

# HANDLINGSPLAN

-En plan för att stärka den psykiska hälsan  
och motverka suicid i Vansbro kommun

-ett samarbete mellan Vansbro kommun,  
Vansbro vårdcentral, specialistpsykiatri,  
brandkåren norra Dalarna, ambulansen och polisen.

Suicidprevention



A-traktorn tillhör  
Hampus Berglund i Vansbro

## Innehåll

Inledning	3
Bakgrund	3
Målgrupper	6
Utgångspunkt	6
Processen för att nå långsiktighet	7
Genomförande	8
Insatser riktade till hela befolkningen (universella insatser)	9
Insatser riktade till grupper i utsatthet för suicidrisk (selektiva insatser)	12
Insatser riktade till individer med suicidrisk (indikerade insatser)	13
Insatser för medarbetare/anställda	15
Källförteckning	16



## Suicidstatistik för Vansbro kommun 2010 – 2019

Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (NASP), 2021

Under perioden 2010 – 2019 tog 23 personer sina liv i Vansbro kommun (alltså cirka 2 personer per år). Statistiken avser personer som var 15 år eller äldre (statistik kring de få personer som dött pga. suicid i åldern 0 – 14 år brukar inte redovisas i sådana här sammanhang). Detta innebär att antalet suicid per 100 000 invånare (det så kallade suicidtalet, nedan även kallat SM-talet) i genomsnitt var 39,8. Detta kan jämföras med hela riket som under samma period hade ett genomsnittligt suicidtal på 18,7.

Skillnaden mellan Vansbro kommun och hela riket är i detta avseende statistiskt säkerställd. Vansbro kommun hade till och med det näst högsta genomsnittliga suicidtalet för perioden 2010 – 2019 av Sveriges alla 290 kommuner (endast Munkfors hade högre). Det är dock viktigt att ha i åtanke att Vansbro kommun är en liten kommun med knappt 6000 invånare som är 15 år och äldre, samt att när man jämför Sveriges samtliga kommuner med riket så kan även skillnader som normalt betraktas som statistiskt säkerställda uppkomma av en slump. Dock kan man argumentera för att det i sådana här sammanhang är bättre att man uppmärksammar problem som kanske i själva verket beror på tillfälligheter än att avfärdar problem som tillfälligheter, när de i själva verket är genuina. Uppgifterna dessa analyser bygger på har hämtats från Socialstyrelsens Dödsorsaksregister och har bearbetats av NASP<sup>3</sup>.

Eftersom Vansbro hade ett så ovanligt högt genomsnittligt suicidtal åren 2010 – 2019 undersöktes det även om det fanns andra suicidrelaterade aspekter som statistiskt skiljde ut Vansbro från resten av riket. Vi fann några sådana och dessa redovisas nedan.

### Fördelning över olika åldersgrupper i Vansbro kommun

Åldersgrupper	Total antal suicid 2010-2019	Genomsnittligt SM-tal 2010-2019	Genomsnittligt antal invånare 2010-2019 i denna åldersgrupp
15-24	2	26,1	774
25-44	4	29,0	1365
45-64	13	71,6	1822
65 + år	4	21,6	1824

För både riket och Vansbro kommun hade majoriteten av alla suicid 2010–2019 gjorts av män. Medan andelen män för hela riket var 69,3 procent var andelen män i Vansbro kommun hela 95,7 procent (dvs. 22 av de 23 suicid i Vansbro hade utförts av män). De suicidmetoder som användes i Vansbro kommun var, precis som för resten av riket, till största delen förgiftning och hängning.

<sup>3</sup> Själv mord definieras i det här underlaget som dödsfall där den suicidala avsikten är säkert fastställd ("säkra självmord" ICD-koder X60-X84; tidigare E950-E959) samt skadehändelser med oklar avsikt ("osäkra självmord", ICDkoder Y10-Y34; tidigare E980-E989). Båda diagnostyperna redovisas tillsammans. Mer information om hur självmordsstatistik beräknas, finns på NASP:s webbsida: <https://ki.se/nasp/hur-beraknassjalvmordsstatistik>

Dock var andelen suicid via skjutning i Vansbro (5 stycken = 21,7 procent) högre än i resten av riket (7,5 procent). Detta beror dock sannolikt på att Vansbro kommun ligger i Dalarna, där skjutning är en särskilt vanlig suicidmetod, samt på att det var en så stor andel män som hade tagit livet av sig i Vansbro under perioden (skjutning är en metod som nästan uteslutande används av män).

NASP hade ännu inte fått tillgång till data från dödsorsaksregistret för hela 2020 på kommunnivå, dock fanns data för första halvåret av 2020. Det visar sig att under första halvåret 2020 tog 6 personer livet av sig i Vansbro kommun. Detta är exceptionellt många. Under tidsperioden 1980 – 2019 har det bara hänt en enda gång att så många tagit sitt liv i Vansbro kommun under ett helt år.

