

Årsrapport for Handlingsplan for forebygging av selvmord 2020-2025 – Ingen å miste

Første driftsår 2020-2021 (pr. 10. september 2021)

Regjeringens Handlingsplan for forebygging av selvmord 2020-2025 – Ingen å miste ble lansert 10. september 2020, på Verdensdagen for forebygging av selvmord. Med denne planen er nullvisjon for selvmord innført i Norge.

Planen inneholder 61 tiltak. Tiltakene er både befolkningsrettet og tjenesterettet. Planperioden varer i fem år.

Åtte departementer samarbeider om planen; Helse- og omsorgsdepartementet, Arbeids- og sosialdepartementet, Barne- og familiedepartementet, Forsvarsdepartementet, Justis- og beredskapsdepartementet, Kulturdepartementet, Kunnskapsdepartementet og Samferdselsdepartementet. Helse- og omsorgsdepartementet leder arbeidet med planen.

Under følger beskrivelse av arbeidet som er startet opp i det første driftsåret. Oppfølging av mange av tiltakene er gitt i tildelings-, tilskudds- og oppdragsbrev til underliggende etater, forsknings- og kompetansesentre og de regionale helseforetakene for 2021. Rapportering på dette arbeidet skjer etter at året er ferdig. Denne første rapporteringen vil for flere av tiltakene bestå av korte kommentarer.

Mål 1 – Systematikk og helhet i det selvmordsforebyggende arbeidet

Tiltak 1 Regjeringen vil få utarbeidet en visuell oversikt over det selvmordsforebyggende arbeidet i Norge ved hjelp av systemorientert tjenstedesign.

Helsedirektoratet har i samarbeid med bruker-, pårørende- og etterlatte organisasjoner, ansatte i tjenestene og kompetansemiljø på feltet utarbeidet et ressurskart (visuell oversikt) over det selvmordsforebyggende arbeidet i Norge. Oversikten er digital, og kan også tas ut som plakat. Oversikten er tilgjengelig på [Helsedirektoratet.no](https://helsedirektoratet.no). Formålet er å vise mulighetsrommet og stimulere til større åpenhet og økt samarbeid om forebygging av selvmord gjennom å synliggjøre dette i en visuell oversikt. Ressurskartet er ment å være ett av flere verktøy for planlegging og organisering av det selvmordsforebyggende arbeidet, og inngår i det veiledende materialet for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord og i nettressurs i arbeidet med å utvikle kommunale handlingsplaner for forebygging av selvmord.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 2 Regjeringen vil gjennomføre en pilot for hvordan hvert enkelt selvmord både utenfor og innenfor helse- og omsorgstjenesten kan kartlegges, og deretter utforme anbefalinger for videre kartlegging på nasjonalt nivå.

Tiltaket er gitt som oppdrag i tildelingsbrevet til Folkehelseinstituttet (FHI) for 2021. Det ble i 2021 bevilget 2 millioner kroner over statsbudsjettet til tiltaket. LEVE - Landsforeningen for etterlatte etter selvmord og FHI har opprettet dialog om videre planlegging av prosjektet. Prosjektet er nå i en utredningsfase der man skal samle relevante erfaringer fra nasjonale og internasjonale miljø samt utrede juridisk grunnlag for prosjektet. Aktuelle samarbeidspartnere til prosjektet vil inviteres inn i løpet av høsten 2021.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 3 Regjeringen vil etablere nasjonalt forum for forebygging av selvmord og et tilhørende direktoratssamarbeid.

Nasjonalt forum for forebygging av selvmord ble etablert våren 2021 og hadde sitt første møte i juni. Forumet er bredt sammensatt med representanter for brukere, pårørende, etterlatte, forskning og tjenestene. Det er opprettet et arbeidsutvalg som vil planlegge møtene i forumet sammen med Helsedirektoratet. For å sikre nødvendig oppfølging og dialog med forvaltningen, er det opprettet et direktoratsamarbeid. Direktoratssamarbeidet hadde sitt første møte i mai 2021.

Ansvarlig departement: HOD, BFD, KD, ASD, KUD, SD, FD

Mål 2 – Trygg kommunikasjon om selvmord

Tiltak 4 Regjeringen vil gjennomføre regionale folkeopplysningskampanjer med nasjonal overbygning om forebygging av selvmord.

Tiltaket er organisert som et prosjekt med Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF) som prosjektleder og ansvarlig for kampanjens faglige innhold. Helsedirektoratet er prosjekteier og kommunikasjonsfaglig ansvarlig for kampanjens nasjonale overbygning. Det er etablert en ressursgruppe med representanter for brukere, pårørende og etterlatte, tjenester og kompetansemiljø som skal bidra i utviklingen av den nasjonale overbygningen og understøtte det regionale kampanjearbeidet. Den nasjonale overbygningen består av følgende hovedelementer: Utvikling og fasilitering av overordnet kampanjebudskap, utvikling av kampanjemateriell, etablering av en egen kampanjeside på helsenorge.no. De regionale folkeopplysningskampanjene vil gjennomføres regionalt og etappevis gjennom handlingsplanperioden. Det ble i 2021 bevilget 10 millioner kroner over statsbudsjettet til tiltaket.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 5 Regjeringen vil bidra til mer kunnskap om betydningen av omtale av selvmord i redaktørstyrte medier.

