

Tunnista itseään vahingoittava nuori



Kuva: iStock

Nuoruus on usein myrskyisää aikaa. Noin 10 % nuorista ajattelee joskus purkavansa epätoivoaan itseään vahingoittamalla. Kyse voi olla viiltelystä tai lääkkeiden yliannostuksesta. Epätoivoa aiheuttavia syitä on lukemattomia. Mitkä niistä erottavat toisistaan ne nuoret, jotka vain pohtivat ja ne, jotka ryhtyvät ajatuksista tekoihin? Tätä selvitettiin Pohjois-Irlannissa ja Skotlannissa tehdyssä tutkimuksessa (O'Connor R ym. Br J Psychiatry 2012;200:330).

Tutkittavat olivat 15–16-vuotiaita koululaisia. Heistä itseään vahingoittaneita oli 628, sitä vain ajatelleita 675 ja muita 4219. Yhdeksästä tekijästä neljä osoittautui merkitseviksi. Vaara on suurin, jos nuori on impulsiivinen, jos nuoren elämässä on ollut äskettäin vastoinkäymisiä (varsinkin hävettäviä tai nöyryyttäviä tapahtumia) ja jos joku perheenjäsenistä tai nuoren ystävästä oli vahingoittanut itseään. Ainakin näitä asioita kan-

nattaa selvittää vastaanotolla, jos itsetuhoon viittaavia ajatuksia ilmenee. Masennuksella ja ahdistuksella ei ollut vahingoittamista ennustavaa vaikutusta tämän tutkimuksen perusteella. Mutta syynä voi olla se, että edellistä mitattiin vastausajankohdan tilannetta kartoittavalla kysymyssarjalla, kun taas muut asiat koskivat aiemmin menneisyydessä tapahtunutta.

Itsemurhien ja muun itsensä vahingoittamisen ehkäisyssä näyttö psykososiaalisten ja lääkehoitojen hyödyistä on tuoreen katsauksen mukaan niukkaa (Hawton K ym. Lancet 2012;379:2373). Masennuslääkkeiden osalta näyttö on ristiriitaista. Sen sijaan auttaa, jos käytettävissä ei ole vaivattomaan hengenriistoon sopivia välineitä tai menetelmiä. Olisi myös hyvä, jos joukkoviestimet malttaisivat olla kertomatta idolien itsemurhista. Sellainen voi toimia mallina samoin kuin läheisenkin teko. ■ KP