

Selv- mordsad- færd blandt unge med spi- seforstyr- relser

Forekomsten af selvmordsforsøg herhjemme er bekymrende høj for teenagere og i særlig grad dem

med spiseforstyrrelser. På Center for Selvmordsforskning har man iværksat projektet 'Travelers', som retter sig netop mod de unge.

Coping

Af Agnete Lyngbye Kramme og Susanne Mouazzene

Antallet af unge mennesker med psykiske sundhedsproblemer er ifølge WHO (2003) stigende i den udviklede del af verden. Dette ses tydeligt afspejlet i Center for Selvmordsforskning's registeroplysninger, som viser at selvmordsforsøgsraten for de unge i perioden 1990 til 2003 steg markant, på trods af at selvmordsraten for den resterende del af befolkningen i samme periode blev halveret. Blandt de 10-19-årige var selvmord i 2001 den næsthøjest dødsårsag efter ulykker (Danmarks Statistik).

Når det gælder selvmord og selvmordsforsøg, er der tale om modsatte forhold blandt de unge mænd og kvinder. Således er raten for selvmord markant højere for de unge mænd end for de unge kvinder, medens raten for selvmordsforsøg er væsentligt højere for de unge kvinder i forhold til mændene.

Ved selvmordsforsøg forudsættes det, at personen har en intention med handlingen, som ikke nødvendigvis er at dø, men kan være et ønske om at få fred for en stund, et nødråb eller lig-

nende. Et selvmordsforsøg er altså ikke nødvendigvis et mislykket selvmord. Det er tilstrækkeligt, at handlingen er skadevoldende, hvis andre ikke griber ind. Mindre skader, som ikke er livstruende, eller handlinger, som ikke forvolder skade, kan derfor også være selvmordsforsøg.

Raten for selvmordsforsøg har inden for de sidste år været signifikant stigende, især blandt de unge piger. Man kan i gruppen af 15-19-årige piger i Fyns Amt konstatere en stigning på 322 % i perioden 1990-2003 (Register for Selvmordsforsøg). På landsplan registreres det, at gennemsnitlig 1040 i denne aldersgruppe årligt foretager et selvmordsforsøg, heraf er 80 % piger. De 15-19-årige piger har således den højeste forekomst af selvmordsforsøg herhjemme.

Det skønnes, at kun mellem 10 % og 50 % bliver opfanget af behandlingssystemet.

Unge med spiseforstyrrelser

Personer med spiseforstyrrelser udgør en særligt sårbar gruppe, selv om man må konstatere, at relationen mellem spiseforstyrrelser og selvmordsadfærd ikke er så enkel.

Kompleksiteten består bl.a. i, at det er de færreste med selvskade, selvmordsadfærd og spiseforstyrrelser, som kommer i kontakt med læge eller sygehus (Zøllner, u.å; Mathiesen & Petersson 2001). Derudover findes der gråzoner inden for såvel selvskade, selvmordsforsøg som spiseforstyrrelser, hvor det kan være vanskeligt at indkredse, afgrænse og definere problemet. Både spiseforstyrrelser, selvskade og selvmordsadfærd er altså lidelser, som bør ansues fra forskellige vinkler. Under alle omstændigheder peger en række forhold på, at det er nødvendigt med en øget bevågenhed mod unge med spiseforstyrrelser og selvskadende adfærd.

Når der i det kommende refereres til spiseforstyrrelser, gælder det tanker og adfærd i forhold til mad og vægt, som

begrænser livsudfoldelsen og forringer livskvaliteten og dermed kan placeres i ICD-10's F50-definitioner.

Spiseforstyrrelser er en af vor tids og kulturs mest dødelige psykiske sygdomme. Hvor stort problemet er, bygger på et skøn, da mange af selv de alvorligst syge ikke søger hjælp fra behandlingssystemet. Waadegaard pegede i en befolkningsundersøgelse fra Sundhedsstyrelsen (2002) på, at godt 25 % af de unge kvinder under 20 år har en adfærd med risiko for at udvikle spiseforstyrrelser, og at der blandt disse unge kvinder ses dårligt helbred og mistrivsel.