Tiltaket er gitt som oppdrag i tildelingsbrevet til Folkehelseinstituttet for 2021. Arbeidet er under planlegging.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 6 Regjeringen vil bidra til offentlig-privat samarbeid om tiltak for å sikre tryggere nettbruk for barn og unge.

3. september 2021 ble [nasjonal strategi for trygg digital oppvekst](#) lansert. Strategien er utarbeidet av Medietilsynet på oppdrag av Barne- og familiedepartementet. Offentlig-privat samarbeid er del av denne strategien. Strategien skal følges opp av en handlingsplan. En gruppe bestående av representanter fra statlige etater, organisasjoner og sivil sektor skal bistå Medietilsynet i arbeidet med planen. Offentlig-privat samarbeid inngår også i regjeringens strategi for forebygging og bekjempelse av internettrelaterte overgrep mot barn, som ble lagt fram i august 2021.

Ansvarlig departement: HOD, BFD, JD og KUD

Tiltak 7 Regjeringen vil styrke informasjon til barn og unge om forebygging av selvmord og trygg nettbruk, blant annet ved å bidra til å spre retningslinjene #chatsafe – en ung persons veiledning for å kommunisere trygt om selvmord på internett.

Ung.no (Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet) har sammen med Psykologistudentenes opplysningsarbeid for unge (POFU) gått gjennom alt innhold om psykisk helse på ung.no med særlig fokus på hvordan psykisk helse kan formidles og hvilke tema som er spesielt viktige at ivaretas. Revisjon av innhold er pågående. Normalisering av ulike følelser og råd om hvordan man kan håndtere det som er vanskelig vil ha hovedfokus ved videre oppdatering og utvikling av temaet psykisk helse på ung.no. Det er også utviklet en side om hvordan man kan hjelpe en som deler noe vondt på nett, som er basert på og viser til chatsafe.

Ansvarlig departement: HOD, BFD, JD og KUD

Tiltak 8 Regjeringen vil styrke informasjon til foreldre om barn og unges eksponering for skadelig innhold på internett.

3. september 2021 ble [nasjonal strategi for trygg digital oppvekst](#) lansert. Strategien er utarbeidet av Medietilsynet på oppdrag av Barne- og familiedepartementet. Å øke foreldres digitale kompetanse er et av målene med strategien. Det innebærer blant annet at de skal få nødvendig og oppdatert informasjon og råd om barn og unges digitale mediebruk. Strategien skal følges opp av en handlingsplan.

Ansvarlig departement: HOD, BFD, JD og KUD

Tiltak 9 Regjeringen vil styrke kompetansen hos personell om selvskadings- og selvmordsinnhold på internett, og om hvordan de møter barn og unge.

De regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTSene) har opprettet et felles nasjonalt prosjekt for å bygge intern kompetanse og utvikle kompetansehevende tiltak knyttet til dette tiltaket. RVTS Sør er prosjekteier og leder arbeidet i nært samarbeid med de andre kompetansesentrene.

I oppstarten av prosjektet er det innhentet kunnskap og erfaringer på området. Dette er gjort ved å samle tilgjengelig kunnskap om barn og unges selvskadings- og selvmordsrelatert atferd på nett. RVTSene får her bistand fra Regionsenteret for barn og unges psykiske helse, helseregion Øst og Sør. Det vurderes om det skal gjennomføres en kunnskapsoppsummering.

Prosjektgruppen har gjennomført kartlegginger av erfaringer knyttet til tematikken. Det er innhentet erfaringer fra Kirkens SOS, SIA Helse, Psykt deg (Maria Østhassel), Politiets nettpatrulje, Blå Kors – snakk om psyken, Mental Helse, LEVE Agder, videregående skoler og Kirkens ungdomsprosjekt i Kristiansand. Prosjektet har også innhentet brukererfaringer. På bakgrunn av innhentet kunnskap og erfaringer er det laget plan for intern kompetanseheving for alle RVTSene. I løpet av høsten 2021 vil prosjektet utvikle kompetansehevende tiltak som de ulike RVTSene kan tilby regionalt. Det er mål om en felles nasjonal nettside som kan samle alle ressursene for aktuelle tjenester som har behov for denne kompetansen. Deler av dette arbeidet vil gjennomføres i løpet av høsten 2021, øvrig arbeid vil videreføres i 2022.

Ansvarlig departement: HOD, BFD

Tiltak 10 Regjeringen vil arbeide for at nettressursen om skolens arbeid for forebygging av selvskadning og selvmord blir kjent for alle skoler.

Det er gjort enkelte oppdateringer i ressursen i forbindelse med utgivelse av Handlingsplan for forebygging av selvmord. Dette gjelder siden som omhandler nye læreplaner og det tverrfaglige temaet Folkehelse og livsmestring: www.udir.no/kvalitet-og-kompetanse/sikkerhet-og-beredskap/skolens-selvmordsforebyggende-arbeid/selvmord-som-tema-i-lareplanverket/

Ansvarlig departement: KD

Tiltak 11 Regjeringen vil tydeliggjøre hvilke regler om informasjonsutveksling som gjelder ved mistanke om selvmordsfare.

