

Weitere Informationen bei

Andreas Kadel

Arzt für öffentliches Gesundheitswesen
Landratsamt Göppingen
Gesundheitsamt
Wilhelm-Busch-Weg 1
73033 Göppingen

Tel.: 07161/ 202 53 45
Fax. 07161/ 202 53 90
a.kadel@lkgp.de

Suizidprävention bei Männern

Das Gesundheitsamt Göppingen führt seit dem Jahr 2009 ein Projekt zur Früherkennung des Suizids bei Männern im Landkreis Göppingen durch.

Wir bieten Vorträge für Laiengruppen an. Betriebe/Firmen und Einrichtungen der Kommunalverwaltung können im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements BGM diese Vorträge ebenfalls buchen.

Vortragsdauer: ca. 45 min mit der Möglichkeit einer anschließenden Fragerunde. Das Projekt ist ein Baustein in der Präventionsaufgabe des Gesundheitsamtes. Den Teilnehmern entstehen keine Kosten.



LANDKREIS
GÖPPINGEN

„Das leere Tor“

Das Titelbild: „Das leere Tor“ ist dem Nationaltorwart Robert Enke gewidmet, der sich am 10.11.2009 das Leben nahm.

Suizid bei Männern Früherkennungszeichen

Stand: November 2019

Landratsamt Göppingen Telefon 07161 202-5345
Amtsbezeichnung Telefax 07161 202-5390
Lorcher Straße 6 E-Mail a.kadel@lkgp.de
73033 Göppingen www.landkreis-goeppingen.de

Landratsamt Göppingen
Gesundheitsamt

Suizid bei Männern

Der Begriff Suizidalität beschreibt den Gefühlszustand eines Menschen, in dem Gedanken, Impulse und Handlungen anhaltend, wiederholt oder in krisenhaften Zuspitzungen darauf ausgerichtet sind, gezielt den eigenen Tod herbeizuführen.

Die Suizidrate bei Männern in Deutschland ist fast dreimal so hoch wie bei Frauen.

Männer suchen seltener Hilfe bei Problemen als Frauen.

Suizid und Depression stehen in engem Zusammenhang miteinander

Betroffene berichten von:

- Ohnmachtsgefühlen
- Depression
- „Burn-out“ und Hilflosigkeit
- Suchterkrankungen
- Lebenskrisen

Früherkennungszeichen

Der österreichische Psychiater und Arzt Erwin Ringel (1921-1994) erforschte als erster die Ursachen eines Suizides und schuf den Begriff des präsuizidalen Syndroms.

Dieses geht einher mit Einengung, sozialem Rückzug und Depression. Hinzu kommen autoaggressives Verhalten und Auftreten von Suizidgedanken.

Diese Verhaltensmuster nannte er Früherkennungszeichen.

Ziel ist es, diese Früherkennungszeichen möglichst vielen Menschen bekannt zu machen.

So können erste Warnzeichen erkannt und Betroffene darauf angesprochen werden.

Das Sprechen über mögliche Suizidgedanken und-vorhaben bedeutet für die Betroffenen eine große Entlastung.

Statistik

„In der Bundesrepublik Deutschland nehmen sich täglich so viele Männer das Leben wie zwei Fußballmannschaften.“

Das sind jedes Jahr ca. 7.000 Männer. Die Mehrheit von ihnen ist zwischen 45 und 60 Jahre alt.

Viele Männer quälen sich jahrelang mit dem Gedanken an Suizid. Sie tun es letztendlich zum Glück nicht. Sie erfahren diese Zeit aber als „tote Jahre“.

Sie werden rückblickend darüber sagen: „Ich habe in dieser Zeit nicht gelebt, sondern nur funktioniert.“

Literaturtipps:

„Männer weinen nicht - Depression bei Männern.“, von C. Löffler, B. Wagner und Prof. Dr. Wolfersdorf

„Der wunderbare Massenselbstmord“.
Von dem finnischen Autor Arto Paasilinna