I startgrupparna för detta projekt undersökte arbetsgruppen journalerna från avlidna personer under aktuell tioårsperiod för att hitta eventuella samband bland de som suiciderat. Data som undersöktes var bland annat ålder, kön, kroppsliga sjukdomar, diagnoser, psykiatrisk mediciner, psykologisk behandling samt hur kontakter med vården/socialtjänsten sett ut. Tyvärr var ovanstående data i de flesta fall svåra att hitta i journalerna på grund av att det inte fanns dokumenterat. Informationen som framkom stämde väl överens med statistisk information från NASP och SCB. Sammanfattningsvis kunde ett par slutsatser dras utifrån journalgenomgången utöver vad statistiken visar:

- Att ett flertal av de personer som suiciderat hade inte haft någon kontakt med sjukvården det senaste året innan. De som hade haft kontakt med sjukvården hade oftast inte haft det på grund av psykiskt nedsatt mående, utan snarare på grund av kroppsliga åkommor. Det vill säga oftast hade de ingen pågående behandling för psykisk ohälsa inom sjukvården.
- Undersökningen av journalerna visade att följder av ett högt alkoholintag (ej bara i de fall personen suiciderat) var en vanlig dödsorsak bland kommunens invånare under åren 2010 - 2020.

Region Dalarna har sedan 2021 en strategi inom suicidprevention för Hälso- och sjukvården som utgår från det nationella handlingsprogrammet. Strategin ska fungera som vägledning och dess innehåll ska ses som ett delat ansvar mellan verksamheterna i regionen och externa aktörer. Arbetet är beroende av allas gemensamma insatser. Strategin ger därigenom möjlighet att tillsammans stärka det suicidpreventiva arbetet i Region Dalarna och lägga grunden för en mer välmående befolkning.

”Ingen människa ska behöva hamna i en sådan utsatt situation att självmordses som den enda utvägen.”

Proposition 2007/08:110, En förnyad folkhälsopolitik

I samband med att strategin antogs gavs utvecklingsenheten, division psykiatri inom Region Dalarna uppdrag att påbörja ett projekt i liten skala med att stödja glesbygdskommunen Vansbro, i syfte att bidra till ett ökat suicidpreventivt arbete tillsammans med andra aktörer. Den här gemensamma handlingsplanen är en produkt av detta arbete.

## Målgrupper

Då målgruppen är hela befolkningen i Vansbro kommun berör denna handlingsplan i första hand de ansvariga verksamheterna som kommer i kontakt med invånarna i ett främjande, förebyggande syfte (som exempelvis skolan) men även andra aktörer som återfinns i civilsamhället har också en viktig roll för människors välbefinnande (exempelvis idrottsföreningar och andra ideella föreningar), och är ett komplement till kommunala och regionala insatser. Handlingsplanen har därför arbetats fram främst i samverkan mellan Vansbro kommun, vårdcentral Vansbro, räddningstjänst Norra Dalarna, polis, ambulans, psykiatri norra västra och folktandvården.

## Utgångspunkt

Det återfinns flera delar och nivåer i ett suicidpreventivt arbete. Från akuta insatser som oftast utförs av blåljusenheter, psykiatri och vårdcentral till hälsofrämjande insatser som genomförs i kommunal regi. I kontakten med suicidnära personer har primärvården en betydande roll genom behandling av psykisk sjukdom.

Grundläggande kunskaper för att identifiera tecken till psykisk ohälsa eller sjukdom, kännedom om olika riskgrupper och förmåga att bemöta personer med psykisk ohälsa, sjukdom eller som befinner sig i kris är väsentligt för samtlig personal inom kommun och region. Det är även viktigt att alla andra aktörer (t.ex. ungdomsledare, anställda inom äldreomsorg och socialtjänst) som kommer i kontakt med kommunens invånare i olika åldrar och skeden i livet vet vilken form av stöd som finns att tillgå och kan förmedla de rätta kontaktvägarna.

Modellen nedan visar de olika preventionsnivåerna som respektive verksamhet bör utgå ifrån då deras fokusområden ser olika ut. För vissa kan det till exempel vara aktuellt med att arbeta på flera nivåer samtidigt, medan det för andra aktörer kan vara aktuellt med arbete på endast en nivå. I enlighet med Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (NASP) rekommendationer har projektet tillämpat multikomponent insatser, det vill säga att implementera flera olika åtgärder samtidigt, eftersom suicidala beteenden förebyggs på olika nivåer eller inom olika verksamheter<sup>4</sup>. På så sätt kan insatserna ha en positiv inverkan på varandra fränsett att det sker under en god samverkan.



