© Rémi Walle / Unsplash

Jugendliche mit Suizidgedanken benötigen ein Gegenüber, das empathisch in die Situation hineingeht.

Auf den Punkt

Wie Suizidprävention gelingt

Prävention Immer weniger Menschen in der Schweiz sterben durch Suizid. Doch 2020 waren auffällig viele Mädchen unter 20 Jahren betroffen. Wie die Zahlen einzuordnen sind – und wie Ärztinnen und Ärzte mit gefährdeten Jugendlichen umgehen sollten.

Nadja Papageorgiu

Die Anzahl der Suizide in der Schweiz hat 2020 weiter abgenommen: 972 Personen starben 2020 durch Suizid, 696 Männer und 276 Frauen. 70% der Personen waren über 45 Jahre alt, 7 bis 8% der Fälle betrafen junge Männer und Frauen unter 25 Jahren. Damit ist die Suizidrate pro 100 000 Einwohnerinnen und Einwohnern seit dem Höchststand in den 1980er Jahren von 24,9 auf 9,5 zurückgegangen. Das meldete das Bundesamt für Statistik in einer Medienmitteilung [1].

Die von manchen Medien propagierte «Pandemie der Suizide» gab es also nicht. Die Kinder- und Jugendpsychiaterinnen am Universitätsspital Lausanne (CHUV), Prof. Dr. med. Kerstin von Plessen und Dr. med. Carole Kapp sind davon nicht überrascht. In Krisenzeiten gebe es oft weniger Suizide. «Die alarmierende Berichterstattung über das Leiden der Jugendlichen während der Pandemie kann einen Einfluss darauf gehabt haben, wie junge Menschen sich gefühlt haben», sagt Carole Kapp. Andererseits habe das offenere Sprechen über psychische Symptome und Probleme die positive Folge, dass Jugendliche eher Hilfe gesucht haben, so Kerstin von Plessen, Leiterin der universitären Kinder- und Jugendpsychiatrie am CHUV.

Statistik richtig interpretieren

Man wisse nicht, ob die absolute Zahl der Suizidversuche gestiegen sei oder mehr Jugendliche nach einem Suizidversuch in die Klinik gekommen seien. Auffällig sei aber, dass sich die Patientengruppen in der Jugendpsychiatrie verändert haben: Der Anteil der Mädchen, die in der stationären Kinder- und Jugendpsychiatrie des CHUV auch wegen suizidaler Ideen behandelt wurden, stieg bedeutend an.

Laut der Statistik sind im Jahr 2020 erstmals 17 junge Mädchen unter 20 Jahren durch Suizid gestorben, so viele wie noch nie zuvor. Diese Zahlen seien noch nicht endgültig ausgewertet, erklärt Carole Kapp, die auch Vizepräsidentin der Groupe Romand Prévention Suicide ist. Es gebe von Jahr zu Jahr grosse Schwankungen bei den Zahlen: So kam

Published under the copyright license “Attribution – Non-Commercial – NoDerivatives 4.0”. No commercial reuse without permission. See: http://emh.ch/en/services/permissions.html

es zum Beispiel 2007 zu 15 Suiziden bei jungen Mädchen, 2012 zu drei.

Wie aber können Ärztinnen und Ärzte mit dem Thema umgehen? Es ist bekannt, dass viele Personen, die durch Suizid sterben, in der Zeit davor Kontakt zu einem Arzt oder einer Ärztin hatten. Diese können aktiv zur Suizidprävention beitragen.

Arzt und Ärztin als Gesprächspartner

Die Art und Weise der Begleitung ist dabei für alle Altersgruppen gleich, von Kindern bis zu betagten Personen: Es ist ein sensibles Herantasten zu den Gefühlen, kein blosses Abfragen von Symptomen. Kerstin von Plessen erklärt: «Wir sehen zunehmend ein Fehlen von Verantwortungsbewusstsein: Sobald jemand beim Arzt Andeutungen über suizidale Ideen macht, wird er oder sie zum Spezialisten geschickt. Es ist in diesem Moment aber nicht unbedingt ein Spezialist, der gebraucht wird, sondern ein Mensch, der zuhört und empathisch in diese Situation hineingeht.» Dabei kann das Wort Suizid eindeutig verwendet werden, sagt Carole Kapp: «Es ist eine falsche Idee, dass jemand Suizid begehen könnte, weil ihm gegenüber das Wort Suizid verwendet wird.» Ganz im Gegenteil: Die Patientin verstehe, dass sie mit ihrem Arzt darüber reden kann.

