

10 Shtator 2013

Dita Botërore e Parandalimit të Vetëvrasjeve

10 Shtatori është përcaktuar si Dita Botërore e Parandalimit të Vetëvrasjeve. Qëllimi i kësaj dite është rritja e ndërgjegjësimit në mbarë botën se vetëvrasja mund të parandalohet.

Vetëvrasjet përbëjnë një fenomen në rritje kudo në botë si edhe në vendin tonë. Sipas Organizatës Botërore të Shëndetësisë ky fenomen është rritur me 60% në mbarë botën gjatë 45 viteve të fundit. Rreth 3000 njerëz kryejnë vetëvrasje brenda një dite në mbarë botën dhe për çdo vetëvrasje të kryer, rreth 20 të tjerë mund të tentojnë t'i japin fund jetës. Po sipas OBSH, çdo vit, rreth 1 milion njerëz vdesin nga vetëvrasja. Vetëvrasja është ndër 3 shkaqet kryesore të vdekjes për grupmoshën 15 – 44 vjeç në disa vende dhe shkak i dytë i vdekjeve për grupmoshën 10 – 24 vjeç.

Krahasuar me vendet e tjera në botë, sipas OBSH, Shqipëria bën pjesë në grupin e vendeve me një përqindje të ulët vetëvrasjesh, më pak se 6,5 vetëvrasje për 100 000 banorë (OBSH 2009). Por, pavarësisht kësaj, numri i vetëvrasjeve në vend ka ardhur duke u rritur.

Është e nevojshme një rritje e ndërgjegjësimit se vetëvrasja përbën një ndër shkaktarët kryesorë, por njëkohësisht edhe të parandalueshëm, të vdekjes së parakohëshme.

Vetëvrasja është fenomen kompleks që rezulton si pasojë e një ndërthurjeje të një sërë faktorësh, qofshin ata psikologjikë, social, biologjikë, kulturorë dhe mjedisor. Në Evropë, çrregullimet mendore (veçanërisht depresioni dhe çrregullimi i përdorimit të alkoolit) përbëjnë një faktor riskues madhor për vetëvrasjen.

Për këtë arsye, identifikimi dhe trajtimi në kohë i problemeve të shëndetit mendor ka një ndikim tepër pozitiv edhe në parandalimin e vetëvrasjeve.

Kontaktoni mjekun e familjes, apo specialistë të tjerë si psikologun ose psikiatrin nëse dyshoni se ju ose miqtë apo të afërmit tuaj kanë probleme të shëndetit mendor ose mendime për vetëvrasje!

Të gjithë mund të japin ndihmesën e tyre për të parandaluar vetëvrasjen si: profesionistët e kujdesit shëndetësor dhe shërbimeve sociale, mësuesit, policia, gazetarët, të afërmit dhe miqtë e personave që shfaqin sjellje vetëvrasëse. Parandalimi i vetëvrasjes është një çështje ku mund dhe duhet të kontribuojë gjithësecili.