

## 10 сентября – Всемирный день предотвращения самоубийств

*Да, справедливо сказал кто-то про самоубийц:*

*пока они не исполнят своего намерения —*

*никто им не верит, а исполняют —*

*никто о них не пожалеет.*

И.С.Тургенев

[Смотреть статью полностью](#)

Ежегодно 10 сентября, начиная с 2003 года, во всем мире отмечается Всемирный день предотвращения самоубийств. Он был учрежден по инициативе Международной ассоциации по предотвращению самоубийств (МАПС) при поддержке ВОЗ и под патронажем ООН.

Согласно данным ВОЗ, самоубийство является 13-й по счёту причиной смерти во всём мире, а в возрастном диапазоне от 15 до 44 лет его значимость поднимается до четвёртого места. Есть основания предполагать, что уровень зарегистрированных самоубийств остаётся заниженным на 20%, а в некоторых регионах мира – на 100% в результате преобладающих социальных или религиозных взглядов на самоубийство.

В более богатых странах мужчины совершают самоубийства в три раза чаще, чем женщины, а в странах с низким и средним уровнем дохода соотношение мужских и женских самоубийств составляет 1,5 к 1. В целом самоубийства составляют 50% всех смертей от насильственных причин среди мужчин и 71% среди женщин.

Причины суицидального поведения многообразны. Большое значение принадлежит социально-психологическим факторам: нарушенные детско-родительские и партнёрские отношения, одиночество и другие. Тяжёлые кризисы: смерть близких, развод, финансовые потери, уголовная ответственность, потеря работы, тяжёлые конфликты могут также стать пусковыми факторами. Психические расстройства: расстройства настроения (депрессия), зависимость от психоактивных веществ (алкоголизм и наркомания), расстройства личности и другие. Тяжелые хронические заболевания: онкологические заболевания, потеря органа и др.

Имеются данные, свидетельствующие о том, что среди взрослого населения на каждого погибшего от самоубийства приходится свыше 20 человек, совершивших суицидальную попытку. Эксперты [подчеркивают](#), что большинство людей, пытающихся покончить с собой, не имеют твердого желания умереть. Многие самоубийцы открыто предупреждают о своих намерениях. Поэтому ко всем угрозам такого характера необходимо относиться серьезно.

Большинство суицидальных попыток можно было бы пресечь, если бы в сознании людей не было негативного восприятия психологов. Многие практически не разделяют понятия психиатрия и психология и поэтому часто просто стыдятся обратиться за помощью.

**Психологическую помощь в г. Гомеле можно получить по «телефонам доверия»:**

в учреждении «Гомельский городской центр социального обслуживания семьи и детей» 170 (круглосуточно);

31-51-61 телефон «Доверия» (экстренной психологической помощи) на базе Гомельской областной клинической психиатрической больницы;

40-18-98 телефон Центра здоровья молодежи «Юность» Филиал №3 ГУЗ «Гомельская центральная городская детская клиническая поликлиника», г. Гомель, ул. Быховская, 108, каб. 109;

31-08-86, 31-08-87, +375 (44) 767-78-27 телефоны Центра, дружественного подросткам «Подросток» ГУЗ «Гомельская центральная городская детская клиническая поликлиника», г. Гомель, ул. Мазурова, 10в.

**05, 06 сентября 2018 года с 09.00 – 11.00 по телефону 25-49-06** на базе отделения общественного здоровья государственного учреждения «Гомельский городской центр гигиены и эпидемиологии» будет работать «прямая линия» психолога, где можно будет получить психологическую помощь, записаться на консультацию.

***Ольга Шашкова, психолог  
отделения общественного здоровья***