

# Suïcidepreventie bij depressie, suïcide bespreekbaar maken



Remco de Winter MD PhD, psychiater Parnassia Groep,  
kennisdomeinleider acuut en verder oa onderzoeker VU & nationaal vertegenwoordiger IASP

[www.suicidaliteit.nl](http://www.suicidaliteit.nl)

MIDDAGSYMPOSIUM DEPRESSIE, ANGST,  
STEMMINGSKLACHTEN EN SUÏCIDE. OP DONDERDAG 22  
SEPTEMBER 2016 IN BILDUNG CITY TE AMSTERDAM



**Parnassia Groep**



**UNIVERSITY  
AMSTERDAM**

# No Conflict of Interest





- **Samenvatting praatje:**
- Nederlands suïcide cijfer is toegenomen. Meerderheid heeft een psychiatrische aandoening, met name depressie.
- 40% heeft GGz hulp. Hoge drempel om hulp te zoeken
- Ook bij hulpverleners schroom onbekendheid om suïcidaal gedrag uit te vragen.
- Wat kun je doen, en kun je een leven redden?

# Geprogrammeerd op overleven, reproductie & zoogdiergedrag



We are survival machines – robot vehicles blindly programmed to preserve the selfish molecules known as genes. This is a truth which still fills me with astonishment.

(Richard Dawkins)

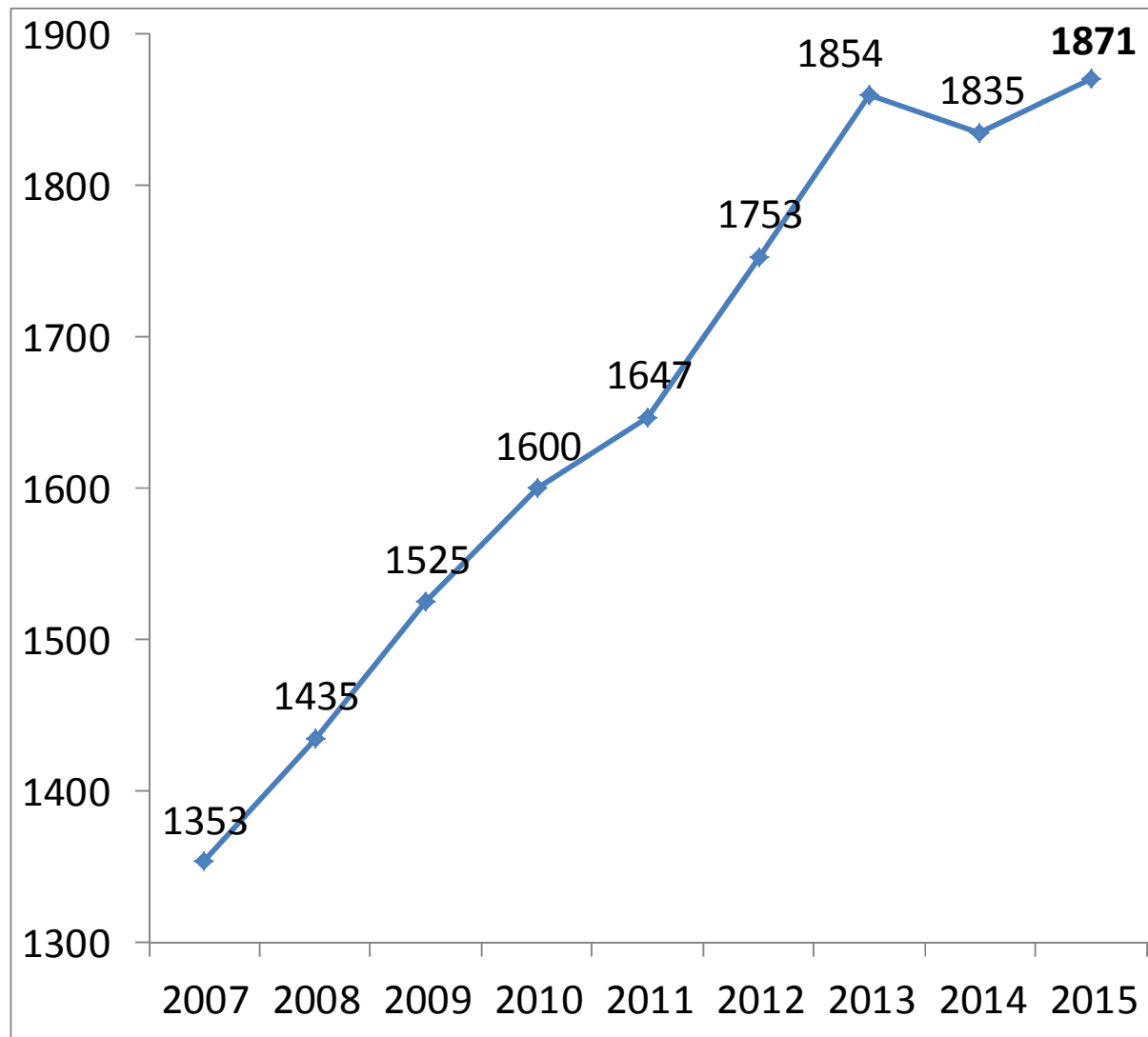
## Suicide cijfer in Nederland

tussen 2007-2015  
(man: vrouw = 2.2:1)