Justis- og beredskapsdepartementet har hatt på høring utkast til en veileder om taushetsplikt, opplysningsrett og opplysningsplikt utarbeidet av professor Morten Holmboe i samarbeid med departementet. Høringen følges opp i Justis- og beredskapsdepartementet.

Behov for videre arbeid med tiltaket vil vurderes.

Ansvarlig departement: HOD, JD, BFD

Tiltak 12 Regjeringen vil vurdere anbefalinger om minstestandard for opplæring av de som besvarer hjelpetelefoner og netjtjenester på det psykiske helseområdet, og evt. andre relevante telefoner, og om opplæringen bør være felles.

Det ble i revidert nasjonalbudsjett for 2021 bevilget 10 millioner kroner til felles opplæringsmodul for hjelpetelefoner innen psykisk helsefeltet. Helsedirektoratet har fått i oppdrag å følge opp bevilgningen og har begynt planlegging av arbeidet. Psykologistudentenes opplysningsarbeid for unge (POFU), hjelpetelefonene og andre relevante samarbeidspartnere skal delta i arbeidet.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 13 Regjeringen vil vurdere samordning av relevante hjelpetelefoner innen det psykiske helseområdet og evt. andre relevante telefoner, til ett felles nasjonalt nummer, og mulighet for etablering av nødknapp.

Helsedirektoratet har fått i oppdrag å følge opp tiltaket og har begynt planlegging av arbeidet.

Ansvarlig departement: HOD

Mål 3 – Begrenset tilgang til metode for selvmord

Tiltak 14 Regjeringen vil etablere mer formaliserte og standardiserte kriterier for klassifisering av selvmord i trafikken.

Samferdselsdepartementet vil i 2021 vurdere om videre arbeid med å utvikle standardiserte kriterier for klassifisering av selvmord i trafikken bør forankres i en tverrfaglig sammensatt faggruppe med bl.a. kompetanse innenfor selvmordsforskning.

Ansvarlig departement: SD

Tiltak 15 Regjeringen vil fortsette arbeidet med å bidra til mer kunnskap og oversikt over utsatte områder og gjennomføre egnede og effektive tiltak som del av det forebyggende sikkerhetsarbeidet på jernbanen, T-bane og trikk.

Selvordsforebygging er en del av det generelle forebyggende sikkerhetsarbeidet på både vei- og jernbaneområdet. Etater under Samferdselsdepartementet jobber med problemstillingen og deltar nå i direktoratsamarbeidet tilhørende Nasjonalt forum for forebygging av selvmord.

Ansvarlig departement: JD

Tiltak 16 Regjeringen vil kartlegge antall høybroer med potensial for sikring og vurdere tiltak for sikring av disse.

Statens vegvesen har kartlagt høybroer på riks- og europavegnettet med bruhøyde over 10 meter, avgrenset mot bruer som inngår i Nasjonale turistveger. Bruas nærhet til tettsteder/bebyggelse er vurdert, da selvmord ofte kan ha preg av spontanitet. Aktuelle tiltak for sikring av disse bruene vil være forhøyet rekkverk.

Ansvarlig departement: SD

Tiltak 17 Regjeringen vil legge fram en nasjonal alkoholstrategi med tydelig mål om nedgang i befolkningens alkoholkonsum.

Nasjonal alkoholstrategi (2021-2025). En helsefremmende og solidarisk alkoholpolitikk ble lansert i mars 2021. Den finnes her: [Nasjonal alkoholstrategi \(regjeringen.no\)](https://www.regjeringen.no)

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 18 Regjeringen vurderer å begrense tillatt mengde A/B-legemidler (narkotiske og vanedannende legemidler) på papirresepter og muntlige resepter til tre døgns vanlig terapeutisk dose.

Forslaget har vært på høring som del av forslag til ny forskrift om rekvirering og utlevering av legemidler. Høringsoppsummering pågår hos Helse- og omsorgsdepartementet i samarbeid med Helsedirektoratet og Legemiddelverket.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 19 Regjeringen vil vurdere å tydeliggjøre i helselovgivningen helse- og omsorgstjenestenes ansvar for å bidra til å forebygge selvskading, selvmordsforsøk og selvmord, samt om forebygging på gruppe- og samfunnsnivå kan omfattes av folkehelsesloven.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 20 Regjeringen vil utrede kunnskapsgrunnlaget for å etablere livskrisetilbud og utvikle anbefalinger om å opprette slike funksjoner.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 21 Regjeringen vil videreutvikle veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord.

I arbeidet med revidering av retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert behandling, sees det i innhenting av nytt kunnskapsgrunnlag og utarbeidelse av nye anbefalinger hen til tiltaket om å videreutvikle veiledende materiell. Det vurderes hva av det som fremkommer i dette arbeidet som tematisk er omtalt i veiledende materiell og hva som i dag ikke er omtalt, men bør inngå i et arbeide med å videreutvikle materialet. Det er vesentlig at de to normerende produktene fra Helsedirektoratet understøtter hverandre mht. innhold og anbefalinger og veiledning.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 22 Regjeringen vil tilrettelegge for at kommunene utarbeider plan/delplan for forebygging, tidlig identifisering og oppfølging av selvskading og selvmordsforsøk, herunder understøtte implementering av elektronisk veiledning for utvikling av kommunale handlingsplaner.

De regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS ene) har utarbeidet nettsiden Kommunal handlingsplan mal selvmord. Nettsiden ble lansert høsten 2020, og revideringsmøte ble gjennomført i juni 2021. RVTS bistår og veileder kommuner i etablering av kommunale handlingsplaner gjennom bruk av nettressursen. RVTSene retter seg aktivt til kommunene i sin region og tilbyr bistand i dette arbeidet, og de løfter frem handlingsplan mal-nettsiden i undervisning og på konferanser der dette er hensiktsmessig. RVTSene vurderer å utarbeide ytterligere verktøy for å bistå tjenestene i dette arbeidet, som for eksempel felles presentasjon, webinar og undervisningspakke.

Informasjon om og lenke til handlingsplanmalen er lagt inn i det veiledende materialet til kommunene om forebygging av selvskading og selvmord. Helsedirektoratet har gått ut med informasjon om nettressursen til kommunene via «Nyhetsbrev om folkehelsearbeid».

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 23 Regjeringen vil øke utbredelsen av tilbudet Rask psykisk helsehjelp.

For å stimulere til at flere kommuner etablerer Rask psykisk helsehjelp (RPH), ble det i 2021 besluttet å gradvis legge om tilskuddsordningen på kap. 765, post 60 til en implementerings- og utdanningsstøtte.

Helsedirektoratet utlyste en offentlig anskaffelse av et videreutdanningstilbud, og Norsk forening for kognitiv terapi fikk tildelt oppdraget. Videreutdanningstilbudet er klart fra høsten 2021 og to kull er allerede fylt opp. Det er et mål å øke kapasiteten i videreutdanningstilbudet ytterligere, slik at alle kommuner som har vedtatt å opprette RPH-team kan delta i videreutdanningen og kommuner med eksisterende RPH-team kan sende nyansatte til utdanningen.

Ansvarlig departement: HOD

Mål 4: God hjelp og gode behandlingsforløp for mennesker i selvmordsrisiko

Tiltak 24 Regjeringen vil gjøre helsestasjons- og skolehelsetjenesten mer digitalt tilgjengelig.

Helse- og omsorgsdepartementet har i 2021 avsatt 35 millioner kroner til drift og utvikling av helsestasjons- og skolehelsetjenesten. Midlene skal blant annet benyttes til å gjøre helsestasjons- og skolehelsetjenesten mere digitalt tilgjengelig.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 25 Regjeringen vil stimulere til at flere kommuner gjennomfører forebyggende hjemmebesøk for eldre, blant annet for å kunne avdekke depresjon, andre psykiske plager og rusmiddelrelaterte problemer, og gjennom dette bidra til å redusere risiko for selvmord.

Brev om forebyggende hjemmebesøk for eldre ble sendt til alle landets kommuner i slutten av august 2021.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 26 Regjeringen vil øke fastlegenes bevissthet om pasienters alkoholproblemer og utvikle verktøy for å håndtere dette.

Tiltaket skal ses i sammenheng med oppfølging av tiltakene i Nasjonal alkoholstrategi (2021-2025). En helsefremmende og solidarisk alkoholpolitikk, som ble lansert i mars 2021.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 27 Regjeringen vil styrke befolkningens tilgang til digitale mestringsverktøy innen psykisk helse for å øke og tilpasse tilbudene til befolkningen, samt senke terskelen for å få hjelp.

Helsedirektoratet har etablert en pilot for Mestringsverktøy psykisk helse, et digitalt mestringsverktøy for angst og depresjon. 13 norske kommuner deltar. Det ble i 2021 bevilget 3 millioner kroner over statsbudsjettet til tiltaket.

I revidert nasjonalbudsjett for 2021 ble det i tillegg bevilget 20 millioner kroner til å spre og øke tilgjengeligheten til digitale behandlings- og selvhjelpsverktøy for mestring av psykiske plager i kommunene under koronapandemien.

Også i spesialisthelsetjenesten arbeides det med digitale tilbud. Det kan nevnes at det er etablert nye behandlingstilbud i alle foretakene i Helse Vest RHF, bl.a. eMeistring og arbeidsrettet behandling der målet er å komme tidlig til, og kunne gi behandling til store pasientgrupper. Pasienter til eMeistring kan også få behandling ved å ta direkte kontakt selv. Her er målet også å nå de pasientene som vegrer seg for å gå via fastlegen. Helse Sør-Øst RHF ønsker å legge til rette for at eMeistring skal innføres i hele regionen innen 2021 gjennom et regionalt prosjekt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 28 Regjeringen vil revidere nasjonal retningslinje for forebygging av selvmord og legge til rette for implementering i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling.

Arbeidet med revidering av retningslinjen er igangsatt. Den nye retningslinjen utvides til også å gjelde forebygging av selvmord i tverrfaglig spesialisert rusbehandling (TSB). Inkludering av pårørende og ivaretagelse av etterlatte inngår i dette arbeidet, det samme gjelder samhandling og samtidig oppfølging fra psykisk helsevern/tverrfaglig spesialisert rusbehandling og fastlege/kommune. Det er planlagt ekstern høring fra januar 2022.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 29 Regjeringen vil sikre at økt kunnskap om omstendighetene rundt selvmord brukes for å lære og for å forbedre tjenestene.

