

BÓKARKYNNING

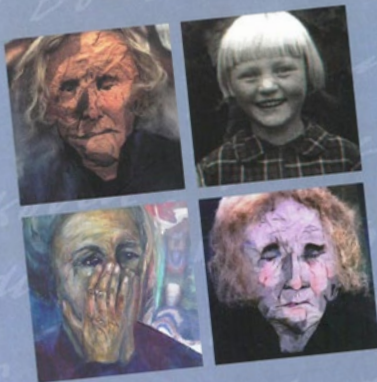
# SJÁLFSVÍG MEÐAL ELDRA FÓLKS

-----  
Christer Magnusson

**FYRIR UM** áratug kom út í Danmörku bók sem verðskuldar athygli hjúkrunarfræðinga. Hún fjallar um sjálfsvíg eldra fólks. Bókin vekur upp mörg siðferðisleg og hjúkrunarfagleg umræðuefni sem beina þarf kastljósinu að.

Jorit Tellervo, ritstjóri bókarinnar, er hjúkrunarfræðingur og myndlistarkona. Í inngangi segir hún frá frú Nielsen sem hún hitti stuttu eftir að hún fór að vinna við heimahjúkrun. Frú Nielsen hafði verið lengi á sjúkrahúsi eftir sjálfsmorðstilraun. Jorit hafði áður aldrei látið sér detta í hug að eldra fólk myndu fremja sjálfsmorð en þetta sjúklingatilfelli fékk hana til að skoða málið.

Selvord blandt gamle mennesker  
– myter, viden og forebyggelse



INGER ANNEBERG · ACNETE BIRKTOFT · UNNI BILLE BRAHE · ANNETTE ERLANGSEN  
ELENE FLEISCHER · HANNE FRANSEN · SISSE LANDERT · PETER KEMP  
HENNING KIRK · LENE MALMSTRØM · KATE RUNGE · KAREN SCHOUSBOE  
PETER STORM · JORIT TELLERVO · JAN HENRIK WINSLOV · LILIAN ZOLLNER

**SELMORD BLANDT GAMLE  
MENNESKER – MYTER,  
VIDEN OG FOREBYG-  
GELSE.** Höfundur: Jorit

Tellervo (ritstj.). Útgefandi: Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck, Kaupmannahöfn 2004. ISBN: 978-87-17-03715-8. Bókin er 237 bls.

Jorit Tellevo bendir á að í Danmörku eru hlutfallslega flest sjálfsvíg meðal eldra fólks. Danir eldri en 65 ára eru 14% af landsmönnum en um 25% þeirra fremja sjálfsvíg. Samt snýst umræðan aðallega um sjálfsvíg ungs fólks. Ekki er vitað hvort þetta á við um Ísland því tölfræði og aðrar upplýsingar um sjálfsvíg er ábótavant hér á landi. Við vitum talsvert meira um hverjir látast eða slasast í umferðinni en samt eru sjálfsvíg og sjálfsvígstilraunir talsvert fleiri en banaslys.

Kaflar í bókinni eru skrifaðir af hjúkrunarfræðingum, heimspekingi, sálfræðingum, lækni, þjóðfræðingi o.fl. Inn á milli fræðilegs efnis eru sjö viðtöl við aðstandendur og heilbrigðisstarfsmenn og ein samantektargrein með viðtali við fræðimann. Sama blaðakonan skrifar þessa kafla og er hún því afkastamesti höfundur bókarinnar sem samtals er í tuttugu köflum. Á nokkrum stöðum eru svo ljóð eftir geðhjúkrunarfræðing. Í bókinni eru margir áhugaverðir kaflar en hér verða einungis nokkrir nefndir sem dæmi.

Segja má að bókin sé tilraun til þess að láta þverfaglegt teymi takast á við þetta vandamál. Það er tilraun sem gengur upp þrátt fyrir að í þessari bók eru höfundar að ráðast á garðinn þar sem hann er hæstur. Sjálfsvíg meðal eldra fólks er bannhelgi í mörgum löndum – elli, veiklun, geðsjúkdómar, einmanaleiki, sjálfsvíg og dauði er eitthvað sem við tölum ekki gjarnan um. Úr þessu varð samt áhugaverð bók.