Suizid ist ein so starkes Tabu, dass es selbst Fachpersonen manchmal schwerfällt, damit umzugehen. Deshalb bietet die Groupe Romand Prévention Suicide [2] Weiterbildungen für Fachkräfte an, in denen unter anderem in Rollenspielen gelernt wird, wie ein Gespräch mit einer suizidalen Person geführt werden kann. Es geht dort auch um das Ausräumen von falschen Vorstellungen, sagt Carole Kapp: «Suizid ist keine freie Wahl. Suizid ist im Gegenteil das Fehlen einer Wahl. Es ist die Beendigung eines unerträglichen psychischen oder somatischen Leidens.» Ärzte und Ärztinnen können ihren Patientinnen und Patienten mit Suizidgedanken helfen, sich zu öffnen und nach Alternativen zum Suizid zu suchen. Carole Kapp: «Es ist ähnlich wie bei der Ersten Hilfe: Man kann wenig falsch machen, aber viel richtig.»

Sind Sie in einer Notlage?

Hier finden Sie Hilfe:
Die Dargebotene Hand / Sorgentelefon
Telefon (rund um die Uhr) und SMS: 143
Mail und Chat: www.143.ch

Literatur
Vollständige Literaturliste unter www.saez.ch oder via QR-Code

Persönlich

Titularprofessor ernannt

PD Dr. med. Justus E. Roos

UZH Die Universität Zürich hat PD Dr. med. Justus E. Roos, Chefarzt Radiologie und Nuklearmedizin des Luzerner Kantonsspitals (LUKS), zum Titularprofessor ernannt. Justus E. Roos studierte an der Universität Bern. Seine Assistenzjahre absolvierte er am Universitätsspital Genf und am Universitätsspital Zürich, wo er seine Weiterbildung zum Facharzt für Radiologie im Jahre 2003 abschloss und danach als Oberarzt tätig war. Im Jahr 2005 wechselte er für einen zweijährigen Forschungsaufenthalt an die Stanford University, wo er anschliessend als Assistenzprofessor tätig war. Vor der Wahl zum Chefarzt der Radiologie und Nuklearmedizin am LUKS war Justus Roos bis Ende 2015 als ausserordentlicher Professor an der Duke University in North Carolina.

Neuer Departementsleiter gewählt

Hans-Peter Wyss

Spital Menziken Am 1. Oktober hat Hans-Peter Wyss die Leitung des Departements Pflege und Medizinisch therapeutische und technische Dienste am Asana Spital Menziken übernommen. Wyss ist seit 2013 am Spital tätig, zuletzt als Bereichsleiter Perioperative Pflege und Leiter Notorganisation. Daneben war er als kantonaler Einsatzleiter Sanität und in verschiedenen Gremien für den Kanton Aargau beschäftigt. Er ist Dipl. Pflegefachmann HF und hat sich zum Dipl. Experten Anästhesiepflege NDS HF und zum Rettungssanitäter HF weitergebildet. Zudem verfügt der 48-Jährige über einen Executive Master in Business Administration FH mit Vertiefung in Strategischem Management.

Wahl in den Verwaltungsrat

Anne-Geneviève Bütikofer

Reliva AG Anne-Geneviève Bütikofer ergänzt ab dem 1. November den Verwaltungsrat der Reliva AG. Bütikofer ist seit 2018 Direktorin des nationalen Spitalverbandes H+. Zuvor war die Juristin aus Neuchâtel unter anderem als Generaldirektorin des Volkswirtschafts- und Gesundheitsdepartements des Kantons Genf und als Generalsekretärin der FMH tätig. Zusätzlich nahm sie diverse weitere Ämter und Mandate in der Gesundheitsbranche wahr. Anne-Geneviève Bütikofer wurde zusammen mit Muriel Widmer in den Verwaltungsrat der Patientenhotel-Firma gewählt. Die beiden lösen Gabriela Kanitz und Dominique Freymond ab.