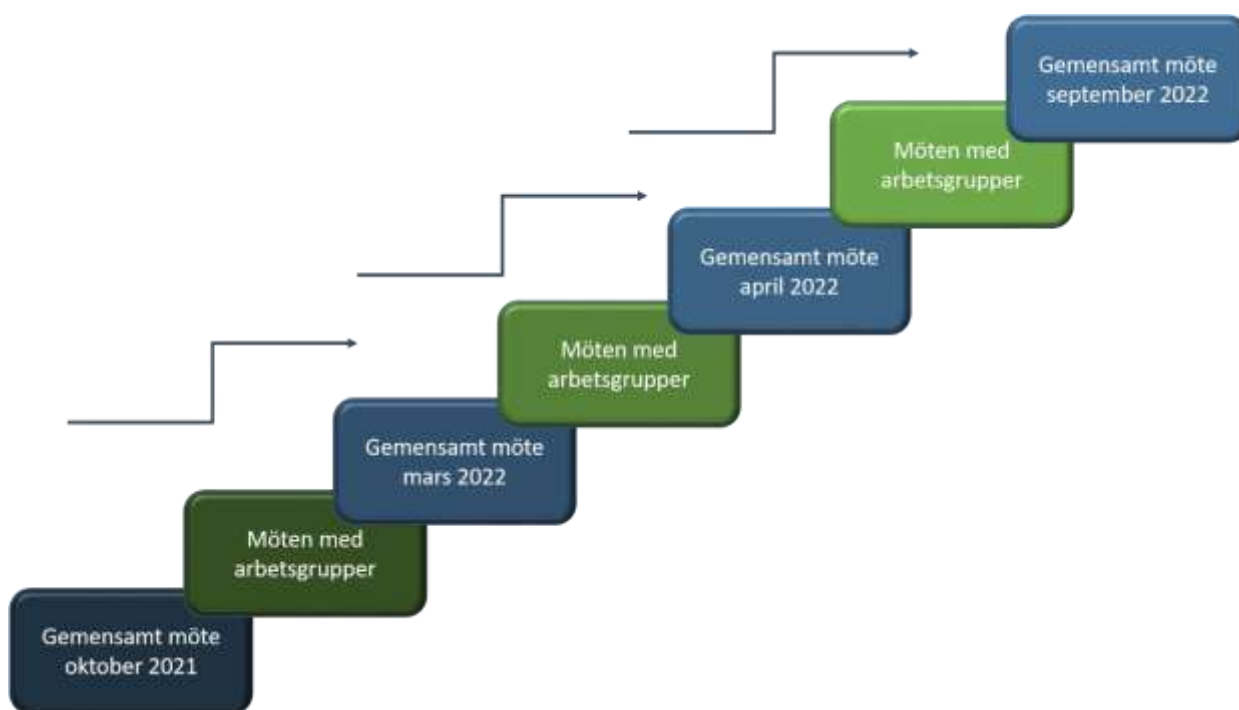
<sup>4</sup> [www.respi.se](http://www.respi.se)

## Processen för att nå långsiktighet

Under en längre tid har Vansbro kommun varit hårt drabbat av många suicid i proportion till dess befolkningsmängd. På en suicid räknas minst 10 - 20 närmast sörjande och eftersom människor i mindre samhällen i allmänhet har större kännedom om varandra, kan detta antas ha en stor påverkan i närområdet som helhet. Utifrån tillgänglig statistik och det lokala samhällets förutsättningar skapades en mindre arbetsgrupp för att stödja en uppbyggnad av ett långsiktigt suicidpreventivt arbete.

Arbetet har letts av en arbetsgrupp inom regionen. Allteftersom arbetet fortgick bildades även en kommunal arbetsgrupp och representanter från varje aktör anslöt vid gemensamma möten som både genomfördes fysiskt i Vansbro och digitalt. När representanter för de olika aktörerna var utsedda påbörjades en process med att förmedla information om statistik, bakomliggande orsaker till suicidtankar, riskfaktorer, förutsättningar för ett preventionsarbete och implementeringsstöd.

Under processens gång har kontaktvägarna mellan den regionala och kommunala arbetsgruppen utarbetats. Initialt deltog både politiker, och tjänstepersoner men under processens gång har arbetet främst förlagts på tjänstepersonsnivå. Mellan de gemensamma sammankomsterna har aktörerna fått i uppdrag att identifiera behov, förutsättningar, resurser och ge förslag på insatser utifrån preventionsnivåerna.



Aktörerna har getts tid under de gemensamma mötena att resonera kring deras ansvar och möjlighet till ytterligare samverkan. En process som syftade till att skapa ett långsiktigt och hållbart arbete som varken bygger på eldsjälar eller kortvarigt projekt. Grundtanken är istället att skapa förutsättningar för att arbetet kan fortgå i kommunen, även efter projektets avslut.

Strävan har varit att allt fler invånare i Vansbro kommun ska känna till hur de söker stöd och vård vid nedsatt psykisk hälsa, och att när de så gör bli bemötta av kompetent personal med goda kunskaper om suicidprevention som har ett personcentrerat förhållningssätt och samverkar väl med andra aktörer för att nå den allra bästa lösningen för varje individ.

- På kort sikt har målet varit att klargöra/lyfta fram problemet suicid och medvetandegöra aktörernas ansvar och möjligheter att arbeta suicidpreventivt samt att upprätta en organisation med tydlig ansvarsfördelning och befogenheter.
- På medellång sikt har målet varit att komma överens om vilka suicidpreventiva insatser som ska prioriteras på respektive kommun- och regionnivå samt redogöra för samarbete inom kommunens verksamheter och med andra aktörer i samhället.
- På lite längre sikt är målet att genomföra de föreslagna insatserna, att följa upp och utvärdera effekterna av dessa, samt tillförsäkra åtgärdernas varaktighet.