Margt bendir til þess að það hafi tíðkast einnig í gamla daga að eldra fólk félli fyrir eigin hendi.

## Ætternisstapinn

Frá heimspekilegu og félagsfræðilegu sjónarhorni er sjálfsvíg mjög áhugavert fyrirbæri. Eins

og Jorit Tellevo segir er það kannski það einmanalegasta sem einhver getur gert en á sama tíma kemur það okkur öllum við og vekur sterk viðbrögð. Í bókinni er einmitt farið yfir þessi viðbrögð okkar frá mörgum sjónarhornum.

Talað er um ætternisstapa (að ganga fyrir ætternisstapa eða að farga sér) og hetjusjálfsvíg í viðtali við sálfræðinginn Jan-Erik Winslöv. Hann hefur rannsakað sjálfsvíg eldra fólks frá menningarsögulegu sjónarmiði og skrifar einnig eigin kafla í bókinni. Sagt er í Landnámu að á hallærisárinu 976 hafi menn á Íslandi hrint gamalmenni og



ómaga fyrir hamra. Það kemur ekki til greina að stunda slík morð nú til dags en við erum ekki eins ákveðin gagnvart sjálfsvígum. Líklega er ætternisstapi aðeins goðsöguleg hugmynd en margt bendir til þess að það hafi tíðkast einnig í gamla daga að eldra fólk félli fyrir eigin hendi. Kannski var það stundum orðið sátt við eigið líf en oftast framdi það hugsanlega þennan verknað til þess að láta yngra fólk njóta þess litla sem til var af takmörkuðum aðföngum. Menn gætu líka hafa litið á sjálfsvíg sem sæmdarlausn í eynd og vanlíðan sem fylgir ellinni. Egill Skallagrímsson reyndi til dæmis að farga sér með því að hætta að borða eftir að hann var orðinn fótafúinn, sjóndapur og nánast heyrnalaus en dóttir hans tók það ekki í mál.

## Hetjan fórnar sér

Þjóðfræðingurinn Karen Schousboe tekur skýra afstöðu gegn hugmyndinni um að fólk hafi rétt til þess að ákveða sjálft sinn dauðdag. Það er reyndar líka afstaða samfélagsins, að minnsta kosti að nafninu til. Þessi skoðun stangast hins vegar á við frjálsræðissjónarmið um sjálfsákvörðunarrétt manna. Það er líka algengt að menn hafi samúð með eldra fólk sem segist vera þreytt á lífinu.

Karen Schousboe talar um sjálfsvíg sem fórn – og að öll fórnfýsi sé í raun eins konar lítið sjálfsmorð. Fyrir mig var þetta ný hugmynd sem ég þarf að íhuga betur. Hún svipar þó til hetjusjálfsvígsins sem sagt var frá í kaflanum á undan. Karen kallar það „hetjulegan misskilning“ þegar sá sem fremur sjálfsvíg heldur að heimurinn verði betri og að fólk verði fegið ef hann sé ekki lengur til. Hann fórnir sér þannig fyrir heildina. Hún mælir í staðinn með litlu fórninni – að við gerum statt og stöðugt eitthvað fyrir aðra. En þetta „stöðuga sjálfsmorð í þessu litla“ krefst einmitt að við erum áfram til staðar í heiminum. Að stinga af er sjálfhverf athöfn en að verða eftir og aðstoða aðra er félagsleg athöfn. En til að þetta heppnist vel þurfa aðrir að taka eftir fórninni og þakka fyrir sig.

Vegna þess að aðrir eru til í að „fórna sér“ með því að aðstoða okkur hin (annars væri samfélagið ekki til) höfum við einnig rétt til þess að „vera fyrir“. En höfum við rétt til þess að gefast upp? Markmið okkar með því að búa til samfélag hlýtur að vera, segir Karen Schousboe, að það sé betra að lifa en að vera dauður. Við sem samfélag höfum mistekist ef einhver ákveður að taka eigið líf.



