

# Större risk för självmord bland unga under nyårsdagen

**Nyårsfirandet utgör en klar risksituation för självmord bland unga människor. I åldersgruppen 10–26 år har det under 28-årsperioden 1969–1996 inträffat 50 självmord under nyårsdagen. Det är nära 200 procent fler fall än det antal som förväntas inträffa. Även på midsommardagen och annandag jul inträffar betydligt fler självmord (58 respektive 50 procent) bland unga än förväntat.**

**Det är viktigt att höja beredskapen inför nyårshelgen, att ge unga information om att hjälp finns, och att det således finns andra utvägar än självmord.**

Att slutet på året, decenniet och seklet närmar sig har knappast undgått någon. Under den senaste tiden har det debatterats livligt vilka problem som skulle kunna uppstå med anledning av millennieskiftet. Dessa diskussioner är särskilt intensiva inom tekniska branscher medan sekelskiftets psykologiska påverkan på människors beteende är betydligt mindre omdebatterad. Vissa individer ser troligen sekelskiftet som en möjlighet att börja något nytt, medan andra upplever en besvikelse över att de uppställda förväntningarna inte har kunnat förverkligas och känner fruktan inför framtiden. Naturligtvis är dessa känslor eller attityder mycket svåra, om

inte omöjliga, att mäta i en befolkning. Däremot är det möjligt att analysera förekomsten av den yttersta formen av psykisk ohälsa, nämligen självmord.

Att incidensen av vissa sjukdomar varierar mellan olika årstider är känt sedan tidigare. Tydliga säsongsvariationer återfinns t ex för vissa typer av depressioner (1). Självmordsfrekvensen i Sverige varierar också mellan årets månader med flest fall under maj och lägst antal under februari (2). Liknande variationer mellan årets månader kan även identifieras i studier avseende självmordsförsök (3). Däremot har förekomsten av självmord under enskilda helgdagar studerats i mindre utsträckning.

## MATERIAL OCH METOD

Dödsorsaksstatistiken för perioden kring sekelskiftet är ännu inte sammanställd av Statistiska centralbyrån. Denna studie omfattar perioden 1969–1996, under vilken det har inträffat 43 493 »säkra» (E950–E959: självmord och uppsåtligt självtillfogad skada) och 14 163 »osäkra» självmord (E980–E989: oklarhet om skada uppkommit genom olycksfall eller uppsåt) i Sverige. Vi har analyserat dessa grupper tillsammans eftersom studier har visat att ca 75 procent av de »osäkra» dödsfallen beräknas vara självmord (4). I denna studie ingår endast befolkningen över 10 år, vilket medför att 78 (0,1 procent) fall har exkluderats. Dessutom saknas uppgift om exakt dödsdatum i dödsorsaksstatistiken för 4 098 (7,1 procent) självmordsfall. Detta innebär att 53 480 självmord utgör underlaget i denna jämförelse.

## Fyra storhelger analyserade

Självmordsfrekvensen under fyra storhelger (nyår, påsk, midsommar och jul) har analyserats. Det observerade antalet självmord under ett datum (summan av samtliga självmord som har inträffat under ett specifikt datum under de 28 studerade åren) har jämförts med det förväntade antalet fall. För att ta hänsyn till den säsongsvariation som existerar i självmordsdödligheten har antalet förväntade självmord beräknats för perioden kring den aktuella

högtiden. Det genomsnittliga antalet självmordsfall per dag under perioden 15 dagar före och 15 dagar efter högtidsaftonen utgör det förväntade antalet. Detta har jämförts med det observerade antalet självmord för dagarna kring helgen (3 dagar före och 3 dagar efter). För att belysa ålderskillnader har befolkningen delats upp i en barn- och ungdomsgrupp (10–26 år, medianålder = 22 år) och en vuxengrupp (27–101 år, medianålder = 52 år).

