



پائیز ۱۴۰۴

بیمارستان امام حسین (ع) سپیدان

خودکشی

(آموزش به عموم)



تهیه کننده: فهیمه محمدی

کارشناس پرستاری

واحد آموزش و ارتقاء سلامت

کدسند: ED-BR-31-00

- ❖ بهره وری صحیح از نیروهای انسانی و از بین بردن تبعیض های مختلف
- ❖ پایه گذاری مکان های مختلفی برای گذراندن اوقات تفکر و تفریح و هواخوری متناسب تمام سن ها.
- ❖ تأسیس مکان های خاص برای خانواده درمانی، گروه درمانی و روان درمانی، ازدواج درمانی برای همه
- ❖ اشاعه فرهنگ اسلام ناب حضرت رسول (ص) به عنوان بخشی از افتخارات ملی ایران

۲- **فرم پنهانی:** بیمار با اشکالات عمیق روانی و ناراحتیهای جسمانی، مدتها ذهنی مشغول افکار خودکشی داشته است و نحوه عمل به صورت حوادث خواهد بود.

۳- **فرم مزمین:** بیمار با یک رفتار خود ویرانگر به تدریج به انهدام زندگی خود می پردازد. اقدام های قبلی ممکن است وجود داشته باشد عدم رعایت رژیمهای لازم جهت کنترل بیماری و یا عدم مصرف داروهای لازم برای تعادل سلامتی ممکن است یکی از روش های این نوع خودکشی به حساب آید.



روشهای پیشگیری از خودکشی :

بالترین و ارزشمندترین روش های پیشگیری از اقدام و حتی تفکر درمورد خودکشی پرداخت بر اساس ایمان و اعتماد مذهبی است. اقدامات زیر از بروز اولیه خودکشی می کاهد :

- ❖ رفع نیازهای اجتماعی و اقدام برای فعالیت های گروهی نوجوانان و تمام اقشار
- ❖ هر نوع اقدامی که احساس مهم بودن و مفید بودن را در افراد افزایش دهد.

۴- **وضعیت تأهل:** عیار خودکشی برای شخص مجرد دو بار بیشتر از متأهلین است.

تعریف خودکشی:

برای نخستین مرتبه در سال ۱۷۳۷ کلمه (سویی ساید) رادفونتن در فرانسه به کار برد. سویی ساید از دو کلمه لاتین سویی به معنی خود و ساید به معنی کشتن آورده است و بنابراین خودکشی ترجمه رسا و کافی از آن است. (۱۳۶۶) خودکشی را هر نوع مرگی که به طور مستقیم یا غیر مستقیم از عمل مثبت یا منفی فرد خودکش که از نتیجه اقدام خودآگاه بوده است ناشی می گردد را تعریف می کند. به عملی که شخصی معمولاً به طور ارادی (آگاهانه، ناآگاهانه) به وسیله آن رشته حیات خود را از هم میگسلد اطلاق می شود.

برای مشخص شدن تعریف دقیق خودکشی بایستی بین خودکشی و اقدام به خودکشی از لحاظ روانشناختی نوعی انفکاک قائل بود. اقدام به خودکشی و عقیم ماندن یک مسئله جداگانه ای است که علاوه بر خصوصیات عام خودکشی دارای مبانی آسیب شناسی روانی خاص خود است. قصد خودکشی هدف های دیگری دارد و مقاصد غیر از خود ویرانی و نابودی خویش را دارد.

علت شناسی خودکشی:

اقدام به خودکشی را در سه حیطه بیماریهای روانی، مسائل اجتماعی و مسایل ارگانیک و جسمی مورد بررسی قرار می گیرد

۱- **اختلافات روانپزشکی:** افسردگی، الکلیسم، اعتیاد دارویی، اسکیزوفرنیا و اختلالات شخصیتی از علل عمده در این حیطه هستند.

۲- **مسائل اجتماعی:** انزوا، از دست دادن عزیز، فقدان فرد مهم زندگی، محرومیت، جدایی و نداشتن شغل یا کار میتواند از عوامل مهم ایجاد ایده و اقدام به خودکشی باشد.

۳- **ابعاد فیزیکی و فیزیولوژیکی:** بیماریهای جسمی تومور بدخیم، اختلالات عصبی، کاهش فعالیت سروتین مغزی (۵-HT)

۴- **عوامل ژنتیک:** خودکشی در دو قلوهای یک تخمکی درمقایسه با دوقلوهای دو تخمکی بالاتر است.

عوامل موثر در میزان بروز و شیوع خودکشی:

۱- **جنس:** در تمام سنین مردها سه برابر زن ها، خودکشی موفق داشته، درحالی که زنها ۳برابر مردها اقدام به خودکشی می کنند.

۲- **سن:** خودکشی و بیشتر از آن فکر و ژست خودکشی در کودکان و نوجوانان مسلمانان به خصوص طبقات مذهبی که از ایمان بیشتری برخوردارند از تمام مذاهب جهانی کمتر است.

۳- **مذهب:** علی رغم عدم وجود آمار صحیح در این مورد در ایران، میزان خودکشی مسلمانان به خصوص طبقات مذهبی که از ایمان بیشتری برخوردارند از تمام مذاهب جهانی کمتر است.

❖ **بهبود خدمات اجتماعی، پزشکی، بهزیستی، اقتصادی به اقشار مردم.**

۵- **شغل:** هر چه فرد حرفه ای تر باشد عیار خودکشی بالاست.

۶- **نژاد:** اصولاً سفید پوستان آمریکا تقریباً دو برابر سیاهان خودکشی می کنند.

۷- **شرایط اقلیمی:** در ایران طبق تحقیق بیشترین تعداد خودکشی در فصل تابستان بوده است.

۸- **سلامت جسمی و روانی:** آمار جهانی حاکی از وجود رابطه مستقیم بین بیماریهای جسمی و روانی با میزان خودکشی است.

شیوه های خودکشی:

به طور کلی شیوه های خودکشی به موارد زیر تقسیم می شود:

- ❖ **شیوه های رنج آور:** سقوط از بلندی، سلاحهای آتشین
- ❖ **شیوه های خفه کننده:** غرق شدگی، خفگی با گازها و دود زغال
- ❖ **شیوه های مسموم کننده:** املاح ارسنیک، داروهای خواب آور، الکل
- ❖ **شیوه های خودکشی با مرگ غیر ارادی:** مربوط به تشخیص پزشکی قانونی مثل ضربات چاقوی مشکوک و آثار جراحی که صدمات ظاهری ندارد.

شیوه های معمول خودکشی شامل موارد زیر است:

فرم آشکار: که معمولاً با زمینه خلق پائین و به وسیله دارو انجام می شود. در این فرم بیمار معمولاً برای گرفتن کمک، مراجعاتی به دوستان یا پزشک داشته است.

