



113 zelfmoord
• • • •
preventie

NOS NIEUWS • [BINNENLAND \(/NIEUWS/BINNENLAND\)](#) • [ECONOMIE \(/NIEUWS/ECONOMIE\)](#)
• WO 18 AUGUSTUS, 09:49

Risico op zelfdoding door de jaren heen grootst onder oudere mannen

Als het om zelfmoord gaat, gaat veel aandacht uit naar jongeren, maar ouderen en met name oudere mannen lopen veel meer risico. Ze zoeken minder vaak hulp en slagen vaker als ze een zelfmoordpoging doen door de methodes die ze kiezen, zegt het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS).

In een onderzoek zette het CBS cijfers over zelfdoding van 1950 tot 2020 op een rij (<https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2021/zelfdoding-in-nederland-een-overzicht-vanaf-1950>). In economisch slechte tijden, zoals in de jaren 80 van de vorige eeuw en de jaren 10 van deze eeuw, is een duidelijke toename te zien in het aantal zelfdodingen. Financiële problemen en werk zijn daarmee een belangrijke risicofactor als het gaat om zelfmoord.

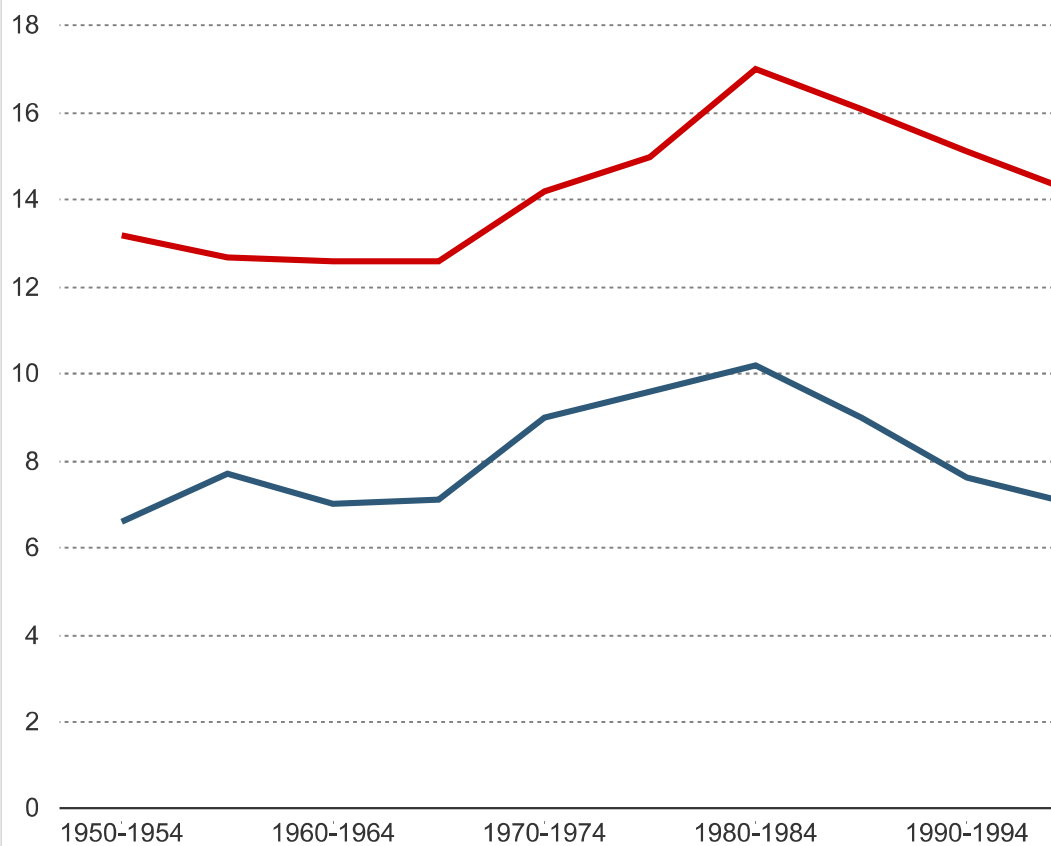
Denk je aan zelfmoord of maak je je zorgen om iemand? Praten over zelfmoord helpt en kan anoniem via de chat op www.113.nl (<http://www.113.nl/>) of telefonisch op 113 of 0800-0113.