De regionale helseforetakene (RHFene) viser til at omstendighetene rundt selvmord blir gjennomgått (årsaks- og hendelsesanalyse) og brukes i læringsøyemed. Det nasjonale kartleggingssystemet for selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling brukes og gir mulighet for gjennomgang og læring. I Helse Sør-Øst RHF er ett av tiltakene i den regionale fagplanen for psykisk helsevern og rusbehandling å styrke satsingen på forskning innen innsatsområdene, blant annet gjennom målrettede utlysninger til forskning om selvmordsforebyggende tiltak.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 30 Regjeringen vil arbeide for at flere kan få hjelp for sin alkoholavhengighet på riktig behandlingsnivå.

Tiltaket skal ses i sammenheng med oppfølging av tiltakene i Nasjonal alkoholstrategi (2021-2025). En helsefremmende og solidarisk alkoholpolitikk, som ble lansert i mars 2021.

Noen eksempler på oppfølging av tiltaket i spesialisthelsetjenesten:

Alkohol og helse er et eget innsatsområde i den regionale fagplanen i HSØ med følgende tiltak:

- Helse Sør-Øst RHF tar initiativ til at det utarbeides en faglig veileder for tidlig intervensjon ved problematisk bruk av alkohol, inkludert familie- og nettverksarbeid*
- Helseforetakene/sykehusene skal ha rutiner for kontakt og henvisning mellom somatikken, psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling*
- Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner hvor alkoholbruk er et eget punkt i inntakssamtalen i somatikken ved hjelp av AUDIT-C eller andre verktøy som inneholder gode spørsmål for kartlegging av alkoholbruk, samt tiltak for videre oppfølging ved identifisert problematisk alkoholbruk*

I Helse Nord RHF er det etablert digitale behandlingsopplegg for personer med rusproblemer. Slike tilbud vurderes også i Helse Midt-Norge RHF.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 31 Regjeringen vil legge til rette for tettere oppfølging av pasienter før og etter utskrivning fra døgnbehandling i tverrfaglig spesialisert rusbehandling, herunder økt tilgang til brukerstyrt seng.

I alle regioner etterstrebes god planlegging og koordinering av pasientforløp i samarbeid med kommunene, fra innleggelse til utskrivning og i tiden etter.

Pakkeforløp Rusbehandling er innført i helseforetakene/sykehusene i Helse Sør-Øst RHF. Pakkeforløpet gir føringer for koordinering og samhandling før og etter utskrivning fra døgnbehandling.

Helse Sør-Øst RHF etablerer en arbeidsgruppe som skal vurdere tiltak for å sørge for tilstrekkelige tjenester 24/7 innen psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling, inkludert konsultasjonstjeneste innad i spesialisthelsetjenesten og for kommunale aktører
Tiltak i den regionale fagplanen:

- *Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner for oppfølging etter utskrivelse, inkludert oppdatert kriseplan med tiltak og intervensjoner i kommunen*

Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner for at epikrise sendes samtidig som utskrivelse etter selvmordsforsøk/selvskading

- *Helseforetakene/sykehusene skal ha skriftlige rutiner for kartlegging av selvskading og tiltak ved selvskading hos barn og unge*

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 32 Regjeringen vil be de regionale helseforetakene, i samarbeid med Helsedirektoratet, vurdere om bruk av sensorteknologi i døgnavdelinger i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling er et relevant hjelpemiddel for å forebygge pasientskader og selvmord.

Klinikk psykisk helse og avhengighet ved Oslo universitetssykehus HF er tildelt innovasjonsmidler fra Forskningsrådet og Helse Sør-Øst RHF for å utvikle og innføre avansert sensorteknologi i samarbeid med innovasjonsselskap i privat næringsliv. Flere andre helseforetak i regionen skal delta i dette prosjektet.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 33 Regjeringen vil sørge for at somatiske enheter har selvmordsforebyggende kompetanse og samarbeid med psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling om pasienter med somatiske tilstander.

Tiltak i den regionale fagplanen i HSØ:

- *Helse Sør-Øst RHF etablerer en arbeidsgruppe som skal vurdere tiltak for å sørge for tilstrekkelige tjenester 24/7 innen psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling, inkludert konsultasjonstjeneste innad i spesialisthelsetjenesten og for kommunale aktører*
- *Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner ved somatiske akuttinntak som sørger for god håndtering av pasienter ved selvskading eller selvmordsforsøk*

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 34 Regjeringen vil sørge for at pasienter som innlegges og behandles for somatiske tilstander som kan relateres til et selvmordsforsøk blir vurdert for selvmordsrisiko av helsepersonell med tilstrekkelig kompetanse.

Flere helseforetak viser til at det er etablert pasientforløp som vektlegger samhandling mellom psykisk helsevern, tverrfaglig spesialisert rusbehandling og somatiske enheter. Enkelte av helseforetakene melder også om egne prosedyrer for samhandling mellom somatiske enheter, psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling. Flere helseforetak planlegger undervisning om selvmordsforebygging ved somatiske enheter. Det er etablert liaisonstjenester og tilsynsfunksjoner ved helseforetakene/sykehusene.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 35 Regjeringen vil sikre gode overganger og samarbeid mellom tjenester, ved utskriving og i videre oppfølging. Pasienter som skrives ut etter selvmordsforsøk skal få tilbud om kriseplan og oppfølging i tråd med pakkeforløpene.

