

Aantal zelfdodingen daalt sterk, behalve in leeftijdsgroep 45-59-jarigen

02-10-17, 04.00u - Bewerkt door: ib - Bron: Belga



©thinkstock

1

Vlaanderen lijkt erin te slagen het aantal zelfdodingen tussen 2000 en 2020 te verminderen met 20 procent. Alleen in de groep van 45-59-jarigen wordt dat streefdoel (voorlopig) niet gehaald. Volgens suïcide-experte Gwendolyn Portzky is er geen eenduidige verklaring voor het achterblijven van die leeftijdsgroep.

10 SHARES

Vlaams minister van Welzijn Jo Vandeurzen (CD&V) trekt alvast 165.000 euro uit voor bijkomend onderzoek naar de suïciderisico's bij 45- tot 59-jarigen. Er wordt onder meer gedacht aan 'psychologisch autopsie-onderzoek'. Daarbij wil men via gesprekken met de nabestaanden de onderliggende factoren van een suïcide achterhalen.

Trieste koploper

Vlaanderen is al langer één van de trieste koplopers wat zelfdoding betreft. Het Vlaams suïcidecijfer ligt 1,5 keer hoger dan het Europese gemiddelde. Met het

Vlaams Actieplan Suïcidepreventie 2012-2020 wil de Vlaamse regering daar iets aan doen. In het plan staat de duidelijke ambitie om het aantal zelfdodingen tussen 2000 en 2020 met 20 procent te verminderen.

Economische crisis

Maar hoe ver staat Vlaanderen met het halen van die doelstelling? Uit een tussentijdse evaluatie van het actieplan blijkt alvast dat de doelstelling van -20 procent al voor de meeste leeftijdsgroepen gehaald werd. De cijfers hebben betrekking op de periode 2000-2014. Voor 2015 of 2016 zijn er nog geen cijfers. Maar, opvallend, in de leeftijdsgroep 45-59-jarigen wordt de doelstelling (nog) niet gehaald. "Daar zien we geen daling en is de evolutie niet gunstig", zegt professor Gwendolyn Portzky van het Vlaams Expertisecentrum Suïcidepreventie (VLESP) aan Belga. Een duidelijke verklaring voor het achterblijven van die groep is er niet. "Een mogelijke hypothese is dat die leeftijdsgroep harder getroffen is door de economische crisis. Voor iemand van 52 jaar die zijn job verliest is dat mogelijk zwaarder dan voor iemand van 28 jaar", aldus Portzky.

Verder onderzoek

Maar volgens Portzky is verder onderzoek nodig. Minister van Welzijn Jo Vandeurzen maakt daarvoor 165.000 euro vrij. Daarbij wordt gedacht aan 'psychologisch autopsie-onderzoek'. In die methode wordt gesproken met nabestaanden (bv. ouders, partners, vrienden) om na te gaan wat mogelijk een rol heeft gespeeld bij de keuze voor suïcide. "Op die manier krijgen we mogelijk een beeld van hoe we daar via preventie op kunnen inspelen", aldus Portzky. De tussentijdse evaluatie is volgens Portzky ook bedoeld om te kijken of iedereen voldoende bereikt wordt en waar er kan/moet bijgestuurd worden. "We kunnen niet wachten tot 2020 om die analyse te maken", klinkt het.

Online hulpverlening

Zo is er de laatste jaren een duidelijke trend naar meer online hulpverlening met de bedoeling om de drempel naar hulp zo laag mogelijk te maken. "Die evolutie gaat

razendsnel", zegt Portzky. Vlaanderen wil die boot ook niet missen en speelt met verschillende online tools in op die evolutie. Denk aan de uitbreiding van de chatmogelijkheden bij de Zelfmoordlijn, de zelfhulpmodule Think Life, de app BackUp...

Mindfulness

Ook op het vlak van nieuwe behandelingen en therapieën wil Vlaanderen de boot niet missen. Zo loopt er een onderzoek naar het mogelijke effect van mindfulness op suïcidedrag. "Het is nog niet bewezen dat die cognitieve training effectief is in het terugdringen van het suïciderisico, maar het is iets dat we momenteel onderzoeken", legt Portzky uit. Ook het effect van andere therapieën, zoals de Toekomstgerichte Training, wordt verder onderzocht.

Volgens Vlaams minister van Welzijn Jo Vandeurzen toont de tussentijdse evaluatie aan "dat laagdrempelige acties, zoals www.zelfmoord1813.be, Think Life en de app BackUp, aanslaan. We zetten stappen in de goede richting om onze gezondheidsdoelstelling te realiseren", aldus de CD&V-minister.

Wie met vragen zit rond zelfdoding, kan terecht bij de Zelfmoordlijn op het gratis nummer 1813 en op de website www.zelfmoord1813.be.