Published under the copyright license "Attribution – Non-Commercial – NoDerivatives 4.0". No commercial reuse without permission. See: http://emh.ch/en/services/permissions.html

Aus der Wissenschaft

Neue Funktion des Kleinhirns entdeckt

Gedächtnis Forschende der Universität Basel um Prof. Dr. Dominique de Quervain und Prof. Dr. Andreas Papassotiropoulos haben herausgefunden, dass das Kleinhirn beim Erinnern von emotionalen Erlebnissen eine wichtige Rolle spielt. Sie zeigten 1418 Studienteilnehmenden Bilder und zeichneten die Hirnaktivität der Probanden mittels Magnetresonanztomographie auf. Sowohl an positive als auch an negative Bilder erinnerten sich die Studienteilnehmenden in einem späteren Gedächtnistest viel besser als an neutrale Bilder. «Die vorliegenden Ergebnisse deuten darauf hin, dass das Kleinhirn ein integraler Bestandteil eines Netzwerks ist, welches für die verbesserte Abspeicherung emotionaler Informationen verantwortlich ist», so de Quervain. Obwohl ein verbessertes Gedächtnis für emotionale Erfahrungen einen lebenswichtigen Mechanismus darstellt, hat dieser auch Schattenseiten: Im Falle sehr negativer Erlebnisse kann er wiederkehrende Angstzustände begünstigen. Diese Erkenntnisse könnten für das Verständnis psychiatrischer Krankheitsbilder wie der posttraumatischen Belastungsstörung von Bedeutung sein.

Fettleibigkeit genetisch bedingt

Mikro-RNA Forschende der ETH Zürich unter der Leitung von Markus Stoffel konnten zeigen, dass Mikro-RNA-Moleküle für die Regulierung des Körpergewichts zentral sind. Genom-Assoziationsstudien hatten bereits gezeigt, dass unsere Erbanlagen mitbestimmen, wie stark wir zu Fettleibigkeit neigen. Die ETH-Forschenden haben nun einen weiteren Risikofaktor gefunden: ein körpereigenes Mikro-RNA-Molekül mit dem Namen Mikro-RNA 7. «Bisher war es ungeklärt, warum sich mit Genvariationen weniger als die Hälfte der Ursachen für erblich bedingte Fettleibigkeit erklären lassen», sagt Stoffel. «Unsere Arbeit zeigt nun: Es reicht nicht, nur in den Genen zu suchen, die die Information für Proteine tragen, man muss auch die DNA-Bereiche ausserhalb von protein-kodierenden Genen untersuchen wie zum Beispiel die Regionen mit den Bauanleitungen für Mikro-RNA.» Die neue Erkenntnis liesse sich auch in der Medizin nutzen, indem Medikamente auf RNA-Basis entwickelt würden für Personen, in deren Hypothalamus zu wenig Mikro-RNA 7 hergestellt wird.

Preise und Auszeichnungen

Jungforscher erhält Finanzierung

© Empa

Lukas Gerken kühlt ein Elektronenmikroskop mit Flüssigstickstoff.

Empa Die Strahlentherapie für Krebskranke soll wirksamer und schonender werden: Für dieses Vorhaben hat der Nachwuchsforscher Lukas Gerken ein «Empa Young Scientist Fellowship» erhalten. Gerke forscht in den Laboren der Eidgenössischen Materialprüfungs- und Forschungsanstalt (Empa) zum Einsatz von Nanopartikeln, um die Empfindlichkeit von Tumoren während der Strahlentherapie zu erhöhen. Nun will er die Aktivität der Nanopartikel weiter steigern. Gerke ist Doktorand an der ETH. Das von der Ria und Arthur Dietschweiler Stiftung finanzierte Fellowship ermöglicht ihm, während zwei Jahren ein eigenständiges Forschungsprojekt durchzuführen.

Epilepsie-Forschungspreis

Dr. med.
Isabelle Beuchat

Dr. med. Pia De Stefano

CHUV/HUG Der Forschungs-Förderungspreis der Schweizerischen Epilepsie-Liga geht an Dr. med. Isabelle Beuchat und an Dr. med. Pia De Stefano. Beide Medizinerinnen forschen zur Verbesserung der Diagnosestellung bei Epilepsie. Isabelle Beuchat vom Universitätsspital in Lausanne untersucht Bluttests, die als Indikatoren eines überstandenen epileptischen Anfalls gelten. Pia De Stefano beschäftigt sich mit der Hirnstrom-Messung bei «stillen» nichtkonvulsiv andauernden epileptischen Anfällen, die im Koma nach einem überstandenen Herzstillstand auftreten können. Das Preisgeld von 25 000 Franken wird auf die beiden Gewinnerinnen aufgeteilt.

