

Suizidgefährdung

Reden kann retten

Krisen, anhaltende Belastungen, Einsamkeit, Verlusterlebnisse oder psychische Erkrankungen können Suizidgedanken auslösen. Rasche Hilfe durch Fachpersonen ist entscheidend.

Was bedeutet Suizidgefährdung?

Suizidgedanken können auftreten, wenn Menschen keinen Ausweg mehr sehen. Wenn sie von inneren oder äusseren Belastungen gequält sind und verschiedene Lösungsversuche nicht funktioniert haben. Betroffenen fällt es meist schwer, sich jemandem anzuvertrauen. Scham und Versagensgefühle plagen sie. Der Wunsch, endlich Ruhe zu haben und so nicht mehr weiterleben zu müssen, kann sich zuspitzen und zu konkreten Plänen und Handlungen führen. Wenn Aussenstehende diese Situation erkennen, ist rasches Handeln erforderlich.

Folgende Faktoren erhöhen das Suizidrisiko

- frühere Suizidversuche
- psychische Krankheit, meist Depression
- Missbrauch von Drogen und Alkohol
- Verlusterlebnis in jüngerer Vergangenheit: Todesfall, Trennung, Arbeitsplatzverlust
- höheres Alter, körperliche Krankheit
- fehlende soziale Bindungen, alleinstehend

Welche Anzeichen weisen auf Suizidgefährdung hin?

Die meisten Menschen, die einen Suizidversuch unternehmen, möchten nicht sterben. Vielmehr können sie nicht mehr so weiterleben wie bisher und wollen ihre unerträglichen seelischen Schmerzen loswerden. Viele senden vor einem Suizidversuch Warnsignale aus. Es gibt allerdings – gerade auch bei Teenagern – so genannte «Kurzschlussuizide». Diese sind für Aussenstehende sehr schwierig zu erahnen, da sie ohne vorausgehende Warnzeichen vollzogen

werden. Zudem gibt es Menschen, die ihre eigene Befindlichkeit gegenüber anderen Menschen verbergen. Folgende Anzeichen können auf eine Suizidgefährdung hindeuten:

- über Suizidphantasien sprechen, Todeswünsche äussern
- sich von Freunden und gewohnten Aktivitäten zurückziehen
- aufräumen, Gegenstände verschenken
- Abschied nehmen
- Sich mit dem Thema Tod und Sterben beschäftigen, nach Methoden und Mitteln suchen
- Hoffnungslosigkeit
- Fatalismus: Glaube, das eigene (schlimme) Schicksal sei unvermeidlich
- grosse Gekränktheit, Einbruch des Selbstwertgefühls, Beschämung

Wie wird die Diagnose gestellt?

Suizidgedanken haben eine tiefer liegende Ursache. Dies kann eine Depression, eine andere psychische Erkrankung wie ein Trauma oder eine schwierige Lebenssituation sein. Deshalb ist es wichtig nicht einfach auf bessere Zeiten zu hoffen, sondern sich fachliche Unterstützung zu holen. Eine erfahrene Fachperson kann die Situation beurteilen und Empfehlungen für das weitere Vorgehen geben. Das Hilfsangebot muss rasch, niederschwellig und professionell sein sowie dem Betroffenen Sicherheit vermitteln.

Was ist bei Suizidgefährdung zu tun?

Suizidgefährdung kann notfallmässiges Handeln erfordern. Die Klinik der Psychiatrie St.Gallen Nord in Wil und die Krisenintervention in St.Gallen nehmen deshalb rund um die Uhr suizidgefährdete Patienten auf und können sie so schützen. Am wichtigsten ist es dabei, die Situation des suizidalen Menschen zu verstehen, seine Geschichte zu hören und durch ein Beziehungsangebot Hoffnung zu vermitteln.

Psychotherapie

Psychotherapie ist das wichtigste Behandlungsverfahren in der Psychiatrie und nimmt bei allen Erkrankungen eine tragende Rolle ein. Für einige der häufigsten Erkrankungen ist die Psychotherapie das wirksamste Mittel.

Sozialarbeit

Die Mitarbeitenden der Sozialarbeit erkennen die psychosozialen Herausforderungen und Schwierigkeiten in der Behandlungssituation. Gemeinsam mit den Patienten und den Behandlungsteams erarbeiten sie nachhaltige Lösungen.

Psychopharmakotherapie

Bei psychiatrischen Erkrankungen liegen Stoffwechselstörungen im Gehirn vor, die Aufmerksamkeit, Konzentration, Emotionen oder logische und abstrahierende Gedankengänge beeinträchtigen. Spezifische Medikamente

dienen dazu diese Störungen auszugleichen, um wieder im normalen und gesunden Rahmen handlungsfähig zu sein und Emotionen weitgehend kontrolliert einzusetzen.

Wo wird Suizidgefährdung behandelt?

Akute Suizidalität erfordert oft stationäre Behandlung und wird in Wil behandelt. Subakute Suizidalität und psychische Krisen werden auch auf der Abteilung Krisenintervention in St.Gallen behandelt.

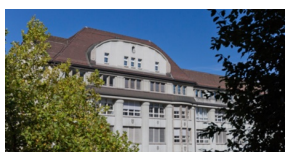


Wil

+41 71 913 11 11
info@psgn.ch

Zürcherstrasse 30
9500 Wil

→ [Mehr erfahren](#)



St.Gallen

+41 71 227 12 12
st.gallen@psgn.ch

Teufenerstrasse 26
9000 St.Gallen

→ [Mehr erfahren](#)

Kontakt & Anmeldung



Johanna Hajnik
Oberärztin
Akutpsychiatrie und
Notfall Station A01/2,
Erwachsenenpsychiatrie

+41 71 913 12 20
E-Mail
vCard (Download)



Fabio Danubio
Leiter Pflege a. i. der
Stationen A01/1, A01/2,
A09/3 der
Erwachsenenpsychiatrie
sowie A07, A08/1, A11
der Alters- und
Neuropsychiatrie

Mitglied der
Geschäftsleitung a. i.

+41 71 913 12 91
E-Mail
vCard (Download)

Zentrale Anmeldung und Information ZAI:
+41 71 913 11 80

Psychiatrie St.Gallen Nord
Zürcherstrasse 30
9500 Wil

- Informationen und Beratung zu therapeutischen Angeboten der Psychiatrie St.Gallen Nord
- Anmeldungen für stationäre Behandlungen
- Anmeldungen für Krisenambulatorium Wil

Tel. +41 71 913 11 80, Fax +41 71 913 11 53
anmeldung@psgn.ch

→ [Google Maps Route](#)

Öffnungszeiten ZAI

- rund um die Uhr besetzt
- werktags 8.00 - 17.00 Uhr, davor und danach diensthabender Arzt