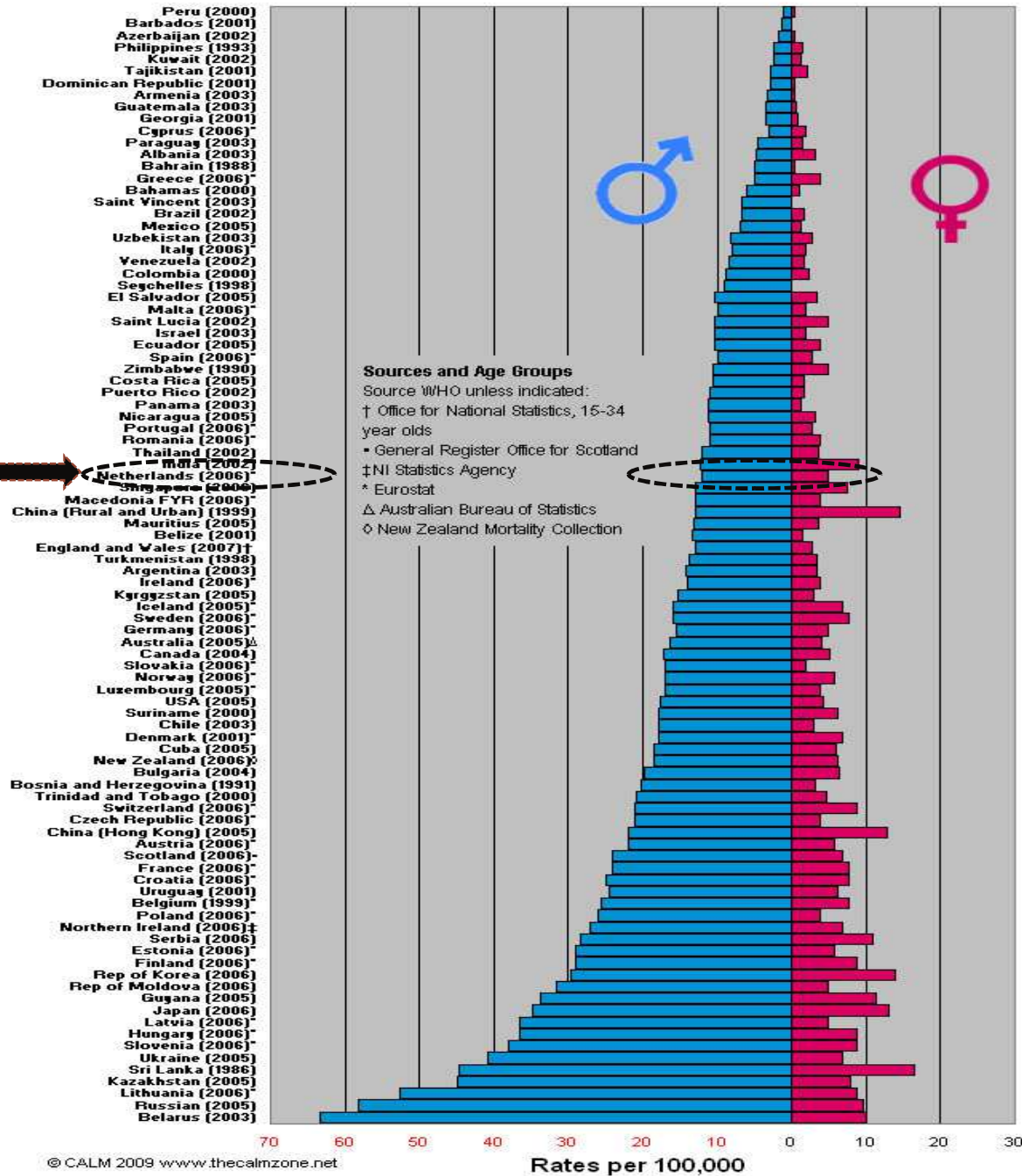
2015 : 1700126 citizens  
11,07:100,000

2007 : piek economie  
laagst sinds 1970

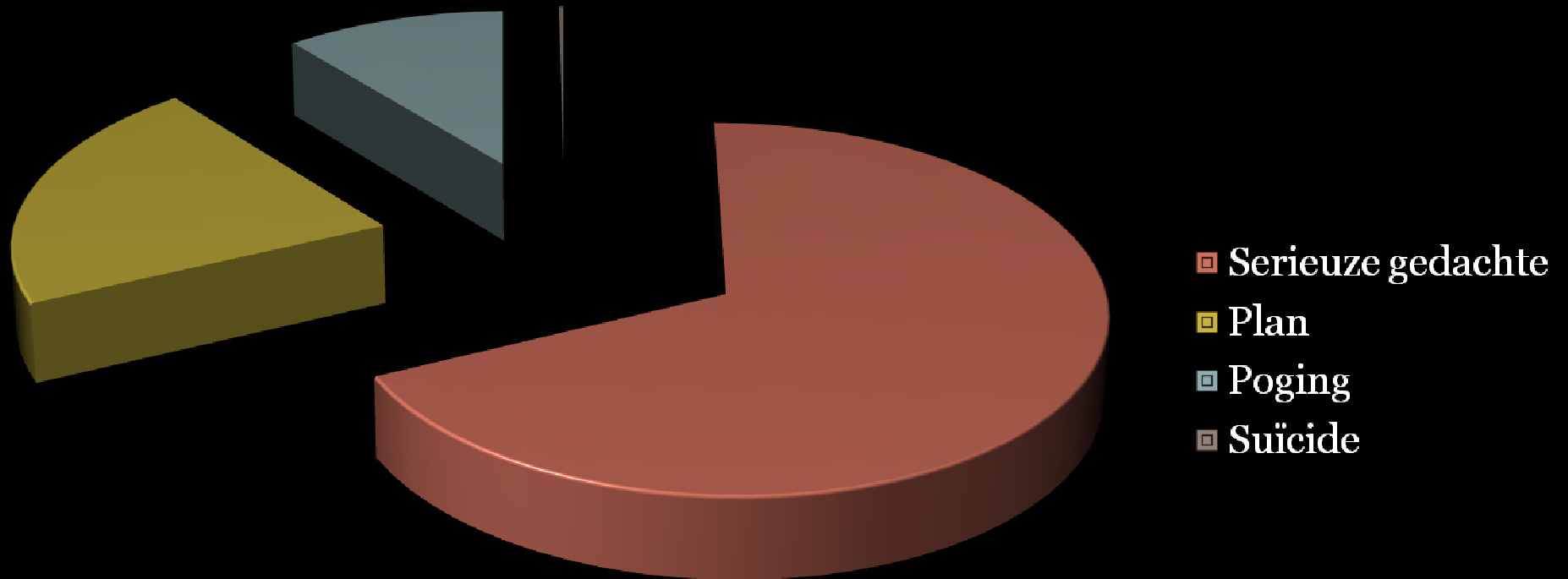
[http://suicidaliteit.nl/nuanceri  
ng%20su%C3%A4fcide%20cijfer  
%202013.html](http://suicidaliteit.nl/nuanceri<br/>ng%20su%C3%A4fcide%20cijfer<br/>%202013.html)