Het CBS splitste de gegevens ook uit naar verschillende bevolkingsgroepen, zoals leeftijd, geslacht en woonplaats. Mannen plegen ongeveer twee keer zo vaak zelfmoord als vrouwen. Die verhouding is door de jaren heen min of meer gelijk gebleven.

Zelfdodingen naar geslacht, 1950-2020

per 100.000 inwoners

■ Mannen ■ Vrouwen



Gemaakt met LocalFocus

Zelfdodingen naar geslacht

Volgens onderzoeker Tanja Traag van het CBS zijn er meerdere oorzaken voor de veel hogere cijfers onder mannen, zei ze in het *NOS Radio 1 Journaal*: "Suicide heeft vaak te maken met onderliggende psychische problemen zoals depressie of bipolariteit, maar daarbovenop komen zaken die mensen meemaken in het leven, zoals een echtscheiding."

Bij een echtscheiding komen mannen vaker in een sociaal isolement terecht, zegt Traag: "Mannen kunnen veel contacten verliezen, met hun kinderen, met hun schoonfamilie. En die onderlinge sociale netwerken zijn een belangrijke factor bij het reduceren van het risico op zelfdoding." Scheiding is wel veel minder vaak een reden geworden voor zelfdoding. Begin jaren zeventig pleegden 80 op de 100.000 gescheiden mannen per jaar zelfmoord, inmiddels zijn dat er 34 per 100.000.

Mannen zoeken minder snel hulp

Ook het feit dat mannen minder vaak hulp zoeken, draagt bij aan de hogere cijfers, zegt psychiater Remco de Winter. "Oudere mannen zijn minder gewend goed te praten over hun gevoel. En omdat ze er minder over praten, komen ze ook minder goed in beeld bij hulpverleners."

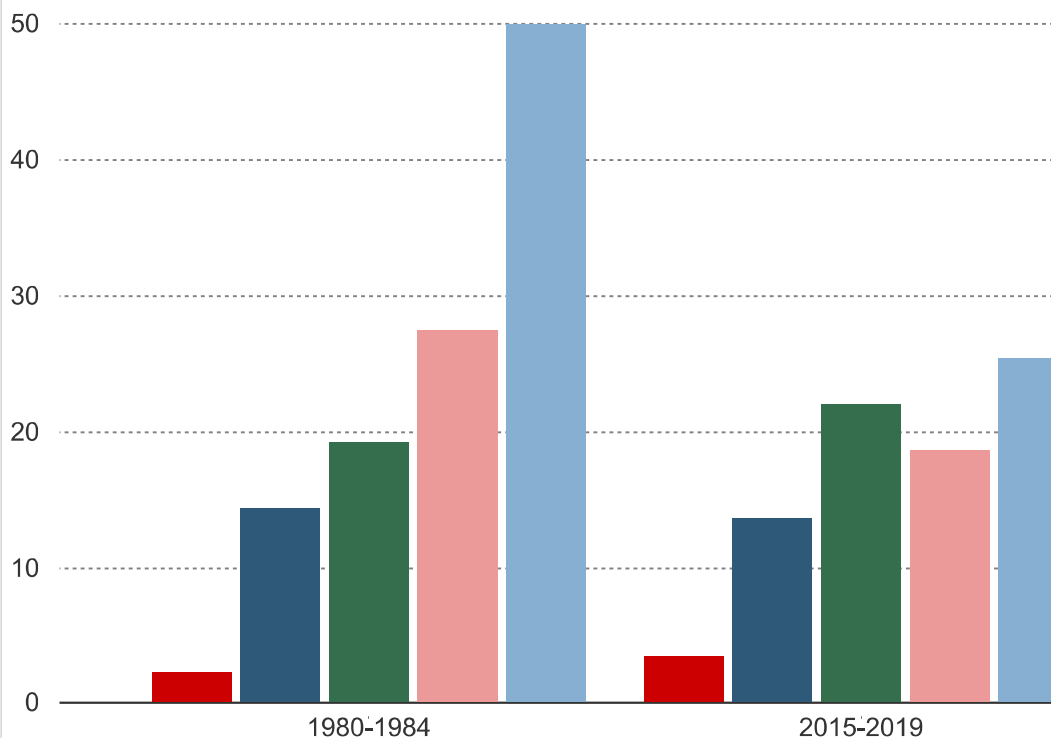
Een derde reden is dat mannen methodes gebruiken die ook daadwerkelijk leiden tot de dood. Vrouwen gebruiken vaker 'zachtere' methodes. Traag: "Mannen zijn risicovoller en slagen daarom vaker, terwijl bij vrouwen het aantal suïcidepogingen weer hoger ligt."