Generellt kan insatser inom folkhälsoarbetet brytas ner till 3 kategorier: hälsofrämjande, förebyggande och vårdande/behandlande insatser. Om vi vill påverka de komplexa folkhälsoproblem som finns i samhället idag, som till exempel suicid, räcker det inte med att vi enbart fokusera på vårdande/behandlande insatser. Arbetet måste även planeras utifrån förebyggande och hälsofrämjande insatser. När det gäller suicidprevention lutar sig den evidens som finns mot en bred, mångsidig strategi som inkluderar insatser på flera nivåer samtidigt.

## Genomförande

Handlingsplanen pekar ut vilka insatser som planeras genomföras under paraplyet psykisk hälsa/ohälsa suicid. Varje enskild aktör/verksamhet/enhet ansvarar för att prioritera och implementera angivna åtgärdsförslag, med utgångspunkt i invånarnas behov och verksamhetens förutsättningar. En förväntan är att de planerade insatserna ska föras in i varje aktörs verksamhet och följas upp i respektive aktörers organisation. Handlingsplanen och de separata insatserna ska årligen följas upp/revideras och detta sker genom samverkansmöten mellan kommun, räddningstjänst och hälso- och sjukvården. Ansvar för att årligen sammankalla alla aktörer förläggs på den psykiatriska öppenvården i Mora/Malung som innehar den största kompetensen inom suicidprevention.

## Insatser

För att nå målet om att minska antalet suicid i kommunen krävs ett långsiktigt arbete som integreras i ordinarie verksamhet i såväl kommunens som regionens alla verksamheter. Områden som identifierades under projektets gång utgör grund för handlingsplanens aktiviteter.

Tabellerna har färgats för att enkelhetens skull beskriva de olika aktörers insatser. Se nedan vilken färg respektive aktör erhållit i tabellen.

Vansbro kommun	Vansbro vårdcentral	Psykiatri norra västra	Brandkåren Norra Dalarna	Ambulansen	Flera aktörer
----------------	---------------------	------------------------	--------------------------	------------	---------------

Vissa insatser är pågående insatser som inte är en direkt produkt av projektet men med det sagt inte obetydliga i ett suicidpreventivt arbete. Dessa insatser är markerade med kursiv stil.



## Insatser riktade till hela befolkningen (universella insatser)

Insatser	Målsättning med insats	Ansvarig	Planerad start	Uppföljning
Informationsbroschyr till samtliga invånare i kommunen (via ett utskick med posten).	Nå ut med tydlig, saklig och övergripelig information om de kontaktvägar som finns till kommunens verksamheter, regionens verksamheter och frivilligorganisationers stödfunktioner vid nedsatt psykiskt mående, eller problem med försörjning eller ekonomi.	Vansbro vårdcentral, psykiatri, kommunen- och regionens arbetsgrupp samt kommunikation s-avdelningen för regionen	Maj 2022, arbetet har påbörjats och slutprodukt ska godkännas innan utskicket sedan kan göras	Ingen uppföljning. Syftet är att invånarna ska erbjudas lättillgänglig information i form av en broschyr som beskriver vart de kan vända sig vid nedsatt mående och problem med ekonomi eller försörjning.
Föreläsning riktad till arbetsgivare i kommunen.	Fånga upp personer med psykisk ohälsa.	Vansbro kommun och Region Dalarna	Genomförd	
Samarbetsvård mellan vårdcentral och öppenspsykiatri.	Minska psykisk ohälsa genom ökad tillgänglighet till vården.	Verksamhetschef primärvård och psykiatri		Pågående sedan tidigare. Primärvård har stående konsulttider med psykiater 1 gång/vecka
Via IBM (integrerad beroendemottagning) öka tillgänglighet genom drop in samt information ut i samhället.	Minska alkoholkonsumtion utifrån riskgrupp för suicid.	Region (psykiatri och vårdcentral) och kommun (socialtjänsten) genom LÖK.	LÖK (lokal Överenskommelse) förväntas vara klar under 2022	
Psykiatrien bedriver öppenvård på vårdcentralen 2 ggr/veckan.	Förbättra samarbetet mellan primärvården och psykiatri i Vansbro. Dra nytta av varandras kompetens. Tätare kommunikation.	Verksamhetschef inom psykiatri och verksamhetschef på vårdcentralen	Från och med mars 2022.	Utvärderat september 2022 och kommer att fortsätta
<i>Samverkan mellan vårdcentralens bedömningsenhet och psykiatri.</i>	<i>Förbättra arbetet med vårdintyg, erbjuda tid med läkare och psykiatrisjuksköterska.</i>	<i>Vårdcentral och psykiatri</i>	<i>Pågående</i>	
Adressättning av alla bostads- och fritidshus i kommunen.	Blåljusverksamheten ska snabbt kunna hitta till rätt plats i kommunen om någon behöver hjälp.	Vansbro kommuns bygg- och miljöchef	2022-2024	
Utbilda, minst två stycken MHFA-instruktörer <sup>5</sup> .	Att kunna internutbilda alla medarbetare inom Vansbro kommun till Förstahjälpare/Gatekeepers.	Sektorchef Lärande Sektorchef Social omsorg alt Äldreomsorg	Vecka 35 2022	Genomfört
Utbilda all personal i Förstahjälpare/Gatekeepers inom samtliga sektorer.	Att höja kompetensen att identifiera psykisk ohälsa hos medarbetare och brukare/elever/klienter etc.	Sektorchefer Instruktörer i MHFA	Påbörjas hösten 2022	

