



■ «Σημείο τῶν καιρῶν»: οἱ αὐτοκτονίες

Πιὸ σκληρὴ ἢ μάχη τῆς ζωῆς

**α. Κάθε 20'' ἓνας ἄνθρωπος αὐτοκτονεῖ!
Τὶ συμβαίνει μὲ τὴν Ἑλλάδα τῆς κρίσης***

Περισσότερο ἀπὸ 500 ἄνδρες, γυναῖκες καὶ παιδιά αὐτοκτονοῦν τὰ τελευταῖα χρόνια στὴν χώρα μας καὶ βουλιάζουν στὸ πένθος τουλάχιστον 5.000 δικούς τους ἄνθρώπους.

Ἀπὸ τὴν ἀρχὴ τοῦ ἔτους ἕως καὶ τὸν Σεπτέμβριο τοῦ 2019 αὐτοκτόνησαν 400 ἄνθρωποι στὴν Ἑλλάδα. Ὡστόσο, στὴν χώρα μας δὲν γίνεται καταγραφὴ τῶν μὴ θανατηφόρων ἀποπειρῶν αὐτοκτονίας, οἱ ὁποῖες ἐκτιμᾶται ὅτι εἶναι σχεδὸν 25 φορές περισσότερες τῶν καταγεγραμμένων αὐτοκτονιῶν.

Σύμφωνα μὲ διεθνεῖς ἔρευνες καὶ μελέτες, γιὰ καθεμῖα αὐτοκτονία μένουν πίσω τουλάχιστον πέντε ἕως 10 ἄτομα ποὺ πενθοῦν, βιώνοντας ὄχι μόνο τὸ συναισθηματικὸ φορτίο τοῦ πένθους, ἀλλὰ καὶ τὶς ψυχοκοινωνικὲς συνέπειες τοῦ στίγματος τῆς αὐτοκτονίας.

Τὰ παραπάνω συγκλονιστικὰ στοιχεῖα ἔδωσε χθὲς (11.10.2019) τὸ Κέντρο γιὰ τὴν Πρόληψη τῆς Αὐτοκτονίας – ΚΛΙΜΑΚΑ (www.klimaka.org.gr), μὲ ἀφορμὴ τὴν σημερινὴ Παγκόσμια Ἡμέρα Ψυχικῆς Ὑγείας, ποὺ εἶναι ἀφιερωμένη στὴν πρόληψη τῆς αὐτοκτονίας, μὲ τὸ σύνθημα «Δουλεύουμε μαζὶ γιὰ τὴν Πρόληψη τῆς Αὐτοκτονίας».

Μάλιστα, μὲ δεδομένο ὅτι τὸ 95% τῶν αὐτοκτονιῶν θὰ μπορούσε νὰ ἔχει προληφθεῖ, ἡ Κλίμακα, ποὺ ἀσχολεῖται τὰ τελευταῖα 12 χρόνια μὲ τὴν πρόληψη τῆς αὐτοκτονίας, ζητεῖ τὴν ἱκανοποίηση τοῦ πάγιου



αιτήματός της για την κατάρτιση έθνικης στρατηγικής για την πρόληψη της αυτοκτονίας. Σύμφωνα με τα στοιχεία της Κλίμακας, στην πλειονότητά τους οι αυτόχειρες ήταν άνδρες και οι περισσότερες αυτοκτονίες σημειώθηκαν από άτομα της τρίτης ηλικίας, πάνω από 65 ετών, και παραγωγικών ηλικιών (50-54 ετών).



Σύμφωνα με στοιχεία της Έλληνικής Στατιστικής Αρχής για το 2016, τα όποια αναλύθηκαν από την επιστημονική ομάδα του Κέντρου για την Πρόληψη της Αυτοκτονίας, οι άνδρες αυτοκτονούν πέντε φορές περισσότερο απ' ό,τι οι γυναίκες. Μεγάλο ποσοστό, άνω του 80%, των αυτοκτονιών που σημειώθηκαν κατά το 2018 έως και τον Σεπτέμβριο του 2019 στην χώρα μας συνδέθηκε με την ύπαρξη κάποιας ψυχικής ασθένειας. Στην περίπτωση των ανδρών το ποσοστό αυτό είναι ιδιαίτερα υψηλό, κάτι που επιβεβαιώνεται και από τα δεδομένα της παγκόσμιας βιβλιογραφίας.

