

Training helpt suicide-risico sneller inzien

- **Onderzoek naar effectiviteit preventieproject Gatekeepers**

Leeuwarden | Tweeduizend mensen werden inmiddels opgeleid in het suicidepreventieproject Gatekeepers, dat GGZ Friesland in 2009 begon. Daarbij worden allerhande professionals opgeleid om suïcidedgedrag te kunnen herkennen. „Zo'n training helpt enorm. Maar dan vooral om risico's te leren inschatten. Geen suicides is een illusie, maar we moeten wel een flinke stap maken”, vertelt Toon Rutgers, psychiater bij GGZ Friesland.

Rutgers maakt een vergelijking met het aantal verkeersdoden. Rotondes en helmen hebben het aantal verkeersdoden verminderd, maar helemaal voorkomen lukt niet. „Suïcides kun je niet voorkomen. Iemand kan morgen suïcide plegen, of over twee jaar. Daar kun je geen bescherming opzetten. Dus je maakt contact met de persoon die suïcidaal is en je probeert de risico's in te schatten. We weten bijvoorbeeld dat een alleenstaande man van in de veertig die zijn baan kwijtraakt risico kan lopen. We hopen dat de trainingen als een rotonde gaan werken.”

Rutgers heeft niet de indruk dat er meer zelfdodingen zijn als gevolg van de recente bezuinigingen op de

geestelijke gezondheidszorg. „Maar het is wel zo dat mensen die de zorg nodig hebben en het niet kunnen betalen, afzien van een aantal behandelingen. Het is ook moeilijk vast te stellen of dat daadwerkelijk een rol speelt. Want het gaat om mensen die niet bij de hulpverlening komen. Je weet het dus niet.”

Ongeveer de helft van de mensen in Fryslân die zichzelf van het leven berooft was in de zorg bij GGZ Friesland, vertelt Rutgers. „In de afgelopen vijf jaar waren er achtereenvolgens 25, 16, 24, 31 en 20 suïcides. Je ziet dat het schommelt, net iets meer of minder dan het landelijk gemiddelde. Het zegt daarom zo weinig.”

Martin Steendam is klinisch psycholoog bij GGZ Friesland en als promovendus verbonden aan de Vrije Universiteit van Amsterdam. Hij doet samen met hoogleraar Ad Kerkhof onderzoek naar de effectiviteit van de gatekeeperstrainingen. Over de resultaten kan hij nog niets zeggen, daarvoor is het nog te vroeg. „Het is een soort eerste hulp bij suïcidale klachten. Het gaat erom dat je luistert en contact maakt met iemand die suïcidaal is en diegene motiveert om hulp te zoeken. Dat spreekt niet vanzelf. Want iemand die suïcidaal is heeft weliswaar een levensbedreigende en te behandelen klacht, maar gaat uit zichzelf niet snel ermee naar de huisarts.”