I alle helseregioner vektlegges samarbeid og planlegging med lokal helsetjeneste om oppfølging etter utskriving, også bruk av kriseplan.

Tiltak i den regionale fagplanen i HSØ:

- Helse Sør-Øst RHF skal i samarbeid med relevante fagmiljø gjennomføre en fagrevisjon og vurdere tilbudet til barn og unge ved selvskading eller selvmordsforsøk*
- Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner for oppfølging etter utskrivelse, inkludert oppdatert kriseplan med tiltak og intervensjoner i kommunen*
- Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner for at epikrise sendes samtidig som utskrivelse etter selvmordsforsøk/selvskading*

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 36 Regjeringen vil gjennomgå og forbedre den akuttmedisinske kjeden for personer i selvmordsfare, herunder bruken av ambulante akutt-team.

Helsedirektoratet har laget en strategisk plan for akuttområdet som skal følges opp. Planen er blant annet å lage forløp for noen utvalgte grupper, herunder personer i selvmordsrisiko.

Tiltak i den regionale fagplanen i HSØ:

- Helse Sør-Øst RHF etablerer en arbeidsgruppe som skal vurdere tiltak for å sørge for tilstrekkelige tjenester 24/7 innen psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling, inkludert konsultasjonstjeneste innad i spesialisthelsetjenesten og for kommunale aktører.*

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 37 Regjeringen vil videreutvikle og implementere beslutningsstøtteverktøy i akuttmedisinsk kommunikasjonsentraler (AMK) og legevaktsentraler.

Det er gjort noen endringer på legevaktindeks.no. Videre arbeid er foreløpig ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 38 Regjeringen vil utarbeide kurs for personell i akuttmedisinske kommunikasjonsentraler (AMK) og legevaktsentraler om selvmordsfare, inkludert opplæring i beslutningsstøttesystemer og praktiske kommunikasjonsferdigheter.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 39 Regjeringen vil styrke fokuset på tjenestenes ivaretagelse av barn som pårørende etter alvorlige selvskading eller selvmordsforsøk.

For å styrke fokuset på ivaretagelse av barn som pårørende til foreldre/pasienter med alvorlig selvskading og selvmordsforsøk, vil det vurderes justeringer i Pårørendeveileder, kapittelet Barn som pårørende, ved neste oppdatering. Fokuset på ivaretagelse av barn som pårørende løftes også i kurs og kompetansetiltak i regi av de regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 40 Regjeringen vil styrke fokuset på pårørende som ressurs i selvmordsforebygging.

I arbeidet med revidering av retningslinjen for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling og videreutvikling av veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvmord, er det å styrke fokuset på pårørende som ressurs i selvmordsforebygging sentralt. Perspektivet løftes inn i flere pågående innsatser.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 41 Regjeringen vil vurdere behovet for egen omtale av selvmord i den nasjonale pårørendeveilederen.

For å styrke fokuset på ivaretagelse av barn som pårørende til foreldre/pasienter med alvorlig selvskading og selvmordsforsøk, vil det vurderes justeringer i kapittelet Barn som pårørende i pårørendeveileder ved neste oppdatering. Pårørendeveilederen har en generell anbefaling om å lytte til pårørendes bekymringer for pasienten eller brukeren, f.eks. om pasienten/brukeren utgjør en fare for seg selv eller andre. Den har i tillegg en generell anbefaling om å veilede pårørende i kommunikasjon med pasienten. I en revidering av veilederen vil det vurderes å legge inn en henvisning til veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvmord og retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 42 Regjeringen vil revidere den gjeldende nasjonale veilederen for helse- og omsorgstjenester for innsatte i fengsler.

Helsedirektoratet er i gang med revidering av den nasjonale veilederen for helse- og omsorgstjenester for innsatte i fengsler. Selvmordsproblematikk vil beskrives i veilederen.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 43 Regjeringen vil vurdere å utvide bruken med pust- og bevegelsessensor i fengselsceller, når det er oppnådd tilstrekkelig erfaring med bruken av det.

Ved lov 26. mars 2021 nr. 15 fikk straffegjennomføringsloven en ny bestemmelse (§ 29 a) med hjemmel for å benytte pust- og bevegelsessensor i fengsel. Loven trådte i kraft 1. april 2021. Systemet for pust- og bevegelsessensor ble først etablert i Agder fengsel, for utprøving der. Videre er systemet under montering i utvalgte celler i Trondheim fengsel og Romerike fengsel, Ullersmo avdeling. Det planlegges også etablert i avrusningsenheten i Bjørgvin fengsel. Etablering av systemet krever bygningsmessig tilrettelegging og vil komme i forbindelse med renovering, nybygg eller lignende. Systemet er prioritert etablert i mottaksavdelinger og enkelte andre avdelinger hvor behovet er vurdert som størst.

Ansvarlig departement: JD

Mål 5: Umiddelbar og langvarig oppfølging av etterlatte etter selvmord

Tiltak 44 Regjeringen vil styrke tjenestenes arbeid med ivaretagelse og oppfølging av etterlatte, inkludert barn, ved selvmord og bidra til at dette inngår i tjenestenes helhetlige arbeid.