# Suicide Rates Around The World



# Jaar prevalentie suïcidaal gedrag



# Suïcidaal gedrag



- **Suïcide is zeldzaam!**
  - Suïcide te laat voor een hulpverlener en zeker de GGz?
  - Suïcidaal gedrag ernstig > GGz
  - 40%.....
- **Als wij ze zien leven ze nog!**



# Suicide Man/vrouw (2012)



	Suicides	Populatie	Incidentie
Mannen	1.186	8.282.871	14,3
Vrouwen	567	8.447.477	6,7

# Suicide in GGz



- Gehele populatie:  $\approx 11/100.000$
- GGz Populatie:  $\approx 80-90/100.000$
- “Algemene” populatie:  $\approx 6-7/100.000$

# Suicide als doodsoorzaak



	<b>Total</b>	<b>percentage</b>
Total	5845	100%
<b>Falling</b>	<b>2420</b>	<b>41.4%</b>
<b><u>Suicide</u></b>	<b><u>1647</u></b>	<b><u>28.2%</u></b>
<b>traffic</b>	<b>696</b>	<b>11.9%</b>
Suffocation	119	2,0%
Murder	143	2,4%
Drowning	70	1.2%
poisoning	128	2.1%
Work related	59	1,0%
Burning	27	0,5%
By an object	21	0,5%
Private situation	208	3,6%
Unknown	307	5.3%

# Ontwikkelingen

## Multidisciplinaire richtlijn diagnostiek en behandeling van suïcidaal gedrag

de Tijdstroom

60

The screenshot shows the ZonMw website interface. At the top, there is a navigation bar with links for ProjectNet, Publicaties, Contact, Over ZonMw, Werken bij, English, and Verhoog contrast. Below this is a main menu with categories: Projecten (Onderzoek & resultaten), Subsidies (Kalender & procedure), Actueel (Nieuws & agenda), Programma's (Alle programma's), and Thema's (Alle thema's). A search bar is present with the text 'Zoek op onderwerp, projectnummer, programma' and a 'ZOEK' button. The main content area is titled 'Programma: Suicidepreventie' and includes tabs for Programma, Actueel, Projecten, and Publicaties. The text describes the research program's goal to reduce suicides in the Netherlands. A table of program data is shown:

Programmagegevens	
Budget:	€ 3.200.000
Status:	Uitvoering
Looptijd:	2015 - 2019

At the bottom of the screenshot, the 113Preventie logo is visible with the slogan 'ZELFMOORD? PRAAT EROVER.' Below the logo is a search bar and an 'Inloggen' button. A breadcrumb trail shows '113Preventie > Landelijke Agenda' and a '113 SITES' button.

## Landelijke Agenda

De minister van VWS heeft samen met veldpartijen een Landelijk Agenda Suicide Preventie opgesteld. Stichting 113Online is uitgenodigd om als "spin in het web" deze agenda aan te jagen en te coördineren en de voortgang te bewaken. .

De projectgroep 113Preventie richt zich de komende jaren op vrijwel alle punten uit de Landelijke Agenda. Kwartiermakers gaan in gesprek met relevante betrokkenen in de gezondheidszorg, het onderwijs, het sociaaleconomische domein en de media. Uitgangspunt is om samen het groeiend aantal suïcides tot staan te brengen en te verminderen. Dit kan door bestaande activiteiten te verbeteren, activiteiten op te starten en door goed werkende voorbeelden te verzamelen en ter inspiratie aan anderen aan te bieden via deze website.