## RESULTAT

### Flest självmord på nyårsdagen

I Figur 1 presenteras självmordsförekomsten kring nyår, påsk, midsommar och jul. Det mest iögonfallande resultatet är den höga självmordsfrekvensen bland unga (10–26 år) under nyårsdagen. I denna åldersgrupp har det under nyårsdagen inträffat 50 självmord under den studerade 28-årsperioden. Detta är nära 200 procent fler fall (för män 210 procent och för kvinnor 150 procent) än det antal som förväntas inträffa (17). Studeras den totala årsfördelningen för samtliga självmord som inträffat i åldersgruppen 10–26 år är nyårsdagen den klart vanligaste dödsdagen (50 fall) åtföljd av 1 juni (33 fall). Som framgår av Figur 1 avviker även midsommardagen och annandag jul med betydligt fler självmordsfall (58 respektive 50 procent) bland unga än förväntat.

### Kritiska dagar efter en helg

För den vuxna befolkningen, här definierad som populationen över 27 år, är mönstret likartat för samtliga fyra studerade högtider. En förhållandevis stabil självmordsfrekvens observeras under dagarna före helgen för att under aftonen (nyårsafton, påskafton, midsommarafton och julafton) vara den lägsta. Den låga självmordsförekomsten under dessa dagar kompenseras dock av högre självmordsfrekvens strax efter helgaftonen. Fyndet att självmordsfrekvensen är jämförelsevis låg under helgaftonen och relativt hög precis efter helgen är något som tidigare har presenterats i en studie från Danmark (5).