Η αυτοκτονία συνδέεται κατά 90% με την ύπαρξη κάποιας ψυχικής διαταραχής και σε ποσοστό 60% με 80% με κάποιες συναισθηματικές διαταραχές, συχνότερη των οποίων είναι η κατάθλιψη. Άξιο λόγου είναι ότι η κατάθλιψη διαγιγνώσκεται σε μεγάλο βαθμό στις γυναίκες, δεν φαίνεται όμως να συμβαίνει το ίδιο και με τους άνδρες.

* * *

Παγκοσμίως περισσότερες από 800.000 αυτοκτονίες σημειώνονται σχεδόν κάθε χρόνο, αντιπροσωπεύοντας έναν ετήσιο παγκόσμιο δείκτη αυτοκτονίας 11,5 ανά 100.000 κατοίκους (15 για τους άνδρες και 8 για τις γυναίκες).

Σύμφωνα με τις σχετικές εκτιμήσεις του Παγκοσμίου Όργανισμού Υγείας (Π.Ο.Υ.), το 2020 θα αυτοκτονήσουν 1.530.000 άνθρωποι. Θα σημειώνεται μία αυτοκτονία κάθε 20 δευτερόλεπτα και μία απόπειρα κάθε 1 με 2 δευτερόλεπτα.

* * *

**β. Παγκόσμιος Όργανισμός Υγείας (Π.Ο.Υ.):
Μία αυτοκτονία κάθε 40 δευτερόλεπτα ανά τον κόσμο****

Κάθε 40 δευτερόλεπτα ένας άνθρωπος σε όλο τον κόσμο θέτει τέρμα στην ζωή του, ενώ περισσότεροι άνθρωποι πεθαίνουν από αυτοκτονίες κάθε χρόνο παρά στον πόλεμο, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Όργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.).

Ο άπαγχονισμός, η δηλητηρίαση και ο αυτοπυροβολισμός είναι

οί πιό συνηθισμένες μέθοδοι αυτοκτονίας, ανέφερε ο Π.Ο.Υ. πού κάλεσε τīs κυβερνήσεις νά υιοθετήσουν σχέδια πρόληψης και άποσόβησης τών αυτοκτονιών, ώστε νά βοηθήσουν τούς ανθρώπους νά αντιμετωπίσουν τò στρες και νά μειώσουν τήν πρόσβαση σè μέσα αυτοκτονίας.

«**Η** αυτοκτονία είναι ένα παγκόσμιο πρόβλημα δημόσιας υγείας. **Ό**λες οί ηλικίες, τὰ φύλα και οί περιοχές του κόσμου επηρεάζονται και κάθε άπώλεια είναι πάρα πολύ», αναφέρει ή έκθεση του Π.Ο.Υ..



Η αυτοκτονία είναι ή **δεύτερη κυριότερη αιτία θανάτου μεταξύ τών νέων ηλικίας από 15 έως 29 έτων**, μετά τὰ τροχαία δυστυχήματα, και μεταξύ τών εφήβων κοριτσιών ηλικίας από 15 έως 19 έτων είναι ή δεύτερη αιτία θανάτου μετά τόν θάνατο στην γέννα. **Σ**τὰ άγόρια εφήβους, ή αυτοκτονία είναι ή τρίτη κύρια αιτία θανάτου μετά τὰ τροχαία δυστυχήματα και τήν διαπροσωπική βία.

800.000 αυτοκτονίες κάθε χρόνο

Συνολικά, σχεδόν 800.000 άνθρωποι αυτοκτονούν κάθε χρόνο –περισσότεροι από εκείνους πού πεθαίνουν από μαλάρια ή καρκίνο του μαστού, στòν πόλεμο ή από άνθρωποκτονία, ανέφερε ο Π.Ο.Υ..

Τὰ παγκόσμια ποσοστά έχουν πέσει τὰ τελευταία χρόνια –μιά υποχώρηση 9,8% καταγράφεται μεταξύ του 2010 και του 2016– άλλά ή μείωση είναι άνομοιογενής. **Σ**τὴν περιοχή τῆς άμερικανικής ήπειρου, για παράδειγμα, τὰ ποσοστά αύξήθηκαν κατά 6% από τò 2010 μέχρι τò 2016.