### Landelijke Agenda

- Doelen en uitgangspunten
- Aanpak
- Domeinen
- Monitor voortgang
- Partners
- Trainingen

# Suïcidaal gedrag & Suïcide

- Heftig onderwerp

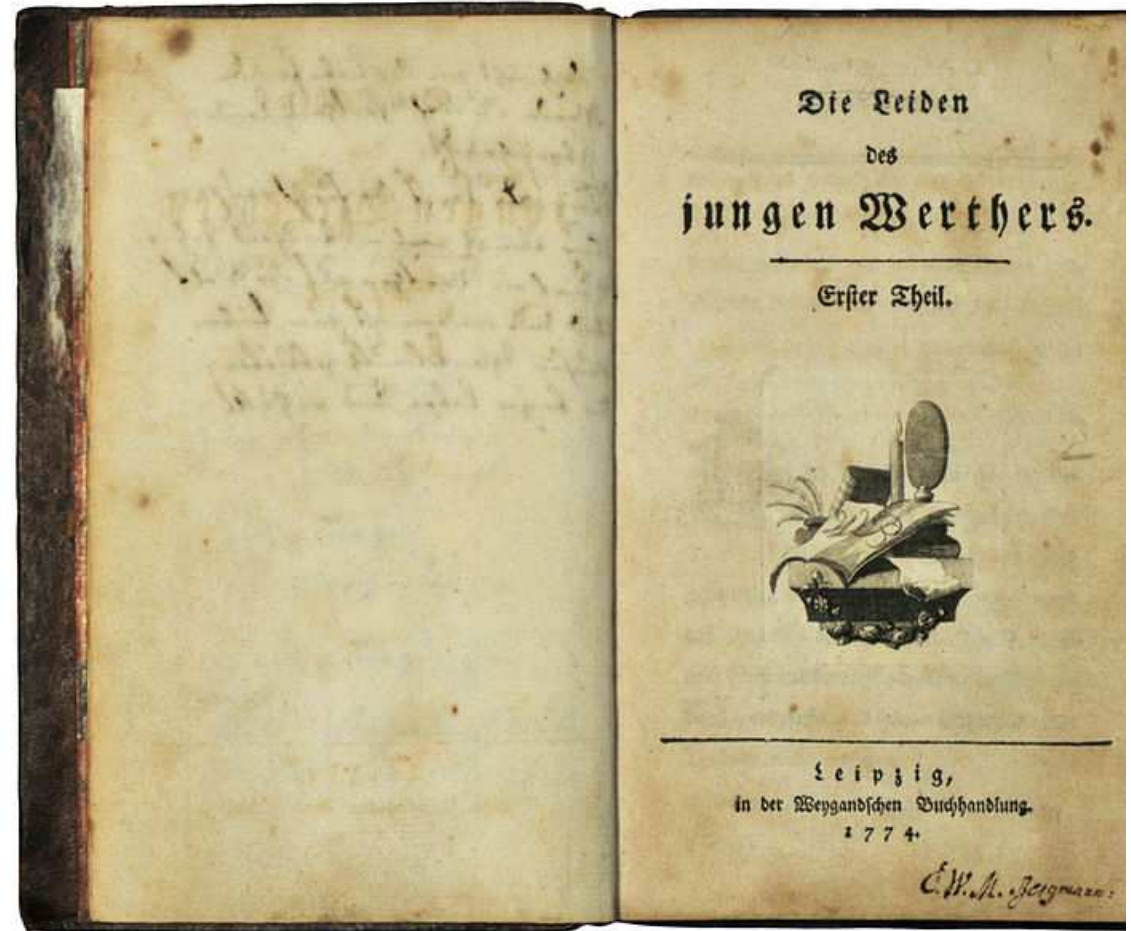
• **Mythe**: *Er over praten brengt iemand juist op het idee*

