

## Varje år förlorar 15 000 svenskar en närstående i suicid

**Tiotusentals svenskar drabbas årligen av en förlust som få vill kännas vid – när en närstående tar sitt liv. Efterlevande utgör en högriskgrupp för både psykisk ohälsa och i förlängningen nya suicid. Ändå brister idag samhällets stöd och skyddsnet för denna grupp. På internationella suicidpreventiva dagen den 10 september vill organisationen Spes uppmärksamma detta missförhållande.**

Det är inte all våldsamt död som blir till nyhetsrubriker. Suicid är en tyst och ständigt pågående tragedi. Faktum är att självmord står för 92 procent av det dödliga våldet i Sverige. Efter en liten nedgång under pandemin så är suicidtalerna nu tillbaka där de var 2019, på 1617 fall under 2023. Varje person i statistiken är någons förälder, någons barn, syskon, vän eller partner. Ett tiotal personer anses bli närmast berörda när någon tar sitt liv, vilket i snitt innebär 40 personer i Sverige om dagen.

Utöver saknad så brottas många anhöriga med upplevelse av skuld, övergivenhet, en tärande ilska och frågor utan svar. Sorgen har hög grad av egen sjuklighet, som depression och PTSD. I ett fåtal län och kommuner finns någon form av krisstöd, men fortfarande så vilar det allra mesta på egnerfarna eldsjälarna.

– Inte minst brister stödet för de allra yngsta, trots att barn och unga i många fall faktiskt har rätt till stöd utifrån hälso- och sjukvårdslagen. Samtidigt vet vi att barn som mister närstående i våldsamt död som suicid lider dramatiskt förhöjd risk för att senare i livet vårdas för missbruk, suicidförsök, att dömas för grövre brott, eller att själva avlida i förtid. Här behöver samhället ta ett helt annat ansvar än vi ser idag, säger Björn Eklund, talesperson för Spes.

Spes är en organisation för alla som mist en familjemedlem, släkting, partner eller vän genom suicid. Organisationen erbjuder stöd genom samtalsgrupper, chatt och telefon. Alla som är verksamma har själva mist någon närstående genom självmord.

– Vi märker tydligt hur läkande det är för efterlevande att träffa andra som kan relatera och spegla ens upplevelser. Någon som kan säga "ja, jag också". Det finns ett samförstånd i smärtan och det ordlösa stödet är väldigt välgörande. Det är också i de här mötena som många hittar sitt hopp om framtiden, säger Björn Eklund.

Suicidalitet är ofta svårt att upptäcka och förloppet kan gå snabbt. En person som kämpar inombords kan i många fall fortsätta med vardagslivet, gå till jobbet, träffa vänner och skratta. Därför är det viktigt att våga ställa frågor, och vara öppen och icke-dömande för svåra samtalsämnen. I samband med internationella suicidpreventiva dagen säljer Spes Förgätmigejbandet – och uppmuntrar att vara en god medmänniska och se bakom leendet.

Presskontakt:  
Frida Andersson  
+46703604845  
frida.a@junopr.se

### **Om Spes**

Spes är en rikstäckande ideell organisation som är till för alla som mist en familjemedlem, släkting, partner eller god vän genom suicid. Alla som är verksamma i Spes har själva mist någon närstående genom självmord. I samband med internationella suicidpreventiva dagen säljs Förgätmigejbandet till förmån för att efterlevande ska få den hjälp de behöver för att överleva när det värsta drabbat dem, och för att förhindra självmord.