

Suizide verhindern – neue Angebote in Frankfurt

Mehrere neue Angebote sollen zur verbesserten Suizidprävention in Frankfurt beitragen. Im Rahmen des Frankfurter Projekts zur Prävention von Suiziden mittels Evidenz-basierter Maßnahmen (FraPPE) wurde neben verschiedenen Hilfsangeboten auch ein erfolgversprechendes Therapieprogramm aus der Schweiz etabliert.

FraPPE ist im September 2017 gestartet und wird vom Bundesministerium für Gesundheit mit über 700.000 Euro über die dreijährige Laufzeit gefördert. Ziel ist, die Zahl der Suizide in Frankfurt um 30 Prozent zu senken.

Zur Halbzeit des Projekts wurden bereits mehrere neue Angebote zur verbesserten Suizidprävention etabliert. So ist unter der zentralen Notfallhotline (0 69) 630 13 113 seit September rund um die Uhr eine der psychiatrischen Kliniken der Stadt erreichbar. Alle beteiligten Kliniken haben außerdem eine offene Sprechstunde für Menschen in suizidalen Krisen eingerichtet. Verschiedene Infogruppen klären Patienten und Angehörige auf. Informationen zu den Angeboten sowie alle Termine finden sich auf der neuen Projektwebsite von FraPPE.

Seit diesem Jahr können Patienten nach Suizidversuch zudem am Therapieprogramm ASSIP (Attempted Suicide Short Intervention Program) aus der Schweiz teilnehmen. Im Rahmen einer Studie konnte die Anzahl der Folgesuizidversuche damit um 80 Prozent reduziert werden.

Erneute Suizidversuche verhindern – Zugang zu Unterstützung erleichtern

Einer der größten Risikofaktoren für Suizidversuche ist ein bereits erfolgter Suizidversuch. Gleichzeitig wird nur etwa ein Viertel der Patienten nach einem Suizidversuch in einer psychiatrischen Klinik vorgestellt. Im Rahmen des Teilprojekts Suizidversuche – Sicher Verhindern (SVSV) werden daher Mitarbeiter beim Rettungsdienst und in den somatischen Kliniken sensibilisiert und geschult – allen Betroffenen soll angeboten werden, dass sie stationär aufgenommen werden. Es gibt aber auch niedrighschwellige Alternativen für diejenigen, für die ein Klinikaufenthalt nicht in Frage kommt. Sie erhalten einen Leitfaden zum Umgang mit suizidalen Krisen und den Hinweis auf eine neu eingerichtete Infogruppe, die sich in jeder der beteiligten psychiatrischen Kliniken einmal monatlich trifft. Teilnehmer lernen darin, Frühwarnzeichen zu erkennen sowie einen Krisen- und Notfallplan zu erstellen.

ASSIP – Suizidversuche um 80 Prozent reduziert

Außerdem prüfen die zuständigen Ärzte und Therapeuten, ob die Patienten für das Kurztherapieprogramm ASSIP geeignet sind. ASSIP beruht auf handlungstheoretischen Ansätzen und zielt darauf ab, eine vertrauensvolle und sichere therapeutische Beziehung zwischen Behandler und Patient aufzubauen. Für die Therapie, die ergänzend zu einer Richtlinienpsychotherapie durchgeführt werden sollte, genügen drei bis vier Sitzungen. Wichtig ist, dass die Patienten zu Beginn selbstständig erzählen, wie es zum Suizidversuch kam. Diese Erzählung wird in der nächsten Sitzung gemeinsam reflektiert. Sie bildet die Grundlage für Patient und Behandler, um individuelle Frühwarnsignale und mögliche Bewältigungsstrategien herauszuarbeiten. Nach Abschluss der Sitzungen erhält der Patient über zwei Jahre Briefe seines Therapeuten, die ihn an Risikofaktoren und Hilfsmöglichkeiten erinnern.

Entwickelt wurde das Programm von Dr. Anja Gysin-Maillart und Prof. Konrad Michel am Universitätsklinikum Bern. In einer von ihnen durchgeführten Studie, in der sie ASSIP mit der üblichen Therapie nach Suizidversuchen verglichen, konnte ASSIP deutlich überzeugen: Bei jeweils 60 Patienten gab es in der Kontrollgruppe in den zwei Jahren nach dem ersten Suizidversuch der Patienten 43 weitere Suizidversuche. In der ASSIP-Gruppe waren es im gleichen Zeitraum nur fünf.

Angehörige unterstützen

Auch Angehörige leiden, wenn eine Person aus ihrem Umfeld einen Suizidversuch begeht. Deshalb wird im Rahmen von FraPPE auch für sie seit diesem Jahr eine fachlich geleitete Informationsgruppe angeboten, in der sie sich über die Entstehung und die Ursachen von Lebensmüdigkeit sowie Behandlungsmöglichkeiten informieren können. Außerdem wird der Umgang mit suizidalen Menschen sowie Hilfsangebote zur Sprache gebracht. Die Infogruppe findet einmal monatlich in der Selbsthilfekontaktstelle statt.

Neue Website - weitergehende Informationen

Weitere Informationen zu allen Angeboten sind auf der neuen Projektwebsite www.frappe-frankfurt.de übersichtlich zusammengestellt. Sie enthält außerdem Inhalte für behandelnde Ärzte und vor allem auch Hausärzte. Aufgrund ihrer engen und vertrauensvollen Beziehung zu ihren Patienten sollen Letztere im Rahmen des Projekts ebenfalls darin geschult werden, Menschen in suizidalen Krisen zu erkennen und ihnen frühzeitig Hilfe anzubieten. Hierfür stehen umfassende Materialien sowie verschiedene Weiterbildungsangebote zur Verfügung.