- **Juist praten!!!**
  - eigen taboe doorbreken



# Zelfdoding

- Besmetting?
  - Werther effect
- Bescherming
  - Papageno effect



# • Risicofactoren



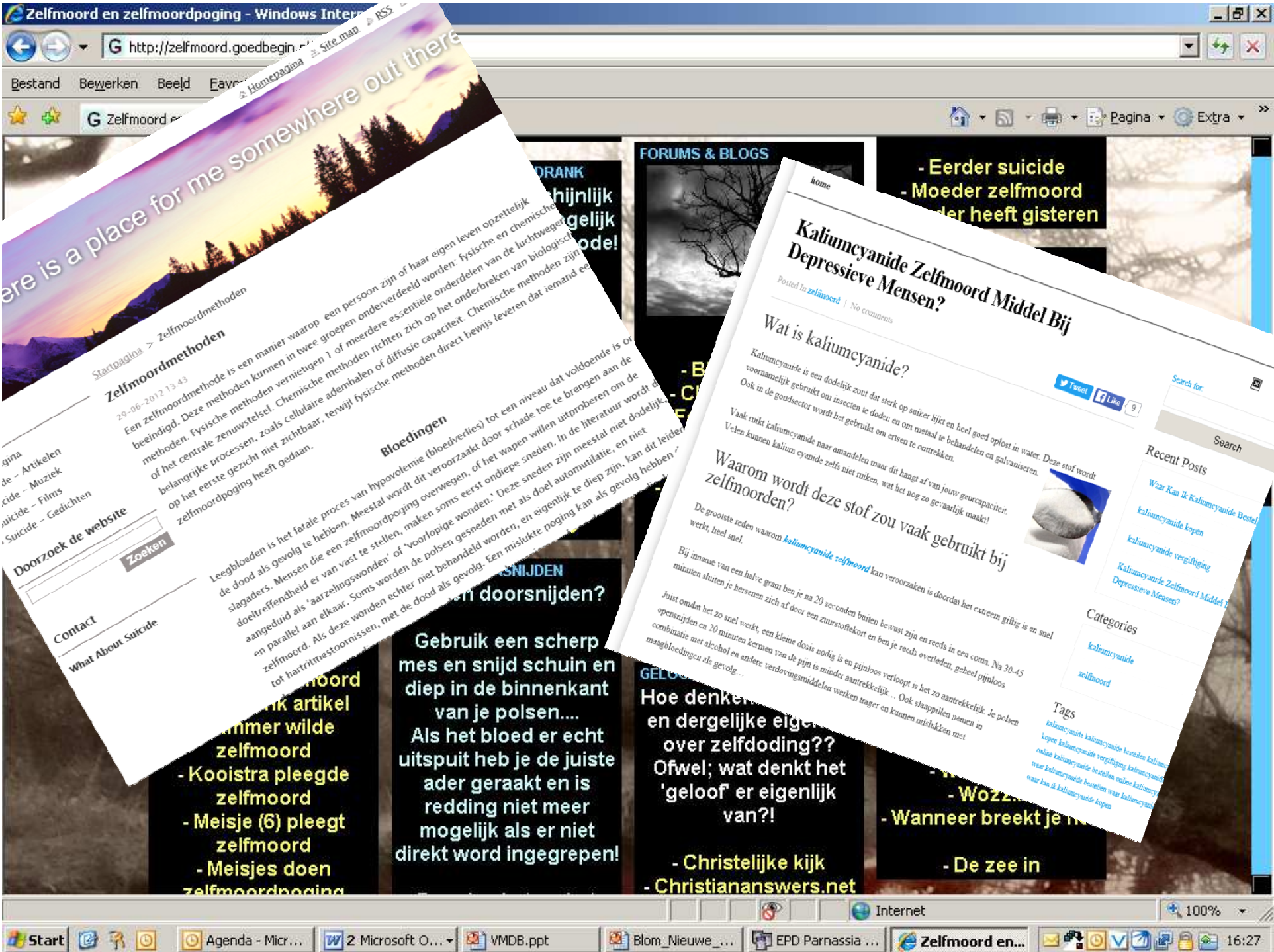
## Genetica en familiale aspecten





## 9) beschikbaarheid





There is a place for me somewhere out there

### Zelfmoordmethoden

Een zelfmoordmethode is een manier waarop een persoon zijn of haar eigen leven opzettelijk beëindigd. Deze methoden kunnen in twee groepen onderverdeeld worden: fysische en chemische methoden. Fysische methoden vernietigen 1 of meerdere essentiële onderdelen van biologische of het centrale zenuwstelsel. Chemische methoden richten zich op het onderbreken van biologische belangrijke processen, zoals cellulaire ademhalen of diffusie capaciteit. Chemische methoden zijn op het eerste gezicht niet zichtbaar, terwijl fysische methoden direct bewijs leveren dat iemand een zelfmoordpoging heeft gedaan.

### Bloedingen

Leegbloeden is het fatale proces van hypovolemie (bloedverlies) tot een niveau dat voldoende is om de dood als gevolg te hebben. Meestal wordt dit veroorzaakt door schade toe te brengen aan de slagaders. Mensen die een zelfmoordpoging overwegen, of het wapen willen uitproberen om de doeltreffendheid er van vast te stellen. Meestal wordt dit veroorzaakt door schade toe te brengen aan de aangereid als 'aartzelingswonden' of 'voorlopige wonden'. Deze sneden zijn meestal niet dodelijk en parallel aan elkaar. Soms worden de polsen gesneden met als doel automutilatie, en niet zelfmoord. Als deze wonden echter niet behandeld worden, en eigenlijk te diep zijn, kan dit leiden tot hartritmestoornissen, met de dood als gevolg. Een mistukte poging kan als gevolg hebben tot...

**Gebruik een scherp mes en snijd schuin en diep in de binnenkant van je polsen...**  
**Als het bloed er echt uitspuit heb je de juiste ader geraakt en is redding niet meer mogelijk als er niet direkt word ingegrepen!**

## Kaliumcyanide Zelfmoord Middel Bij Depressieve Mensen?

Posted in [zelfmoord](#) | No comments

### Wat is kaliumcyanide?

Kaliumcyanide is een dodelijk zout dat sterk op suiker lijkt en heel goed oplost in water. Deze stof wordt voornamelijk gebruikt om insecten te doden en om metaal te behandelen en galvaniseren. Ook in de goudsector wordt het gebruikt om ertsen te onttrekken. Vaak ruikt kaliumcyanide naar amandelen maar dit hangt af van jouw geurcapaciteit. Velen kunnen kalium cyanide zelfs niet ruiken, wat het nog zo gevaarlijk maakt!

### Waarom wordt deze stof vaak gebruikt bij zelfmoorden?

De grootste reden waarom **kaliumcyanide zelfmoord** kan veroorzaken is doordat het extreem giftig is en snel werkt, heel snel. Bij inname van een halve gram ben je na 20 seconden buiten bewustzijn en reeds in een coma. Na 30-45 minuten sluiten je hersenen zich af door een zuurstoftekort en ben je reeds overleden, geheel pijnloos. Just omdat het zo snel werkt, een kleine dosis nodig is en pijnloos verloopt is het zo aantrekkelijk. Je polsen opensnijden en 20 minuten kermen van de pijn is minder aantrekkelijk... Ook slaappillen nemen in combinatie met alcohol en andere verdovingsmiddelen werken trager en kunnen mislukken met maagbloedingen als gevolg...



### Recent Posts

- Waar Kan Ik Kaliumcyanide Bestel?
- kaliumcyanide kopen
- kaliumcyanide vergiftiging
- Kaliumcyanide Zelfmoord Middel Bij Depressieve Mensen?