<sup>5</sup> Mental Health First Aid (MHFA), Första hjälpen till psykisk hälsa – en utbildning: [MHFA - Första hjälpen till psykisk hälsa | Karolinska Institutet](#)

Insatser	Målsättning med insats	Ansvarig	Planerad start	Uppföljning
Utbildning i psykisk ohälsa och suicid via den digitala utbildningen "Stör döden" från Suicide Zero.	Ge samtlig personal inom skolan stöd i arbetet med elevernas psykiska hälsa.	Chefer inom sektor lärande	Hösten 2022	
MHFA instruktörer i kommunen utbildar personal i det privata näringslivet.	Att privata arbetsgivare ska bli bättre på att identifiera psykisk ohälsa.	Vansbro kommun	2023-2024	
<i>Utveckla stöd och samverkan med föreningar och frivilligorganisationer.</i>	<i>Främja invånarnas möjlighet att delta i sociala sammanhang och ge ett medmänskligt stöd.</i>	<i>Vansbro kommuns ekonomichef</i>	<i>Kommande</i>	
Tillsätt en permanent arbetsgrupp för suicidpreventivt arbete (SPG)	Samordna kommunens suicidpreventiva arbete.	Kommunledningsgruppen	Planerad för hösten 2022	
Genomför Suicide Zeros utbildning "Våga fråga" bland samtlig kommunal personal inom alla sektorer (förutom lärande och äldreomsorg).	Ge ökade kunskaper om identifiera varningstecken på psykisk ohälsa/suicidtankar och hur en stöttar någon som mår dåligt.	Sektor social omsorg, samhälle, service och kommunkansli	Hösten 2022	
Genomför Suicide Zeros utbildning "Våga fråga äldre" – bland samtlig personal inom äldreomsorgen.	Ge ökade kunskaper om identifiera varningstecken på psykisk ohälsa/suicidtankar och hur en stöttar någon som mår dåligt.	Chefer inom sektor äldreomsorg	Hösten 2022	
Arbete för att förebygga suicid i fysisk miljö med hjälp av SKR:s vägledande underlag.	Arbeta med att minska riskfaktorer i den fysiska miljön som en del i ett suicidpreventivt arbete.	Vansbro kommuns bygg och miljöchef	Arbete för att förebygga suicid i fysisk miljö med hjälp av SKR:s vägledande underlag.	Arbeta med att minska riskfaktorer i den fysiska miljön som en del i ett suicidpreventivt arbete.
I tolksamtal med kulturtolk lyfta frågor om psykisk hälsa.	Öka förståelsen för synen på psykisk ohälsa och minska stigmatiseringen.	Vansbro kommuns integrationsenhet	Hösten 2022	I tolksamtal med kulturtolk lyfta frågor om psykisk hälsa.
Tillhandahålla informationsmaterial på flera språk angående psykisk hälsa/ohälsa.	Öka förståelsen, sänka tröskeln för att söka stöd/vård och minska stigmatisering.	Vansbro kommuns integrationsenhet	Hösten 2022	Tillhandahålla informationsmaterial på flera språk angående psykisk hälsa/ohälsa.
Kartlägga och identifiera skolbaserade insatser i ett suicidpreventivt arbete.	Att välja och implementera valt program.	Elevhälsachef i samverkan med rektorer, elevhälsoteam och lärare	Hösten 2022	Kartlägga och identifiera skolbaserade insatser i ett suicidpreventivt arbete.
Samverkansträffar med regionen och blåljusverksamhet.	Följa utvecklingen och identifiera behov av nya insatser.	Vansbro kommuns suicidgrupp	2023	Samverkansträffar med regionen och blåljusverksamhet.