Aantal zelfdodingen per leeftijdsgroep

per 100.000 inwoners

Mannen ▾

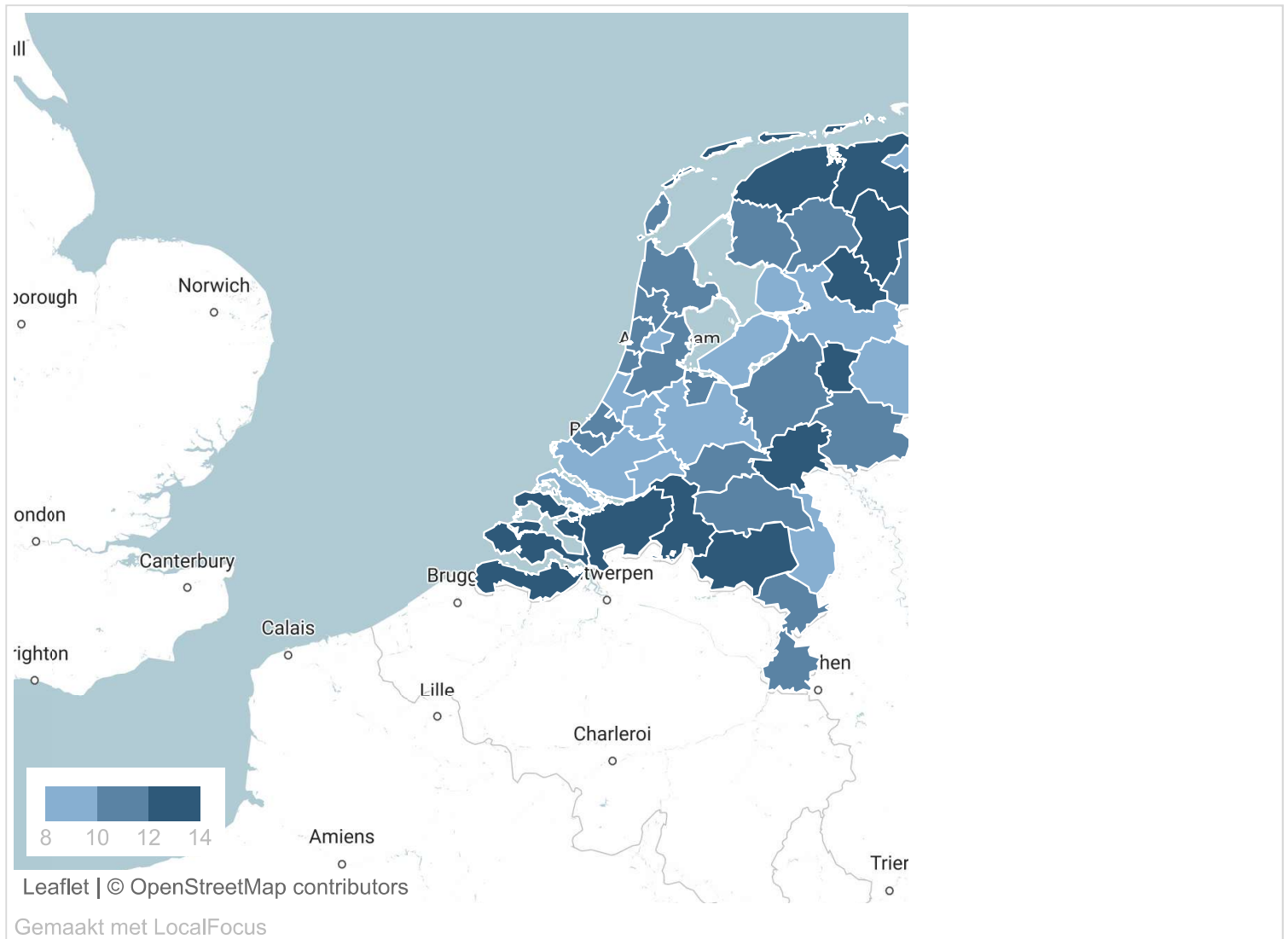
■ 10-19 jaar ■ 20-39 jaar ■ 40-59 jaar ■ 60-79 jaar ■ 80 jaar en ouder