### Categories

- kaliumcyanide
- zelfmoord

### Tags

kaliumcyanide kaliumcyanide bestellen kaliumcyanide kopen kaliumcyanide vergiftiging kaliumcyanide online kaliumcyanide bestellen online kaliumcyanide waar kaliumcyanide bestellen waar kaliumcyanide waar kan ik kaliumcyanide kopen

- Christelijke kijk  
- Christiananswers.net

- Woza  
- Wanneer breekt je...

- De zee in

# Beschermende factoren

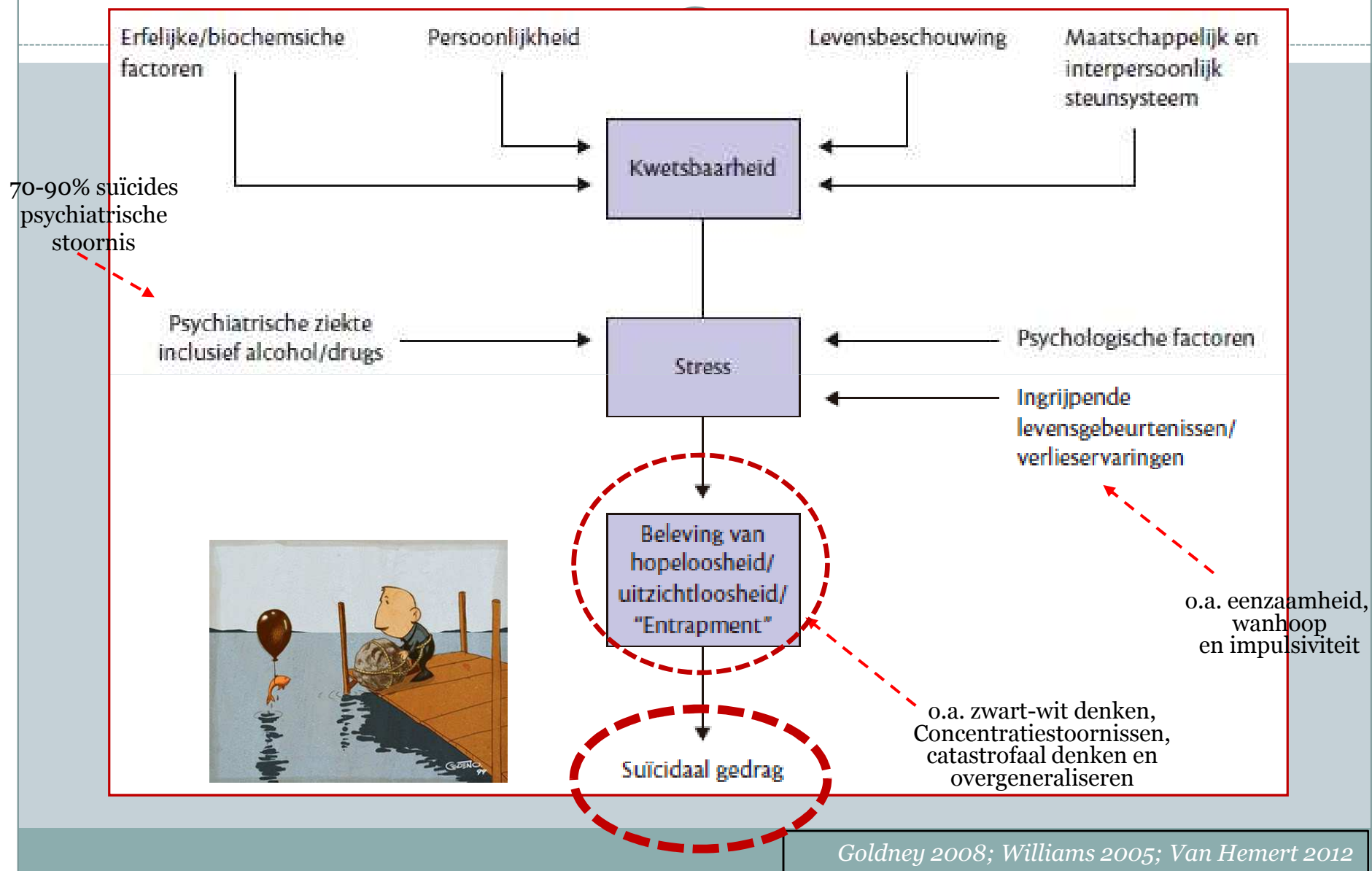


# Belangrijke componenten



- Depressieve cognitie?
- Impulsiviteit?
- Beschikbaarheid middelen?

# Model stress, kwetsbaarheid en entrapment



# Preventie suïcide



- Contact leggen
- Veiligheid creëren
- Naasten betrekken
- Continuïteit van zorg
- Proces beschrijving

# Hoe schat je het risico in?

- Interview techniek
- Contact
- Diagnostiek
- risicofactoren
- Geschiedenis
- Maatregelen genomen afscheid
- Steunsystem
- Invoelbaarheid
- Veiligheid
- Afspraken



**Wakker  
worden!**







- Op de helft of inkorten??
- ?