Insatser	Målsättning med insats	Ansvarig	Planerad start	Uppföljning
Utbildning av samtlig personal i suicidriskbedömning.	Ökad kompetens i bemötande av patienter med psykisk ohälsa.	Verksamhetschef Vansbro vårdcentral	Start 2023 Återkommande utbildning för samtlig personal och för nyanställda	
Depressionscreening partner i samband med graviditet och förlossning.	Spridning av kunskap, tidig upptäckt av psykisk ohälsa.	Vansbro vårdcentral BVC/ MVC	Pågår	
Ökat samarbete mellan ungdomsmottagningen och skola.	Öka kunskapen om psykisk hälsa bland ungdomar genom förebyggande arbete med risk/missbruk.	Vansbro vårdcentral, enhetschef på ungdomsmottagningen	Genomfört, pågår	
Sprida information om stöd från ungdomsmottagningen, öppettider och appen Ung i Dalarna.	Tillgängliggöra information där unga befinner sig.	Vansbro vårdcentral, ungdomsmottagningen	Sommaren 2022 Genomfört	
Projekt via Högskolan Dalarna. "Digiyouth" Alla ungdomar som kommer för besök till ungdomsmottagningen får svara på en digital enkät via en QR kod om sin sexuella hälsa, psykisk hälsa och livsstil som behandlaren sedan tittar på tillsammans med ungdomen.	För att upptäcka tecken på psykisk ohälsa. Om detta upptäcks kan barnmorskan ordna tid till samtals-terapeuten och vice versa. Resultatet av enkäten diskuteras med ungdomen och staplarna blir röda vid vissa svar.	Vansbros vårdcentral, enhetschef på ungdomsmottagningen	Hösten 2022	Det blir eventuellt möjligt att plocka ut statistik ur dataprogrammet längre fram om Vansbro ungdomars sexuella hälsa, psykiska hälsa och livsstil.
Mötesplats för HBTQ-individer.	Skapa en trygg, öppen plats för möten och samtal.	Vansbros vårdcentral, enhetschef ungdomsmottagningen	Digital?	
Ökad tillgänglighet via TeleQ: lägga till knappval psykisk ohälsa i vårdcentralens telefonrådgivning.	Att personen som ringer omgående får en kvalificerad bedömning av vårdsamordnare psykisk hälsa eller samtalsterapeut.	Vårdcentral, medicinsk sekreterare med ansvar för TeleQ	Implementerat under våren 2022	Utvärderas genom granskning av statistik i TeleQ, samt personalens upplevda nytta med insatsen.
Erbjuda patienter tid för första bedömning genom telefonsamtal eller besök istället för väntelista.	Minska tiden med psykiskt lidande, snabbare komma till behandling. Skapa en känsla av snabb hjälp och omhändertagande.	Vansbros vårdcentral, samtalsmottagningen	Se över arbetssätten på samtalsmottagningen. (Första besök till vårdsamordnare psykisk hälsa inom en vecka är redan implementerat).	
Ställ frågor om psykiskt mående/våld i nära relation vid årskontroller för diabetes, hypertoni och blodtryck.	Syftet är att fånga upp erfarenhet av våld och upptäcka psykisk ohälsa.	Vansbro vårdcentral	Pågår	

## Insatser riktade till grupper i utsatthet för suicidrisk (selektiva insatser)

Insatser	Målsättning med insats	Ansvarig	Planerad start	Uppföljning
Samtlig personal på vårdcentralen ska genomgå utbildning i suicidprevention SPiSS <sup>6</sup> .	Öka kunskapen om suicidprevention på vårdcentralen för samtliga professioner.	Verksamhetschef på vårdcentralen	Utfört	Alla har genomgått utbildningen.
12 veckors KBT gruppbehandling vid depression, ångest och oro hos ungdomar på ungdomsmottagningen.	Snabbare behandling för fler ungdomar.	Ansvarig chef på ungdomsmottagningen	Hösten 2022	Mäta hur många ungdomar som deltagit.
Upprätta rutiner/handlingsplan vid inträffat suicid.	Skapa lokal rutin som förtydligar av vem som gör var, tydlig information om hur efterlevandeskyddet ska läggas upp.	Vårdcentral, vårdutvecklare och vård-samordnare psykisk hälsa, verksamhetschef.	Ny tydlig rutin för hur ett inträffat suicid ska hanteras och hur stödet för närstående skall genomföras. Finns nu på vårdcentralen.	Slutfört.
Utbildning i föräldraskapsstöd "ABC"	Ge föräldrar kunskap i att förstå barns utveckling och hantera barns beteende. Föräldrar till barn i åldrarna 0-8 år.	Vansbro kommun, rektor inom förskola		Utbildning i föräldraskapsstöd "ABC"
Utbildning i föräldraskapsstöd "Connect"	Ge föräldrar kunskap i att förstå barns utveckling och hantera barns beteende. Föräldrar till barn i åldrarna 9-18 år.	Vansbro kommuns elevhälsachef		
Öppenvårdsinsatser riktade mot skadligt bruk/riskbruk/ beroende.	Minska det skadliga bruket.	Kommunens Individ – och familjeomsorg beroendeterapeut.	Pågående	
Öppenvårdsinsatser riktade till vårdnadshavare.	Stärka föräldraförmågan.	Vansbro kommuns familjeteam och familjerådgivning		
Erbjuda föräldrautbildning "Connect" till föräldrar till barn i åldrarna 9-18 år.	Ge föräldrar stöd i att utveckla lyhördhet och eftertanke i sitt föräldraskap genom ökad kunskap om barns utveckling för att kunna ha förmåga att hantera sitt barns beteende.	Vansbro kommuns elevhälsachef  Genomförs av privata kursledare	Hösten 2022	
Genomföra föräldrastödsprogrammet Alla Barn i Centrum "ABC".	Erbjuda föräldrar/vårdnadshavare kunskap i att förstå barns utveckling och hantera barns beteende. Målgrupp familjer med barn i åldrarna 3-8 år.	Kommunens förskolors rektorer.  Genomförs av utbildade handledare	Pågående	

<sup>6</sup> Suicidprevention i Svensk sjukvård (SPiSS) – en webbaserad utbildning med syfte att minska antal suicid och suicidförsök.