Mellem 90 og 95 % af dem, der har lidelsen, er piger eller kvinder, og de er overvejende mellem 16 og 24 år (Skårderud 2001). Overdødeligheden for disse unge med spiseforstyrrelser er 7 gange højere sammenlignet med jævnaldrende, som i forvejen har en meget høj rate. Heraf skyldes ca. halvdelen selvmord (Jørgensen i Andreasen & Christiansen 2000).

Blandt teenagere i Europa er anoreksi den tredjestørste dødsårsag efter ulykker og kræft. Ca. halvdelen skyldes selvmord, den resterende dødelighed skyldes underernæringsrelaterede medicinske komplikationer og såkaldte 'naturlige årsager'.

Også for mennesker med bulimi er dødstallet stigende, men det er usikkert hvor meget. Ofte dør de unge i denne gruppe på grund af hjertesvigt, men der er også tale om selvmord – specielt funderet i bulimikernes mere eruptive impulsivitet. Kombinationer af bulimi og misbrug af rusmidler øger selvmordsrisikoen markant. Specielt høj er forekomsten af selvmordsforsøg hos de overvægtige mennesker med bulimi (Skårderud 2001).

Copingstrategier

En spiseforstyrrelse kan være en så alvorlig belastning, at den kombineret med en række prædisponerende faktorer, livsomstændigheder, livshændelser og individuelle karakteristika og ad-

færd fører til selvskade, selvmordstanker, selvmordsforsøg og selvmord. Omvendt kan en række faktorer og positive omstændigheder reducere risikoen for selvmord væsentligt (Mathisen & Petersson 2001; Zöllner 2002). En af disse beskyttende faktorer er hensigtsmæssige copingstrategier.

Imidlertid besidder mennesker med spiseforstyrrelser ofte dårligere copingstrategier end andre mennesker og har tillige tit en mere umoden forsvarstil og en højere grad af stressoplevelse (fx Blaase 1997). Det vil derfor være hensigtsmæssigt at udvikle og styrke copingstrategierne og forsvarsstilen, så man kan nedbringe stressoplevelsen hos dem, der endnu blot viser tegn på en spirende spiseforstyrrelse.

Præcis dette er en central idé i det forskningsbaserede interventionsprojekt *Travellers*, som Center for Selvmordsforskning gennemfører i de kommende år. Projektet er udviklet i New Zealand, hvor man i de seneste år har kunnet fremvise særdeles positive resultater, fx i forhold til at nedbringe de unges sårbarhed (Dickinson et al. 2003).

Travellers

Interventionsprojekt *Travellers* iværksættes som direkte følge af de unges selvmordsadfærd. Projektets overordnede mål er at bremse den voldsomme stigning af selvmordsforsøg blandt især teenagepiger, og projektet henvender sig derfor direkte til de unge selv.

I første omgang retter det sig mod unge, som enten viser tegn på eller er behandlet for en spiseforstyrrelse, idet disse udgør en særligt sårbar gruppe. Netop denne gruppe befinder sig i en gråzone, hvor de på den ene side viser tegn på en spiseforstyrrelse, men på den anden side endnu ikke er så svækkede, at egentlig behandling er relevant.

I løbet af foråret 2006 udbydes *Travellers* som et gratis tilbud i alle landets 8.-10. klasser, og det henvender sig som beskrevet til de ca. 14-16-årige, som

enten viser tegn på eller er behandlet for en spiseforstyrrelse. En pjece om projektet vil blive sendt til alle klasse-lærere i håbet om, at de vil være behjælpelige med at videreformidle tilbuddet. Endvidere udsendes pjecen til alle landets PPR-kontorer, skolesundhedsplejersker mv.