# Waar loop je tegenaan

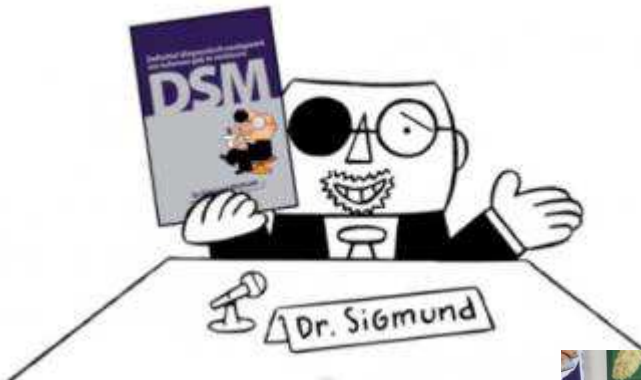


- Chronische suicidaliteit

- Het **S** woord



# Wie kan het beste suïcide voorspellen?



# Die durfte!



# Bij suïcidaal gedrag wat doen!



- Proberen verschil te zien

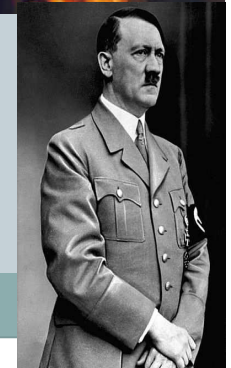
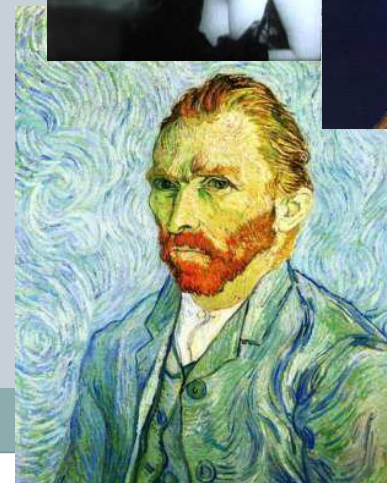
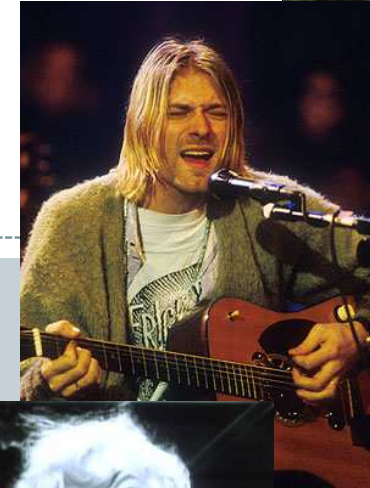
# Iedere vorm suïcidaal gedrag gelijk?

- Vergelijking met koorts?
- Verschillende oorzaken
  - Infectie
    - ✦ Bacterieel
    - ✦ Viraal
    - ✦ schimmel
  - Kanker
  - Allergie
  - Auto-immunziekte
  - Middelen
  - Onbekend



# Soorten suicide

- **Suicide door depressie**
  - Nihilisme!!
- Suicide door psychose
- Suicide door een middel
- Balanssuicide
- Mislukte “poging”
- Communicatie
- Terrorisme/gevaarlijk gedrag



# Suïcidaal gedrag altijd hetzelfde.....



- 70-90% psychiatrische ziekte
- 10-30% niet.....
  
- Depressie
- Psychose
- Middelen
- Aanpassingsstoornis
- Cluster B
- etc...





## Primair depressieve cognitie

- *Depressie*
- *Habitueel*
- **GGz/“Samenleving”**

## Desintegratie perceptie

- *Depressie*
- *Wegvallen realiteitszin*
- *Overnemen autonomie*
- **GGz/** “samenleving”

Ruminering

## Psychosociale draaikolk

- *Ernstige verlieservaring*
- *Depressieve gedachten*
- **“Samenleving”/GGz**

## Communicatie

- *Conditionering*
- *Psychologische pijn*
- Entrapment hulpverleners
- **Domein GGz/samenleving**

# Wat doen bij suïcidaal gedrag



## Diversiteit van suïcidaal gedrag.....

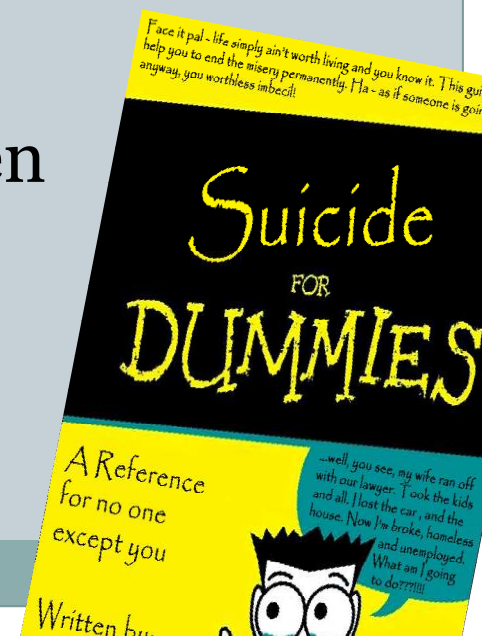
- Maar 2 classificaties > inclusiecriteria

- Durven vragen & luisteren luisteren luisteren **luisteren**

- Professionele en/of creatieve hoop bieden

- Continuïteit van hulp/zorg

- Psychotherapie? Farmacologisch??



# Suicide voorkomen

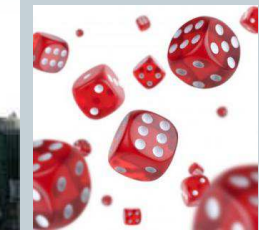


- Brede kennis ontwikkeling
  - Hulpverleners, schuldhulpverleners, politie, Justitie, leraren
- Geen taboe, niet veroordelen
- Creatief denken
- Passende hulp inzetten

# Waar hulp en wat.....



ONLINE  
**113**  
ZELFMOORD?  
PRAAT EROVER.