## Forvarnir og meðferð

Borgarlæknirinn Kate Runge skrifar af reynslu um sjálfsvíg sem samfélagsvandamál. Hún fer meðal annars yfir bannhelgi og þjóðsögur. Eins og kom fram í upphafi fremja 65 ára og eldri hlutfallslega fleiri sjálfsmorð en aðrir aldurshópar. Ein þjóðsaga er að þeir sem

fremja sjálfsmorð séu einstæðingar og þjáist af einsemd en samkvæmt danskri tölfræði er hins vegar um þriðjungur giftur.

Líklega eru einhver dauðsföll sem eru í raun sjálfsvíg en eru ekki skráð á þann hátt. Samt er

það samkvæmt Karen þjóðsaga að þetta sé stór hópur því dauðsföll eru flest gaumgæfilega rannsökuð. Eins er stundum rætt um „hægt sjálfsvíg“ þegar sjúklingar neita meðferð og sjúkdómurinn dregur þá til dauða. Heilsufarsvandamál virðist reyndar ekki vera algeng orsök sjálfsvígs.

Yngra fólk kallar oft á hjálp með sjálfsvígstilraunum – það notar aðferðir þar sem leið er til baka. Samkvæmt rannsóknum Karens notar eldra fólk oftár ákveðnari aðferðir þar sem ekki er hægt að skipta um skoðun á miðri leið og þeim tekst oftár ætlunarverk sitt.

Tveir geðhjúkrunarfræðingar skrifa um hjúkrun og forvarnir og lýsa þremur tilfellum þar sem sjúklingar eru í hjúkrunarmeðferð vegna hættu á sjálfsvígi eða eftir tilraun til þess. Hér má fá mörg hagnýt ráð um hvernig er best að koma fram við sjúklinginn á mismunandi tímum í ferlinu. Allir hjúkrunarfræðingar geta lent í því að sinna sjúklingi í sjálfsvígshugleiðingum eða eftir tilraun. Þeir þurfa því að vita eitthvað um sjálfsvígsferlið og um forvarnir. Kaflahöfundar tala af reynslu og innsæi og gera sér grein fyrir að mörgum finnst erfitt að tala við sjúklinginn um sjálfsvíg. Margir, sérstaklega eldri, sjúklingar vilja lítið tjá sig um erfiðleika sína þar sem þeim finnst það vera veikleikamerki.

## Meðferðaraðilar eru líka mannlegir

Einn kafli fjallar sérstaklega um þá sem sinna eldri borgurum. Höfundurinn, sem er sálfræðingur, spyr sig hvort það sé sjálfsgagt að gera ráð fyrir því að til séu fagmenn sem vinna með fólk í

Við sem samfélag höfum mistekist ef einhver ákveður að taka eigið líf.



sjálfsvígshættu. Slík vinna getur vakið upp sterkar tilfinningar sem getur verið erfiðara að höndla. Fá fagmenn í þessari stöðu nægan stuðning frá samfélaginu, yfirmönnum og samstarfsfólki? Hjúkrunarfræðingur í heimahjúkrun getur verið sá sem kemur fyrst að skjólstæðingi sem hefur framið sjálfsmorð. Áður en það gerist getur hann þurft að höndla sjálfsmorðshugsanir hjá skjólstæðingnum. Eru hjúkrunarfræðingar nógu vel þjálfaðir í að sinna því? Höfundurinn bendir á að þótt kastljósið þurfi fyrst og fremst að beinast að skjólstæðingnum og aðstandendum hans megi ekki gleyma að meðferðaraðilar eru líka fólk.

Fá fagmenn í þessari stöðu nægan stuðning frá samfélaginu, yfirmönnum og samstarfsfólki?

Enn er margt ógert hvað varðar forvarnir gegn sjálfsvígum. Þó að þær batni mun heilbrigðisstarfsmönnum ekki alltaf takast að koma í veg fyrir að eldra fólk fari þessa leið. Hér í upphafi var sagt frá frú Nielsen sem var kveikjan að bókinni. Tveimur árum seinna fann hjúkrunarfræðingur hana látna heima hjá sér. Hún hafði brotið upp lyfjaskápinn og tekið allar töflurnar sem þar voru.

