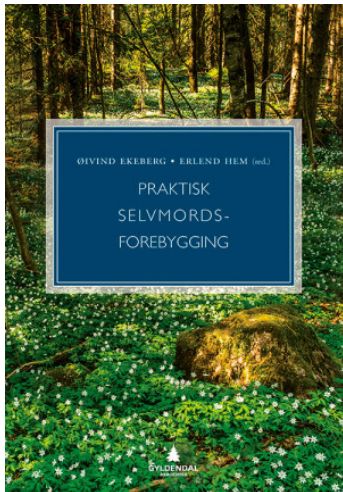

Oppdatert kunnskap om selvmord

ANMELDELSER

OLE RIKARD HAAVET

Fastlege, Lillestrøm legesenter



Øivind Ekeberg, Erlend Hemred.

Praktisk selvmordsforebygging

236 s, tab, ill. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2016. Pris NOK 429

ISBN 978-82-05-49473-2

Å skrive en bok om selvmord er å nærme seg et gåtefullt tema. Hvorfor velger noen å avslutte livet? På en gravstein på Søndermark Kirkegård i Frederiksberg i København kan vi lese en siste tankevekkende hilsen og kanskje et forsøk på forklaring: "Det er ikke nemt at være menneske, når man ikke egner sig til det".

Ekeberg og Hem har fått med seg seks av våre fremste eksperter, eksperter som har teorier om årsaker til selvmord som de belyser med kasuistikker og følger opp med råd og kartleggingsverktøy til praktisk selvmordsforebygging. Boken er en oppfølger av Nils Retterstøls selvmordslære, *Selv mord*, som utkom første gang i 1970 og i siste reviderte utgave i 2002.

Målgruppen er leger, sykepleiere og psykologer som møter mennesker som står i fare for å ta sitt eget liv. I målgruppen inngår også andre helsearbeidere, sosionomer, politi og pårørende til selvmordstruede mennesker.

Tittelen *Praktisk selvmordsforebygging* må forstås som et ønske om å gi leseren praktiske råd og verktøy utover ren selvmordslære. Dette er ingen lett oppgave. Ikke minst fordi kunnskapen fortsatt er mangelfull. Dette er ikke et felt hvor det er lett å gjennomføre kontrollerte studier. I tillegg spriker etiske og faglige holdninger til det å avslutte liv. På tross av dette mener jeg at det praktiske perspektivet kommer tydelig frem og er en nyvinning som gir boken ekstra verdi.

Innledningsvis defineres en rekke aktuelle begreper, begreper som viser at feltet er ganske stort og at faglig presisjon er en fordel for å forstå og forebygge selvmord.

De øvrige 15 kapitlene representerer en betydelig tematisk bredde og god helhet. Selvmord omhandles som fenomen epidemiologisk og innholdsmessig, og leserne får tallene for selvmord i Norge, Norden og globalt over tid. Hvilken innvirkning kjønn, alder, yrke og kronisk kroppslig sykdom har på selvmord, blir også belyst. I de fleste kapitlene omtales utfordringer og muligheter for forebygging og behandling i alle ledd i behandlingskjeden. I siste kapittel drøfter man i tillegg hvordan selvmordsatferd virker på pårørende og behandlere samt tiltak og oppfølging etter selvmord for disse gruppene.

Strukturen gir en del gjentakelser som stort sett virker greit pedagogisk. Språket flyter lett. Oppsummeringen i slutten av hvert kapittel fungerer også fint.

Det er ikke alltid «nemt» å være menneske. I møtet med mennesker som mener at de ikke «egner» seg for livet, har vi med denne boken fått faglig hjelp. Jeg anbefaler derfor å lese aktuelle kapitler og å ha boken lett tilgjengelig.

Publisert: 21. august 2017. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.17.0372

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 27. mars 2026.