Tiltaket er gitt som oppdrag i tildelingsbrevet til Helsedirektoratet. Gjennom tilskuddordningen Nasjonale tiltak for forebygging av selvskading og selvmord har Helsedirektoratet innvilget tilskudd til et tiltak som skal gjennomføre samlinger for etterlatte etter selvmord. Tilbudet vil gjennomføres med en fysisk samling og digital oppfølging i etterkant. De regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging har gjennom sitt årlige tilskuddbrev i oppgave å bidra med implementering av veileder for ivaretagelse av etterlatte ved selvmord i tjenesten. De gjør dette gjennom egne kurstilbud, blant annet i samarbeid med LEVE - Landsforeningen for etterlatte etter selvmord og gjennom kurs tilpasset til kommuner.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 45 Regjeringen vil gjennomgå veileder Etter selvmordet – Veileder om ivaretagelse av etterlatte ved selvmord og vurdere behov for oppdateringer og behov for å utforme standardisert oppfølgingsløp for etterlatte ved selvmord.

Tiltaket er gitt som oppdrag i tildelingsbrevet til Helsedirektoratet for 2021. Folkehelseinstituttet (FHI) forsker på betydningen av helse- og velferdstjenestene i oppfølgingen av etterlatte ved selvmord, og er aktuell samarbeidspart. FHI har derfor også fått tiltaket som oppdrag i tildelingsbrevet for 2021. Helsedirektoratet er hovedansvarlig for tiltaket.

Ansvarlig departement: HOD, ASD, BFD

Mål 6: Bedre forekomsttall, økt forskning, kunnskap og kompetanse om selvmordsforebygging

Tiltak 46 Regjeringen vil vurdere om det er grunnlag for å utvide plikten til å utføre rettsmedisinsk obduksjon ved mistenkt selvmord og rusrelaterte dødsfall for å redusere usikkerheten i selvmordstallene.

Det er bevilget 0,5 millioner kroner over statsbudsjettet for 2021 til å øke antall obduksjoner for å redusere usikkerhet i selvmordstallene som registreres i Dødsårsaksregisteret.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: JD, HOD

Tiltak 47 Regjeringen vil vurdere muligheten og behovet for å obdusere flere eldre for å få mer kunnskap om dødsfallene, herunder dødsårsak, i denne gruppen.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 48 Regjeringen vil vurdere spørsmålet om det bør etableres en ekspertgruppe og om det skal utredes en coroner-ordning i Norge, samt vurdere om det er grunnlag for å etablere faste mortalitetskomiteer som overvåker dødsfall på sykehus mv.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 49 Regjeringen vil sørge for at Dødsårsaksregisteret mottar fullstendige obduksjonsrapporter for å sikre tilstrekkelig informasjon.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 50 Regjeringen vil vurdere etablering av et register for selvsikning og selvmordsforsøk, eventuelt se på andre muligheter for å få god oversikt og følge utviklingen av selvsikning og selvmordsforsøk.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 51 Regjeringen vil sørge for at det etableres en samarbeidsmodell for optimal arbeidsdeling mellom Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging og Folkehelseinstituttet for å sikre ny kunnskap og spredning av denne kunnskapen i det selvmordsforebyggende arbeidet.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 52 Regjeringen vil be Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging og Folkehelseinstituttet i samarbeid med de regionale helseforetakene om en vurdering av eksisterende, publisert forskning på selvmord, herunder hvilke temaer og grupper i befolkningen som er lite forsket på.

Tiltaket er gitt i oppdragsbrevet for 2021 til Folkehelseinstituttet (FHI) og tildelingsbrevet for 2021 til Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF). FHI koordinerer arbeidet. Arbeidet er under planlegging.

I tillegg har Nasjonalt kunnskapscenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) og NSSF fått i oppdrag i tildelingsbrevene for 2021 at de i samarbeid skal se nærmere på omfanget av selvmordsproblematikk blant utsatte og utøvere av vold og overgrep. Sentrene skal i samarbeid vurdere og beskrive behovet for kunnskapsoppsummeringer og eventuelt ytterligere forskning. Sentrene skal vurdere å invitere FHI inn i samarbeidet.

Arbeidet er på begynt. FHI har bistått i første fase av planlegging samt gjennomgang av artikler som bør ses nærmere på. NKVTS og NSSF fullfører arbeidet med uthenting av resultater fra utvalgte artikler. Arbeidet vil ferdigstilles høsten 2021.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 53 Regjeringen vil følge opp kunnskapsoppsummeringer fra Folkehelseinstituttet om selvmord blant menn og blant eldre.

Tiltaket er gitt i oppdragsbrevet for 2021 til Folkehelseinstituttet (FHI). Tiltaket følges opp via konkrete forskningsprosjekter ved FHI. TREAT-PATH prosjektet mottar komplett registerkobling høsten 2021 og vil trolig kunne begynne å arbeide på relevante artikler våren 2022. I tillegg arbeides det med å utvikle separate forskningsprosjekt på selvmord hos menn og hos eldre i løpet av 2021 og 2022.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 54 Regjeringen vil gjennomføre et FoU-oppdrag om kunnskap om selvmordsatferd, årsaker til selvmord og forebygging av selvmord i innvandrerbefolkningen.