Insatser	Målsättning med insats	Ansvarig	Planerad start	Utvärdering
Tillsätta en anhörigsamordnare.	Ge stöd till anhöriga.	Vansbros kommuns elevhälsachef	Hösten 2022	Utfört
Upprätta lokal överenskommelse om samverkan mellan region och kommun kring personer med psykisk funktionsnedsättning från 18 år.	Tydliggöra ansvarsfördelning samt stärka samverkan för att tillgodose vård och stöd utifrån ett helhetsperspektiv.	Enhetschef psykiatri, vårdcentral och kommun.	Pågående	
Utveckla vård och behandling via beroendeteamet.	Minska beroendeproblematik.	Enhetschef och beroende-sjuksköterska	Pågående	
Vård i rätt tid - i vårdprocessen.	Förbättrat vårdflödet gällande uppföljning och omvårdnad patienter med risk för suicid.	Enhetschef inom psykiatri	Implementering pågår	
Kompetenshöjning till personal.	Ökad kvalitet i suicidriskbedömningar och ökad kunskap i suicidpreventivt arbete.	Enhetschef inom psykiatri	Våren 2022 All personal har gått	Genomfört, kommer att ske årligen

## Insatser riktade till individer med suicidrisk (indikerade insatser)

Insatser	Målsättning med insats	Ansvarig	Planerad start	Utvärdering
Ställa direkta frågor om suicidtankar.	Fånga upp de som är i riskzonen men inte själva pratar om det.	All personal inom ambulansen	Det görs redan men ännu inte av all personal.	
Utveckla arbetet med uppsökande verksamhet för äldre personer.	Informera om det stöd som finns att tillgå vid psykisk ohälsa. Syfte – medmänskligt samtal med möjlighet att uppmärksamma psykisk ohälsa – suicidtankar.	Sektorchef social omsorg	Hösten 2022	
<i>Vid Budget- och skuldrådgivning identifiera behov av stöd för sitt psykiska mående.</i>	<i>Stöd och råd i att hitta lösningar på ekonomiska problem, ställa frågor om psykisk ohälsa/suicidtankar/ planer och informera om mer stöd.</i>	<i>IFO, budget- och skuldrådgivare</i>	Pågående verksamhet	
Implementera Suicide Zeros beslutstöd för skola och socialtjänst.	Skapa en handlingsberedskap kring hur medarbetare ska agera vid misstanke/oro för suicidrisk, allvarlig självskada och suicid.	Vansbro kommuns rektorer och enhetschefer för socialtjänsten	Hösten 2022	
Lågintensiv uppföljning 2 år efter suicidförsök/suicid-prevention.		Utrednings- och behandlingsteamet inom psykiatri	2022, ej börjat än (september)	Lågintensiv uppföljning 2 år efter suicidförsök/suicid-prevention.

<b>Insatser</b>	<b>Målsättning med insats</b>	<b>Ansvarig</b>	<b>Planerad start</b>	<b>Uppföljning</b>
<i>Internutredning efter suicid.</i>	<i>Att hitta samband och orsaker för att vidta förebyggande åtgärder.</i>	<i>Patientsäkerhetsombud</i>	<i>Pågående</i>	
<i>Synergi efter allvarliga suicidförsök.</i>	<i>Att hitta samband och orsaker för att vidta förebyggande åtgärder.</i>	<i>All personal rapporterar patientsäkerhetsombud sammanställer och ansvarar för åtgärder.</i>	<i>Pågående</i>	
<i>Mobilt team och tillgång till akutläkare.</i>	<i>Mobila och akuta insatser för att förebygga suicid.</i>	<i>Enhetschef inom psykiatri</i>	<i>Pågående sedan år 2017 och under fortsatt utveckling.</i>	
<i>Strukturerad suicidriskbedömning görs av alla suicidnära patienter.</i>	<i>Att upptäcka och förebygga suicid.</i>	<i>All personal inom psykiatri</i>	<i>Pågående</i>	
<i>Personlig vårdplan/krisplan.</i>	<i>Personcentrerad vård och suicidprevention.</i>	<i>All personal inom psykiatri</i>	<i>Pågående</i>	
<i>Fånga upp anhöriga/närstående vid inträffat suicid. Ta kontakt, återkoppla och informera om stöd/hjälp.</i>	<i>Förebygg ytterligare suicid.</i>	<i>Personal inom ambulansen, räddningstjänsten och primärvårds-läkare.</i>		
<i>Säker läkemedelshantering och regelbunden extern kvalitetsgranskning.</i>	<i>Minska risken för skadligt bruk av läkemedel.</i>	<i>Utförs av Vansbro kommuns medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS). Medverkande verksamhetschef och Hälso- och sjukvårdspersonal</i>	<i>Pågående</i>	
<i>POSOM, plan för Vansbro kommun.</i>	<i>Välfungerande funktion</i>	<i>Vansbro kommun i samverkan med ambulans, räddningstjänst, FRG och svenska kyrkan</i>		
<i>Personalutbildning från region Uppsala "Att samtala om suicidtankar".</i>		<i>Behandlande personal psykiatri, primärvård ev. kommun</i>	<i>Påbörjas 2023</i>	
<i>Nytt vårdprogram suicid</i>		<i>Psykiatri, ambulans och primärvård</i>	<i>Påbörjas 2023</i>	
<i>Integrerad missbruksmottagning</i>	<i>Samverkan kring stödet för att minska individers missbruk.</i>	<i>Vansbro kommuns IFO-chef. Medverkande beroende- terapeut, vuxenhand- läggare, vårdcentralen och öppenpsykiatri</i>		

