***10 сентября - Всемирный день предотвращения самоубийств***

Главной целью проведения Всемирного дня предотвращения самоубийств является привлечение внимания мировой общественности к актуальной проблеме суицидов и уменьшение уровня суицидов и суицидальных попыток (парасуицидов) среди населения во всех странах посредством осуществления мероприятий, направленных на профилактику суицидального поведения.

В год около 800 тысяч человек добровольно сводят счеты с жизнью. Каждая сотая смерть в мире - это результат самоубийства. Согласно статистическим данным ВОЗ, в третьем тысячелетии от суицида погибает больше людей, чем в результате внешних причин (войн, аварий и убийств). Число самоубийств значительно отличается в разных странах в зависимости от уровней дохода и историко-культуральных традиций. Более 70% суицидов приходится на страны с низким и средним уровнем дохода, меньше всего их в регионе Восточного Средиземноморья.

Феномен самоубийства является социальным явлением и зависит как от устройства и благополучия общества, так и от индивидуальной реакции человека на кризисную ситуацию, которая определяется его личностными характеристиками в значительно большей степени, чем особенностями политического, религиозного и социально-экономического устройства.

Существуют отличия суицидов в разных возрастных и социальных группах. В группы повышенного риска входят молодые люди 15-29 лет ввиду ограниченного жизненного опыта и уязвимости, люди пожилого возраста (в особенности те, которые имеют серьёзные соматические заболевания или страдают от одиночества), а также пациенты с психическими и поведенческими расстройствами, прежде всего с депрессивными расстройствами и злоупотребляющие психоактивными веществами, в том числе алкоголем.

Профилактика суицидального поведения представляет собой одну из важнейших задач общества в целом, осуществление которой возможно только при объединении усилий разных министерств, ведомств, местных исполнительных и распорядительных органов, общественных объединений, а также религиозных конфессий.

В настоящее время в Республике Беларусь разработан и внедрен комплекс мер по профилактике суицидального поведения, который предусматривает профилактическую работу с различными категориями населения, в том числе с детьми и подростками. Планомерная комплексная межведомственная деятельность в данном направлении позволила добиться значительного снижения уровня суицидов в Республике Беларусь, работа продолжается по разным направлениям. Это и ограничение доступности к средствам совершения суицида, и информационная работа с различными группами населения, и профилактическая работа с группами риска.

Учитывая высокую роль суицидального кризиса в формировании суицидального поведения, особое значение приобретает доступность для населения психологической и психотерапевтической помощи, порядок оказания которой постоянно совершенствуется. Так, на базе государственного учреждения «РНПЦ психического здоровья» функционирует «телефон доверия» **8-017-272-21-67.** Квалифицированные психологи могут оказать помощь в кризисной, в том числе суицидальной ситуации, любому позвонившему, а также провести консультацию по волнующему вопросу.

Специалистами разных ведомств разработаны и утверждены Инструкции по распознаванию наличия факторов суицидального риска и суицидальных признаков, Алгоритм действий специалистов различного профиля при выявлении суицидальных тенденций у граждан (медицинских, педагогических, социальных работников, сотрудников органов внутренних дел, сотрудников МЧС, военнослужащих, работников средств массовой информации).

На уровне каждого из нас как Гражданина особое значение приобретают неравнодушие к близким и сослуживцам, внимание к изменению их состояния, умение поддержать и предложить помощь в сложной ситуации.

ГУ «Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»