

NOTAT

GÅR TIL: Styremedlemmer
FØRETAK: Helse Vest RHF
DATO: 21.01.2019
FRÅ: Administrerende direktør
SAKSHANDSAMAR: Bente Aae
SAKA GJELD: Informasjonskampanje, førebygging av sjølv mord

ARKIVSAK: 2019/69
STYRESAK: 003/19

STYREMØTE: 05.02. 2019

Administrerende direktør si orientering pkt. 5

.....

Informasjonskampanje, førebygging av sjølv mord

Kvart år døyr 550-600 personar av sjølv mord i Noreg. 45 prosent av dei som tar livet sitt har vore i kontakt med primærhelsetenesta i månaden før, utan at dei har snakka om at dei har sjølv mordstankar. Gjennom året som kjem vil vi gjere noko med denne utfordringa, gjennom å gje god informasjon og tidleg hjelp.

Helse Vest arbeider med ein folkeopplysningskampanje for førebygging av sjølv mord. Med kampanjen vil vi auke kunnskapen og openheita rundt det å snakke om sjølv mordstankar, og gjere det enklare å søkje hjelp når ein treng det. Vi gjer dette fordi vi veit at det å snakke om slike tankar kan redde liv og hjelpe mange frå å ta livet sitt.

Det er ein omfattande kampanje vi lagar. Budsjettet er på 2, 5 millionar kroner. Målgruppa for kampanjen er generelt befolkninga på Vestlandet. Vi vil nå både den som slit sjølv, der det er mange som sjølv ikkje oppsøker hjelp, og dei nær dei; som familie, kollegaer, vener, naboar, lærarar, fastlegar, helsesjukepleiarar og andre. Målet er altså at fleire skal søkje hjelp tidleg.

Bodskap

Hovudbodskapen i kampanjen er «Lat oss snakke om sjølv mordstankar. Det kan redde liv.». Kampanjen er initiert av Velg å leve-nettverket i regionen og er den fyrste i sitt slag her i landet. I arbeidsgruppa bak kampanjen sit fagfolk innan psykisk helsevern, Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og sjølv mordsførebyggjande arbeid og

representantar frå kommunikasjonsavdelingane i føretaka. Ein skal framleis vera varsam med omtala av sjølv mord når det gjeld metode og stad, ungdomskulturar og kjendisar, for å unngå smitteeffekt.

Bodskapen blir i kampanjeperioden presentert på boards (utendørsplakatar) i bybildet, og på plakatar der boards ikkje er aktuelt, samt i annonser i ulike medier (nett er prioritert). Kortfilmar vil bli publisert i sosiale medier. Det blir oppretta ei nettside, som inneheld informasjon om sjølv mordstankar, verktøy for å snakke om sjølv mordstankar og informasjon om kvar ein kan få hjelp.

Forankring

Det er satt ned ein eigen kommunikasjonsplan for kampanjen. Alle føretaka bidreg til forankring av mål og budskap i fagmiljøa, både i føretak, hos private ideelle og avtalespesialistar. Det er sendt informasjon til kommunane, fylkeskommunane og fastlegane i regionen. Dette er ein føresetnad for å lykkast. Kampanjen kan føre til at helsetenestene kan få auka pågang. Det er difor viktig at det er gitt god informasjon om kampanjen på førehand.

Ein ser for seg ein kampanjeperiode på tre veker i januar/ februar, med gjentakning to-tre gonger gjennom 2019.

Helse Vest tilbyr kontaktinfo til aktuelle plasser som kan bidra med kompetanseheving i tenestene. Her bidreg, mellom anna, Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og sjølv mordsførebyggjande arbeid. Også fagpersonar i helseføretaka bidreg med kompetansedeling. Helse Vest anbefalar også e-læringskurset som er utarbeida og særskilt retta mot fastlegar og psykologar i kommunane. Kurset er ei grunnleggjande innføring i å gjennomføre ei sjølv mordsrisikovurdering. Kurset tar to timar å gjennomføre, og er godkjend som valfritt til vidare- og etterutdanninga for allmennmedisin og barne- og ungdomspsykiatri: <https://selvmordsrisikovurdering.no/>.

Ut veke 4 gjer vi ei nullpunktsundersøking for kjennskapen i befolkninga til at det kan hjelpe å snakke om sjølv mordstankar. Vi gjer ei ny undersøking etter første runde med kampanjen for å måle om kommunikasjonstiltaka har effekt. Erfaringa vi gjer oss i Helse Vest skal også bidra til læring for ein mogleg nasjonal kampanje, i regi av Nasjonalt kompetansesenter for selvmordsforebygging. Kompetansesenteret har også bidrege med rådgiving i samband med arbeidet i Helse Vest.

Kvar er det hjelp å få?

Det er viktig å formidle kvar det er hjelp å få. For råd og rettleiing vil vi vise til nettsida som er utarbeida, der aktuelle telefonnummer i helseføretaka og skal stå. Her følgjer Helse Vest Nasjonalt senter for forskning og selvmordsforebygging og Helsenorge.no sine anbefalingar:

- Fastlege, helsesjukepleiar på skulen eller på helsestasjonen, psykolog, psykisk helse- og rusteneste, legevakt eller psykososialt kriseteamet i kommunen er fyrste hjelpeinstans.
- Fastlegen og psykologar i kommunen kan henvise vidare til Barne- og ungdomspsykiatrisk klinikk (BUP) eller Distriktskykiatrisk senter (DPS) der ein treng det.
- Ei rekkje frivillige organisasjonar er involvert i arbeidet med førebygging av sjølv mord. Nokre av desse har støttegrupper og hjelpetelefonar:

Hjelpetelefonar:

Ved akutte situasjonar, ring legevakta på 116 117

Mental Helse: 116 123

Røde Kors: 800 33 321

Kirkens SOS: 22 40 00 40

Ved livstruande, akutte situasjonar, ring naudnummer 113