Nasjonalt senter for selvmordsforebygging og selvmordsforebygging (NSSF) har fått tildelt forskningsoppdraget. Prosjektperioden er mai 2021 til april 2022. Prosjektet er i gang. Det skal avholdes ett referansegruppemøte høsten 2021. NSSF skal som en del av oppdraget utarbeide en til to artikler og en kort rapport på engelsk.

Ansvarlig departement: KD

Tiltak 55 Regjeringen vil gjennomføre en levekårsundersøkelse på lhbtqi-feltet, der selvmord og selvmordsforsøk er et av temaene.

Levekårsundersøkelsen på lhbtqi-feltet ble lansert under Oslo-Pride 23. juni 2021. Den finnes her:

[seksuell orientering, kjønns mangfold og levekår resultater fra spørreundersøkelsen 2020 .pdf \(bufdir.no\)](#). Undersøkelsen viser at andelen som har hatt selvmordstanker er høyere blant lhbt-personer enn i befolkningen for øvrig. Bifile kvinner og transpersoner skiller seg særlig ut ved at betydelig høyere andeler i disse gruppene har hatt selvmordstanker eller har forsøkt å ta livet sitt i løpet av livet. Regjeringen har lagt fram en ny [handlingsplan mot diskriminering på grunn av seksuell orientering, kjønnsidentitet, kjønnsuttrykk og kjønnskarakteristika](#). Økt åpenhet om kjønns- og seksualitets mangfold og likeverdige offentlige tjenester er et av innsatsområdene i planen.

Ansvarlig departement: KUD

Tiltak 56 Regjeringen vil tilrettelegge for at kommunale helse- og omsorgstjenester innehar nødvendig kompetanse for å forebygge, avdekke, avverge og følge opp selvskadings- og selvmordsproblematikk.

Videre implementering av veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvskaading og selvmord og gjennomføring av kompetansetiltak innen forebygging av selvskaading og selvmord er lagt inn som oppgave i tilskuddsbrev til de regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging og Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging. Det arbeides kontinuerlig med å utvikle innsatser som kan bidra til økt kunnskap i tjenestene, eksempelvis videoressurser, nettsider som bistår i utvikling av kommunale handlingsplaner og oversettelse av SOS Vivat-film til engelsk og nordsamisk. Bredde av innsatser er ment å bidra til økt kunnskap i tjenestene.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 57 Regjeringen vil sørge for at personellet i tverrfaglig spesialisert rusbehandling og psykisk helsevern har selvmordsforebyggende kompetanse.

Helseforetakene/sykehusene i Helse Sør-Øst RHF har regelmessig, og flere steder obligatorisk, undervisning om selvmordsforebygging, inkludert opplæring av nyansatte. Flere helseforetak innfører CAMS (Collaborative Assessment and Management og Suicidality) med mål om at denne kompetansen skal bli en integrert del av behandlingen.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 58 Regjeringen vil vurdere hvordan selvmordsforebyggende kompetansenettverk kan etableres i alle landets helseregioner.

De regionale helseforetakene (foruten til Helse Sør-Øst RHF) fikk i oppgave i oppdragsbrevet for 2021 å etablere selvmordsforebyggende kompetansenettverk.

Nettverkene er under etablering i Helse Vest RHF, Helse Midt-Norge RHF og Helse Nord RHF.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 59 Regjeringen vil videreføre og styrke Vivat selvmordsforebyggingsarbeid med å øke lokalsamfunnets samlede kunnskap og evne til å forebygge selvmord.

Det er opprettet en ny tilskuddsordning med tilhørende regelverk for Vivat selvmordsforebygging. Det ble bevilget 7 millioner kroner over statsbudsjettet til dette denne ordningen i 2021.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 60 Regjeringen vil styrke tilskuddsordningen Nasjonale tiltak for forebygging av selvmord og selvskading.

Tilskuddsordningen er styrket. Regelverket for ordningen er revidert og innrettet for å imøtekomme Handlingsplan for forebygging av selvmord. I 2021 ble det bevilget 4 millioner kroner over statsbudsjettet til denne søknadsbaserte tilskuddsordningen (samtidig som Vivat selvmordsforebygging, som har vært den største tilskuddsmottakeren på ordningen, fikk egen tilskuddsordning, jf. tiltak 59).

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 61 Regjeringen vil oversette, tilpasse kulturelt og implementere opplæringsmateriell i hvordan oppdage, avdekke og intervenere ved selvmordsfare til nord-, sør- og lulesamisk.

Helsedirektoratet har finansiert oversettelse av videoressursen Kriseplan utarbeidet av Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging til nordsamisk. Videre har Helsedirektoratet finansiert oversettelse av Vivats film "Snakk om selvmord" til engelsk og nordsamisk. Oversettelse av opplæringsmateriell til nord-, sør- og lulesamisk er lagt inn i tilskuddsbrev til relevante kompetansemiljø. Helsedirektoratet vil høsten 2021 drøfte med relevante kompetansemiljø og tjenester hvilke innsatser/verktøy som bør prioriteres mht. ytterligere oversettelser til nord-, sør- og lulesamisk.

Det ble i 2021 bevilget 0,5 millioner kroner over statsbudsjettet til tiltaket.

Ansvarlig departement: HOD