



Selvmodstanker?

Rusmiddelteamet Rebild Kommune

Vurdering af aktuel selvmordsrisiko

Ved bekymring for aktuel selvmordsrisiko handler vi i Rusmiddelteamet på dette. Vi kan ikke forhindre, at mennesker tager deres eget liv, men hvis vi vurderer at risikoen er til stede, vil vi henvise til og orienterer andre instanser.

Følgende spørgsmål stilles ved mistanke om selvmordsrisiko:

Er der i løbet af den sidste måned sket, at du:

1: Tænkte, at det var bedre at være død, eller ønskede at du var død	Ja	Nej
2: Ønskede at skade dig selv?	Ja	Nej
3: Tænkte på selvmord?	Ja	Nej
4: Havde en selvmordsplan?	Ja	Nej
5: Har forsøgt selvmord?	Ja	Nej
6: Har du nogensinde forsøgt selvmord?	Ja	Nej

Scores:

1 eller 2 eller 6 = Ja

Lav risiko

3 eller (2 og 6) = Ja

Middel risiko

4 eller 5 eller (3 og 6) = Ja

Høj risiko

Hvis Ja på 1,2, og 3 spørges der ind til hyppighed og konkrete eksempler.

Hvis Ja på 4 spørges der ind til hvad planen går ud på?

(Metode, tid, sted og forberedelser). Dette kan give en indikation af alvorlighed.

Hvis ja på 5 og 6 spørges der ind til konkrete detaljer

(metode, tid, sted og forberedelser) og om der har været opfølgning fra psykiatrien/pårørende/andre hjælpesystemer.

Hvis der vurderes risiko, vil din behandler:

- Sige at han/hun er i tvivl om din evne til at tage vare på dig selv
- Diskutere sin bekymring med kollegaer og leder.
- Orienterer din læge evt. vagtlæge
- Udlevere denne folder med telefonnumre, som du kan ringe til, hvis du har brug for det.

Vagtlægen – 70150300 Kan kontaktes uden for egen læges åbningstid.

Psykiatrisk Skadestue Aalborg – 97643700 Telefonen er åben døgnet rundt, året rundt.

Den Social Skadestue – 98123292 Den Social Skadestue er åben for telefonisk kontakt på alle årets dage mellem klokken 18-07.

Livslinien – 70201201 Tilbyder telefonisk rådgivning på alle dage mellem kl. 11-04. Chat på www.livslinien.dk

PsykiaFonden – 39252525 Tilbyder personlig og anonym information og hjælp.

Sct. Nikolai Tjenesten – 70120110 Åben for personlig eller telefonisk anonym samtale.

Ung På Linie – 70121000 Hjælper unge med at sætte ord på svære tanker og følelser.

Børns Vilkårs Børnetelefon – 35555555 Børn og unge kan ringe til børnetelefonen mandag til torsdag 12-21 fredag fra 12 – 19.

Børns Vilkårs Forældretelefon – 35555557

Forældre kan ringe mandag – fredag 12 – 21 og fredag 12 – 19

LMS – Landsforeningen mod spiseforstyrrelser og selvskade – 70101818 rådgivningen er åben for henvendelser mandag til torsdag mellem 16 – 20

Børn, unge og sorg – 70209903 Unge mellem 16 – 28 år (forældre og kærester) kan ringe og få råd i forbindelse med alvorlig fysisk sygdom, selvmord eller ulykke, mandag – torsdag 17-21.

Depressionslinien – 33124774 Telefonrådgivning i Depressionsforeningen. Åbent alle dage fra 19-21 undtagen lørdag.

Anonyme Alkoholikere – 70101224. Telefonrådgivning alle dage mellem 8-24.

Udarbejdet af Rusmiddeltemaet Rebild Kommune 2020- revideret Maj 2025