In Zahlen

Arztpraxen

In der Schweiz waren Ende 2020 **16 876 Arztpraxen** und ambulante Zentren tätig, wie eine Auswertung des Bundesamts für Statistik zeigt.

Sie erzielten einen Jahresumsatz in Höhe von **12,1 Milliarden Franken**.

Es wurden **66,4 Millionen** Arztbesuche registriert, davon **60,6 Millionen** zu Lasten der obligatorischen Krankenversicherung.

© Supanut Piyakanont / Dreamstime

Published under the copyright license "Attribution – Non-Commercial – NoDerivatives 4.0". No commercial reuse without permission. See: http://emh.ch/en/services/permissions.html

Kopf der Woche

Dissertation in 180 Sekunden erklärt

Sophie Rivara

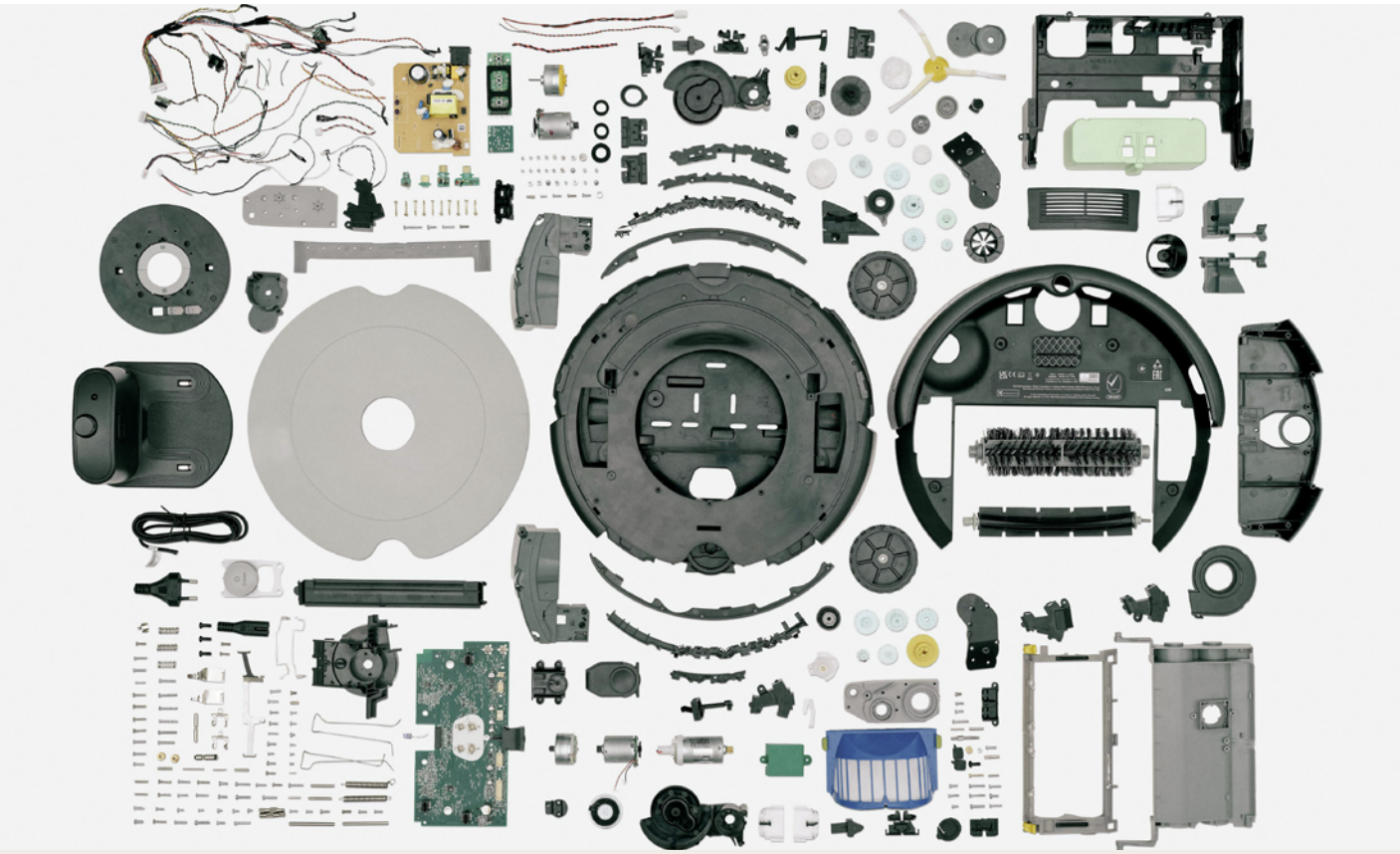
EPFL Drei Minuten, um eine Dissertation allgemeinverständlich zu präsentieren: eine unterhaltsame und wissenschaftliche Herausforderung. «Ma thèse en 180 secondes» ist ein Konzept, das eine Verbindung zwischen Forschung und Gesellschaft herstellt.