Ideen bag projektet er at få de unge til at forestille sig, at de er *rejsende* i deres eget liv. På deres livsrejse vil de ligesom alle andre uundgåeligt stå over for mere eller mindre udfordrende forandringer og forhindringer.

Travellers er ikke et terapeutisk forløb, og der bliver ikke fokuseret på spiseforstyrrelsen, men derimod på at støtte de unge i at finde, udvikle og tilegne sig nye konstruktive copingstrategier og forsvarstile, som kan hjælpe dem til at navigere gennem forandringerne og rejse sikkert igennem livet. Projektet forløber i grupper med ca. otte unge i hver og foregår i nærheden af de unges bopæl én gang om ugen en til halvanden time i otte uger.

I løbet af det følgende år udvides projektet, så det også tilbydes andre unge med psykiske problemer, mistrivsel eller ondt i livet. Hermed håber Center for Selvmordsforskning, at vi kan bidrage til at mindske forekomsten af selvmordsadfærd blandt unge.

Agnete Lyngbye Kramme, cand.pæd.psych.

Susanne Mouazzene, socialrådgiver,
stud.scient.soc.

Center for Selvmordsforskning, Odense

Litteratur:

Andreasen, J. & Christensen, E. (red.) (2000): *Spiseforstyrrelser – en tværfaglig antologi*. Frydenlund, København.

Bille-Brahe, U. & Jessen, G. (1994): Repeated suicidal behaviour: a two-year follow-up. *Crisis*, nr. 15, pp. 77-82

Blaase, H. (1997): Det handler ikke kun om mad. Adfærdsmæssige og psykologiske karakteristika hos nuværende og tidligere spiseforstyrrede. *Aarhus Universitet: Psykologisk Skriftserie*, 22, 5.

Christiansen, E. & Jensen, B. (2004):

Register for Suicide Attempts, I: *Danish Medical Bulletin*. No. 4, vol. 51, page 315-454.

Dickinson, P. et al. (2003): TRAVELLERS: a school-based early intervention programme helping young people manage and process change, loss and transition. Pilot phase findings. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, vol. 37 p. 299

Gibb, S.J. et al. (2005): Mortality and further suicidal behaviour after an index suicide attempt: a 10-year study. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*. No. 39, p. 95-100.

Mathiesen, L. & Petersson, B. (2001): *Anoreksiens fangarme*. Akademisk Forlag.

Pokorny, A. (1992): Myths about suicide. *Journal of Clinical Psychopharmacology*, 12 (suppl.2), 275-315.

Schmidt, L. (2004): Paracetamolforgiftning hos teenagere. *Ugeskrift for Læger*, 166/43, okt. p. 3822-3825.

Skårderud, F. (2001): *Stærk/Svag. En håndbog om spiseforstyrrelser*. Hans Reitzels Forlag, København.

Waadegaard, M. (2002): *Risikoadfærd for spiseforstyrrelser blandt danske kvinder i alderen 16-59 år*. Statens Institut for Folkesundhed, Sundhedsministeriet, København.

World Health Organisation (2003): *The world health report 2005: make every mother and child count*. Geneva: WHO.

Zøllner, L. (2002): Unges selvmordsforsøg og selvmordstanker. I: *Faktaserien nr. 2*. Center for Selvmordsforskning.

til udgangen af 2008.

Projektlederne kan kontaktes på tlf. 63 11 21 92,

alkr@selvmordsforskning.dk, eller tlf. 63 11 21 85,

smo@selvmordsforskning.dk

For mere information se: www.selvmordsforskning.dk/web/site/menu2/projekter/travellers

[Faktaboks]:

Baggrund

Agnete Lyngbye Kramme og Susanne Mouazzene er ansat som projektledere på Center for Selvmordsforskning med den opgave at iværksætte og afvikle interventionsprojektet *Travellers*. Projektet, som er et gratis tilbud til unge, der ønsker at komme væk fra deres spiseforstyrrelse, løber foreløbig frem