Zelfdoding naar leeftijd

Onder mannen is het risico ook groter naarmate de leeftijd toeneemt. In 2020 pleegden bijna 24 op de 100.000 80-plussers zelfmoord. Opvallend is dat bij alle volwassen leeftijdsgroepen bij mannen het aantal zelfmoorden lager ligt dan in de jaren 80, maar niet bij 40- tot 59-jarigen. "Dat is wel een groep die vaak buiten de aandacht blijft", zegt Traag.

Uitgesplitst naar regio komt zelfdoding vaker voor in plattelandsgebieden dan in steden. Een sluitende verklaring daarvoor is er niet, maar volgens internationaal onderzoek zijn er op het platteland meer risicofactoren aanwezig, schrijft het CBS: "Hogere werkloosheid, sociale isolatie, meer middelenmisbruik en tegelijkertijd een groter stigma op geestelijke problemen waardoor de stap naar de op geestelijke gezondheidszorg en suïcidepreventie in rurale gebieden groter is."



De coronacrisis heeft tot nu toe geen duidelijke invloed gehad op de zelfmoordcijfers. Psychiater Remco de Winter: "In eerste instantie dachten we dat de lockdown grote gevolgen zou hebben voor de economie, zoals werkloosheid en ondernemers die failliet zouden gaan. Dat is gelukkig uitgebleven."

Dat heeft er met name ook mee te maken dat de overheid grote economische steunpakketten heeft opgetuigd. Mochten die wegvallen en er alsnog een grote economische crisis ontstaan, dan nemen mogelijk ook de zelfmoordcijfers toe. "Dat is dus ook een pleidooi dat die overheidssteun moet blijven", aldus De Winter.

BEKIJK OOK



Kabinet en organisaties bundelen krachten tegen zelfmoord

[\(/artikel/2366338-kabinet-en-organisaties-bundelen-krachten-tegen-zelfmoord\)](/artikel/2366338-kabinet-en-organisaties-bundelen-krachten-tegen-zelfmoord)



Meer thuis en vaker alleen door corona, maar niet meer zelfdoding

[\(/artikel/2365475-meer-thuis-en-vaker-alleen-door-corona-maar-niet-meer-zelfdoding\)](/artikel/2365475-meer-thuis-en-vaker-alleen-door-corona-maar-niet-meer-zelfdoding)

Deel dit artikel:

[\(<https://twitter.com/share?text=Risico op zelfdoding door de jaren heen grootst onder oudere mannen&url=https://www.nos.nl/l/t/2394265&via=NOS>\)](https://twitter.com/share?text=Risico op zelfdoding door de jaren heen grootst onder oudere mannen&url=https://www.nos.nl/l/t/2394265&via=NOS)

[\(<http://www.facebook.com/sharer.php?u=https://www.nos.nl/l/f/2394265&t=Risico op zelfdoding door de jaren heen grootst onder oudere mannen>\)](http://www.facebook.com/sharer.php?u=https://www.nos.nl/l/f/2394265&t=Risico op zelfdoding door de jaren heen grootst onder oudere mannen)

▪ [\(<mailto:?subject=Risico op zelfdoding door de jaren heen grootst onder oudere mannen&body=https://www.nos.nl/l/m/2394265>\)](mailto:?subject=Risico op zelfdoding door de jaren heen grootst onder oudere mannen&body=https://www.nos.nl/l/m/2394265)

[\(<https://www.nos.nl/l/w/2394265>\)](https://www.nos.nl/l/w/2394265)

[\(<https://www.nos.nl/l/w/2394265>\)](https://www.nos.nl/l/w/2394265)



Drie doden bij aardbeving op Bali

(/artikel/2401874-drie-doden-bij-aardbeving-op-bali)



Britten verenigd in rouw om vermoord parlementslid Amess

(/artikel/2401873-britten-verenigd-in-rouw-om-vermoord-parlementslid-amess)



Merkel zocht balans met Erdogan, wat gebeurt er nu ze vertrekt?

(/artikel/2401872-merkel-zocht-balans-met-erdogan-wat-gebeurt-er-nu-ze-vertrekt)