Sophie Rivara, Doktorandin in Biowissenschaften an der Eidgenössischen Technischen Hochschule Lausanne (EPFL), gewann das Schweizer Finale im Mai dieses Jahres. Am 6. Oktober vertrat die junge Spezialistin für angeborene Immunität die Schweiz beim internationalen Finale in Montreal und gewann den zweiten Preis der Jury.

Die Inhaberin eines Masters in molekularer Medizin begann ihre Doktorarbeit 2018 im Labor für angeborene Immunität von Prof. Andrea Ablasser am Global Health Institute der EPFL. Als leidenschaftliche Wissenschaftskommunikatorin nahm Rivara 2018 an einem Kurs für Doktoranden der Biowissenschaften zum Thema Storytelling beim Filmfestival Locarno teil, hielt 2019 im Rahmen des Internationalen Tags der Frauen und Mädchen in der Wissenschaft Vorträge vor Schulklassen mit Kindern im Alter von 7 bis 13 Jahren und nahm 2020 an einem Science Film Hackathon in Lausanne teil.

Ihre Doktorarbeit trägt den Titel «Tracking spatiotemporal localization and interactions of the innate immune sensor STING». In den 180 Sekunden, die ihr zur Verfügung stehen, stellt Rivara ihre Dissertation gut strukturiert und mit einer Prise Humor vor: «Die angeborene Immunität ist die erste Verteidigungslinie Ihrer Zellen gegen alle Arten von Gefahren. Gegen Viren, gegen Bakterien, aber auch gegen Krebs.» Ihre Sprache ist sehr bildhaft, vor allem wenn sie über die verschiedenen potenziellen Gefahren für die Zelle spricht. So werden strukturelle Schäden zu «einstürzenden Häusern», eine systemische Entzündung oder ein Tumor zu «einer Hitzewelle oder einem Feuer» und ein Angriff von Viren oder Bakterien zu «einer Invasion von Aliens». Die zytosolische DNA sind «nackte Menschen, die auf der Strasse herumlaufen» und die Auslösung der Immunantwort ist ein «aufmerksamer Nachbar, der die Polizei alarmiert». Genau das ist ihr Forschungsgebiet: diesen «warnenden Nachbarn» zu beobachten, um unsere angeborene Immunität besser zu verstehen, damit wir, falls nötig, Behandlungsmethoden entwickeln können, um sie zu modulieren. Das Video ihres Auftritts finden Sie hier: youtu.be/BeCBK7Ga3k8

Aufgefallen



Recycling Am 14. Oktober war der International E-Waste Day. Unter dem Slogan «Recycle it all, no matter how small!» zeigte die Stiftung SENS eRecycling, gemeinsam mit über 170 Partnern weltweit, welche wertvollen Ressourcen in einem Elektrogerät wie diesem elektrischen Staubsauger stecken: 1726 g recycelbare und 772 g nicht recycelbare Kunststoffe, 702 g Lithium, 121 g Eisen, 83 g Kupfer, 6 g Chromstahl und 3 g Messing.

Published under the copyright license “Attribution – Non-Commercial – NoDerivatives 4.0”. No commercial reuse without permission. See: http://emh.ch/en/services/permissions.html