# Voorbeeld van specifieke therapie



- Ook geschikt voor buiten de GGz

# “Best practise” behandeling

## www.suicidaliteit.nl



← → ↻ ⓘ suicidaliteit.nl/cams/index.html



**CAMS** Nederlands



HOME

PUBLICATIES

OVER ▾

LINKS ▾

EVALUATIE  
SUÏCIDE

SUÏCIDAAL  
GEDRAG ▾

WETENSCHAP ▾

DO

Collaborative Assessment & Management  
of Suicidality van Prof dr. David Jobes

CAMS Copyright David A. Jobes PhD alle rechten gereserveerd. Vrije Nederlandse vertaling door  
Remco FP de Winter MD PhD, Marieke H de Groot PhD



**CAMS nederlands**

[hier klikken](#)

**CAMS vragenlijsten**

[hier klikken](#)

CAMS Copyright David A. Jobes PhD  
alle rechten gereserveerd. Vrije  
Nederlandse vertaling door Remco FP  
de Winter MD PhD, Marieke H de Groot  
PhD

# CAMS

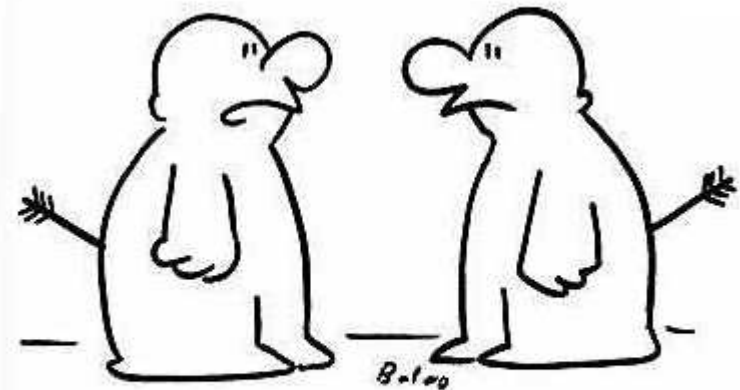


- **Collaborative Assessment & Management of Suicidality**
- Samen Beoordelen & Omgaan met Suïcidaal gedrag (SBOS)
- Ambulant & klinisch

# CAMS



- In het begin veel investeren om op lange termijn te oogsten!
- Bent u zelf instrument.
- Erkennen van lijden!!
- Samenwerking aangaan
- Gratis te verkrijgen.....



"I know exactly how you feel."



# Afronding

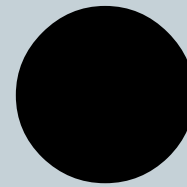
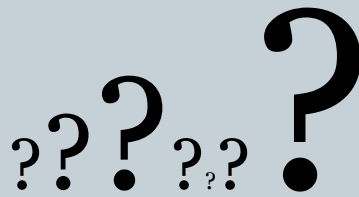
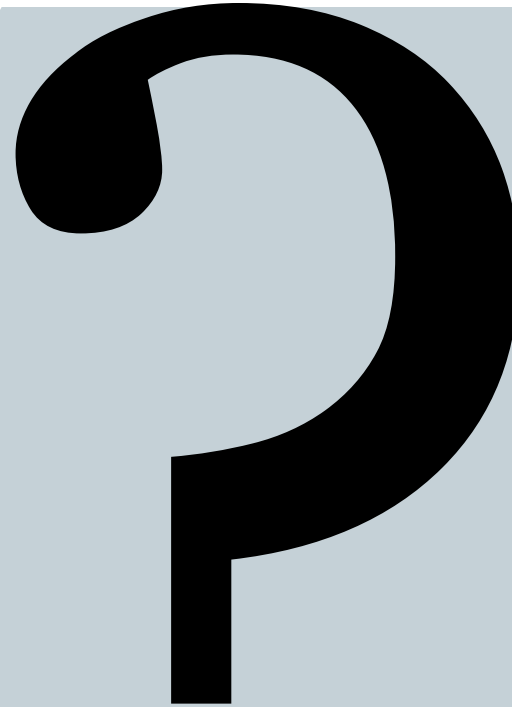


# Kunt u een leven redden?



- Al gedaan? *Maar u weet het niet.....*
- Durven en luisteren
- Kennis verbeteren
- Empathie en begrip
- Creatief zijn
- Bedenken wat te doen
- Hoop bieden
- Samen
- Andere collega's vragen....

# Questions



• [info@suicidaliteit.nl](mailto:info@suicidaliteit.nl)

• [www.suicidaliteit.nl](http://www.suicidaliteit.nl)

• [r.dewinter@parnassia.nl](mailto:r.dewinter@parnassia.nl)



HOME

PUBLICATIES

OVER

LINKS

EVALUATIE SUÏCIDE

SUÏCIDAAL GEDRAG

WETENSCHAP

DOCUMENTEN

VIDEO'S

NUANCERING SUÏCIDE CIJFER 2013

NABESTAANDEN

CAMS

# Suïcide preventie in Nederland

Bevordering van wetenschappelijk onderzoek gericht op diagnostiek, behandeling en preventie van suïcide. Bevordering van wetenschappelijk onderzoek naar suïcidaal gedrag en suïcides in Nederland.

Vebeteren van nazorg bij suïcide en door te leren van suïcides met het gebruik van de multidisciplinaire richtlijn van diagnostiek en behandeling van suïcidaal gedrag.

Bevordering van het professioneel praktisch handelen bij suïcidaliteit.

Verder staat er persoonlijke informatie van Remco de Winter op deze site. Hij doet veel onderzoek naar suïcidaal gedrag en is daarmee ook in de praktijk werkzaam.

Collega's en onderzoekers kunnen op deze site reageren.