Επίσης, σύμφωνα με τήν έρευνα, τριπλάσιος άριθμòς άνδρών σè σχέση με εκείνον τών γυναικών αυτοκτονούν στις πλούσιες χώρες, αντίθετα με τīs χαμηλού και μεσαίου εισοδήματος χώρες, όπου τὰ ποσοστά είναι πιό ίσα.

«**Ο**ί αυτοκτονίες μπορούν νά άποσοβηθούν», δήλωσε ο Γενικός Γραμματέας του Π.Ο.Υ. Τέντρος Άντχάνομ Γκαμπριέσους. «**Κ**αλούμε όλες τīs χώρες νά συμπεριλάβουν στρατηγικές άποδεδειγμένης πρόληψης και άποσόβησης αυτοκτονιών στα έθνικά προγράμματα υγείας και εκπαίδευσης».

Πòς μπορεί νά μειωθεί ο άριθμòς

Ο Π.Ο.Υ. ανέφερε πòς ο περιορισμòς τῆς πρόσβασης σè **παραιτοκτόνα** είναι ένας από τούς πιό άποτελεσματικούς τρόπους ταχείας μείωσης του άριθμòυ τών αυτοκτονιών.



Τὰ παρασιτοκτόνα χρησιμοποιούνται εὐρέως καὶ προκαλοῦν συνήθως τὸν θάνατο ἐπειδὴ εἶναι πολὺ τοξικά, δὲν ἔχουν ἀντίδοτα, καὶ χρησιμοποιοῦνται συνήθως σὲ ἀπομακρυσμένες περιοχὲς ὅπου δὲν ὑπάρχει

ιατρικὴ βοήθεια σὲ κοντινὴ ἀπόσταση.

Ἡ Γουιάνα, μιὰ πρώην βρετανικὴ ἀποικία ποὺ βρίσκεται ἀνάμεσα στὴν Βενεζουέλα καὶ στὸ Σουρινάμ, εἶναι ἡ χώρα ποὺ καταγράφει τὸ ὑψηλότερο ποσοστὸ αὐτοκτονιῶν ἀνὰ κάτοικο (30,2 ἀνὰ 100.000), μὲ ἓναν αὐξημένο ἀριθμὸ κατάποσης **παρασιτοκτόνων**.

Ἄκολουθεῖ ἡ Ρωσία, ὅπου ἡ ὑπερβολικὴ κατανάλωση ἀλκοὸλ θεωρεῖται ὑπεύθυνη γιὰ τὸ αὐξημένο ποσοστὸ αὐτοκτονιῶν.

Μεταξὺ τῶν ἄλλων χωρῶν ποὺ ἔχουν ὑψηλὰ ποσοστὰ περιλαμβάνονται ἡ Λιθουανία, τὸ Λεσότο, ἡ Οὐγκάντα, ἡ Σρι Λάνκα, ἡ Νότια Κορέα, ἡ Ἰνδία, ἀκόμη καὶ ἡ Ἰαπωνία.

Ἡ Π.Ο.Υ. ἀναφέρεται σὲ μελέτες στὴν Σρι Λάνκα, ὅπου οἱ ἀπαγορεύσεις τῶν **παρασιτοκτόνων** ἔχουν ὀδηγήσει σὲ μείωση τῶν αὐτοκτονιῶν κατὰ 70% καὶ στὴν διάσωση 93.000 ἀνθρωπίνων ζωῶν ἀνάμεσα στὸ 1995 καὶ τὸ 2015, σύμφωνα μὲ ὀρισμένες ἐκτιμήσεις.



(*) Βλ. <https://www.newsbreak.gr/kosmos/ereyna-sok-kathe-20-enas-anthropos-aytoktonei-ti-symvainei-me-tin-ellada-tis-krisis/> • Ἐπιμέλ. ἡμετ.

(**) Βλ. <https://www.tanea.gr/2019/09/09/health/pou-mia-aytoktonia-kathe-40-deyterolepta-ana-ton-kosmo/> • Πηγή: ΑΠΕ-ΜΠΕ-Reuters-AFP. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.