевременность своих данных о самоубийствах. Это включает в себя регистрацию самоубийств, регистры самоубийств в больницах и репрезентативные на национальном уровне опросы, собирающие информацию о попытках самоубийства, о которых сообщают сами.

**Ответ ВОЗ** ВОЗ считает самоубийство приоритетной задачей общественного здравоохранения. Первый Всемирный доклад ВОЗ о самоубийствах «Предотвращение самоубийств: глобальный императив», опубликованный в 2014 г., направлен на повышение осведомленности о значении самоубийств и попыток самоубийств для общественного здравоохранения и на то, чтобы сделать профилактику самоубийств одним из приоритетных направлений глобальной повестки дня общественного здравоохранения. Он также направлен на поощрение и поддержку стран в разработке или усилении всеобъемлющих стратегий предотвращения самоубийств в рамках многосекторального подхода к общественному здравоохранению.

Самоубийство является одним из приоритетных состояний в Программе действий ВОЗ по устранению пробелов в области психического здоровья (mhGAP), запущенной в 2008 г. и содержащей научно обоснованные технические рекомендации по расширению масштабов оказания услуг и помощи в странах при психических, неврологических расстройствах и расстройствах, связанных с употреблением психоактивных веществ. В  Плане действий ВОЗ по охране психического здоровья на 2013–2030 годы государства-члены ВОЗ взяли на себя обязательство работать над достижением глобальной цели по снижению уровня самоубийств в странах на одну треть к 2030 году.

Кроме того, уровень смертности от самоубийств является показателем задачи 3.4 Целей в области устойчивого развития: к 2030 году сократить на одну треть преждевременную смертность от неинфекционных заболеваний посредством профилактики и лечения, а также способствовать психическому здоровью и благополучию.

*По данным ВОЗ (17.06.2021г.)*