Insatser	Målsättning med insats	Ansvarig	Planerad start	Uppföljning
<i>Konsultationsgruppen</i>	<i>Samverkan kring barn och unga med behov av stöd från flera aktörer.</i>	<i>Elevhälsachef medverkande: IFO, vårdcentralen, habilitering, BUP</i>	<i>Pågående</i>	
En dörr in - samverkan kring personer med behov av stöd för rehabilitering för åter till arbetsmarknaden alt sysselsättning/daglig verksamhet.	Att personer ska komma ut i egen försörjning samt ev. upptäcka psykisk ohälsa.	Vansbro kommun, enhetschef vid aktivitetscentrum Medverkande: IFO, vårdcentralen, försäkringskassan, arbetsförmedlingen	Pågående	
Delegationen Unga till Arbete (DUA) och Delegationen Nyanlända till Arbete (DUNA).	Samverkan kring unga (1621) samt nyanlända i syfte att slutföra studier eller komma i sysselsättning.	Vansbro kommun, enhetschef vid Aktivitetscentrum i samverkan med IFO, gymnasiet /lärocentrum, arbetsförmedlingen		

## Insatser för medarbetare/anställda

Insatser	Målsättning med insats	Ansvarig	Planerad start	Uppföljning
Lyfta ämnet psykisk hälsa med personal i samband med medarbetarsamtal.	Identifiera behov av vidare hjälp på lämpligt ställe (ex företagshälsovård, osv)	Ansvarig chef inom region och kommun	2023	
Regelbunden hälsoundersökning, och samtal med SSK på företagshälsovården.	Fånga upp de som inte mår bra och förmedla rätt stöd och hjälp.	Verksamhets- chef inom ambulansen beviljar, därefter ansvar hos 1:a linjens chefer		
Instruktörsutbildning AOSP <sup>7</sup> .	Utbilda fler instruktörer i Akut omhändertagande av suicidnära person (AOSP).	Räddnings- tjänsten	Hösten 2022 utbildades 4 instruktörer och målet är att utbilda cirka 60 brandmän och 8 insatsledare.	

<sup>7</sup> Akut omhändertagande av suicidnära person (AOSP) en utbildning som vänder sig främst till personer som är aktiva inom eller samarbetar med blåljusorganisationerna: [Akut omhändertagande av självmordsnära person \(AOSP\) | Karolinska Institutet \(ki.se\)](#)

## Utvärdering/uppföljning

Varje verksamhet ansvarar för insatserna inom ramen för sitt ansvarsområde och dess lagstiftning men huvudansvaret för utvärderingen kommer att förläggas på regionens arbetsgrupp som vidare kommer att kalla till gemensamma sammankomster för fortsatt utveckling av det gemensamma suicidpreventiva arbetet.

En särskild mall för utvärdering kommer att tas fram för att följa upp samtliga insatser gemensamt med de utsedde ansvarig för respektive insats med utgångspunkten att ju fler och ju mer specifika indikatorer som man lyckas mäta i en utvärdering av en suicidpreventiv handlingsplan, desto bättre.

## Källförteckning

Folkhälsomyndigheten, 2019. Ett nationellt handlingsprogram för suicidprevention.

Folkhälsomyndigheten, Suicidprevention.se (2019a),  
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/suicidprevention>

Runeson B, Å. M., (2003). Family history of suicide among suicide victims. Am J Psychiatry, 160(8).

Socialstyrelsen, 2022. [Suicid och suicidförsök - Patientsäkerhet \(socialstyrelsen.se\)](https://www.socialstyrelsen.se/suicid-och-suicidforsok-patientsakerhet)

[Suicidpreventiva insatser med multipla komponenter | RESPI](#)

[Statistik om suicid — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)