Totalt sker varken fler eller färre självmord än förväntat under de aktuel-

## Författare

LUDVIG OLSSON  
statistiker

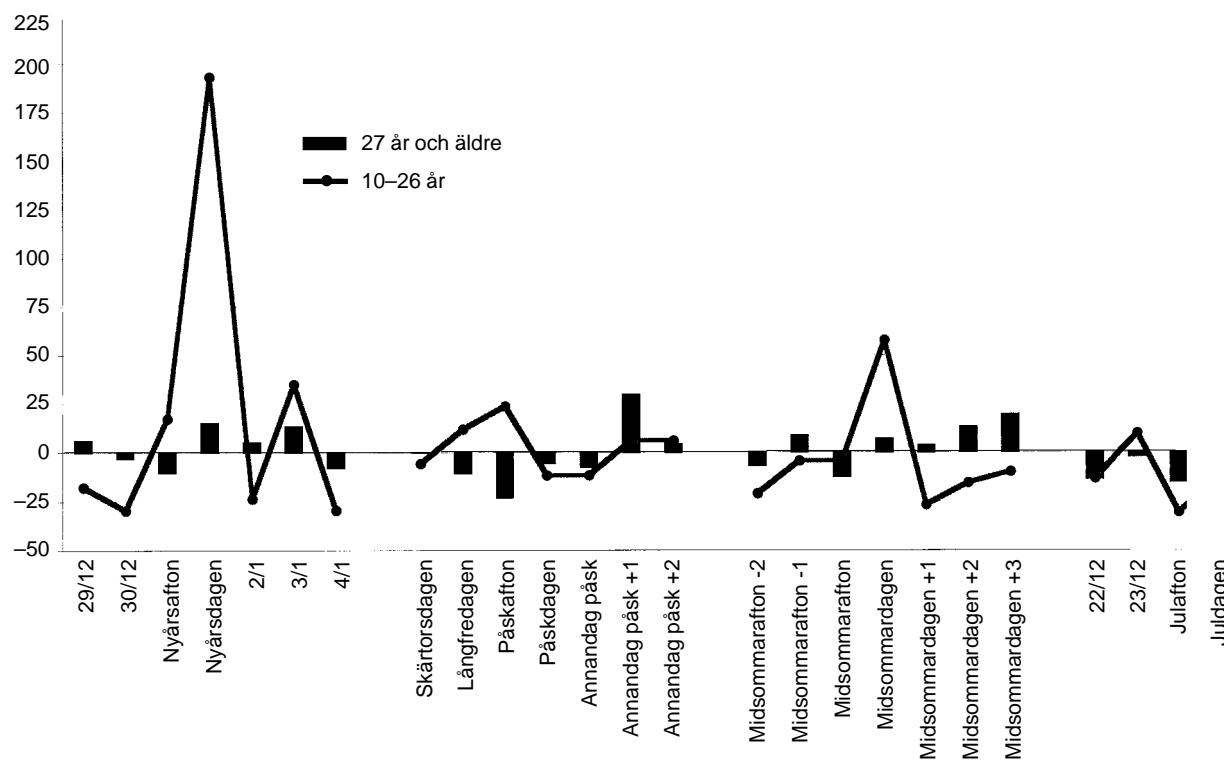
E-post: Ludvig.Olsson@ipm.ki.se

DANUTA WASSERMAN

professor; båda vid Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa, Institutet för psykosocial medicin, folkhälsovetenskapliga institutionen, Karolinska institutet, Stockholm och Samhällsmedicin, Stockholms läns landsting.

E-post: Danuta.Wasserman@ipm.ki.se

Procentuell avvikelse från förväntat antal



Figur 1. Självordsförekomsten, uppdelad efter ålder, under en sjudagarsperiod kring storhelger i Sverige 1969–1996. Tecknen - och + indikerar antal dagar före respektive efter den studerade aftonen eller dagen.

la helgerna. Det är endast fördelningen mellan olika dagar som varierar.

Enda undantaget är ungdomsgruppen under nyårshelgen, där det under hela den studerade 28-årsperioden har skett omkring 20 procent fler självmord än vad som förväntas inträffa.

## DISKUSSION

### Viktigt spåra riskperioder

Sveriges självmordstal (antal självmord per 100 000 invånare) har minskat från 27,0 (1980) till 18,8 (1996). Trots denna positiva utveckling är självmord alltjämt den främsta dödsorsaken i åldersgruppen 15–44 år (6, 7). Bland de allra yngsta kan inte den nedåtgående trenden identifieras (8) utan där tycks självmordsfrekvensen ha varit relativt stabil under de senaste 20 åren. Det är bland annat därför särskilt viktigt att studera självmordstrender bland ungdomar i syfte att hitta tydliga risksituationer och riskgrupper. Resultaten från denna studie indikerar att nyårsdagen är en sådan risksituation i åldersgruppen 10–26 år. Dock bör man ha i åtanke att det totala antalet självmord i dessa åldrar är betydligt färre än i äldre åldersgrupper.

De historiska skälen till att olika högtider firas har troligen mindre betydelse i dag jämfört med tidigare, när befolkningens religiösa medvetenhet var större. Trots denna förändring medför ändå dessa helger en temporär påverkan

på människors livssituation. Det behöver inte enbart uppfattas som positivt att dessa dagar innebär att den normala arbetsrutinen bryts och att det finns mer utrymme för avkoppling. För somliga individer är högtiderna en påfrestning. Förhöjd alkoholkonsumtion, ångest, oro och rastlöshet under bakrus, ensamhet, familjekonflikter, ändrad sömnrhythm eller ekonomiska bekymmer är exempel på omständigheter som kan bidra till att helgen och dagarna efter den känns alltför svåra.

### Höj beredskapen inför helgen

För att motverka ensamhet och utanförskap krävs ökat engagemang hos alla i samhället. Under senare tid har förutsättningarna för det suicidpreventiva arbetet i Sverige förbättrats. Centrum för suicidforskning och prevention samordnar sex regionala nätverk för självmordsprevention (9), inom vilka både kompetent personal och frivilliga är verksamma. Det är viktigt att höja beredskapen inför nyårshelgen samt att ge unga information om att hjälp finns tillgänglig och att det således finns andra utvägar än självmord. •

Centrum för suicidforskning och prevention  
tel 08-728 70 26

## Referenser

1. Wasserman D. Depression en vanlig sjukdom. Stockholm: Natur och Kultur, 1999.
2. Lindén P-A. Självord 1750–1970. I: Beskow J, Allebeck P, Wasserman D, Åsberg M, red. Självord i Sverige – En epidemiologisk översikt. Stockholm: Medicinska forskningsrådet, 1993: 46-7.
3. Jessen G, Andersen K, Arensman E, Bille-Brahe U, Crepet D, De Leo D et al. Temporal fluctuations and seasonality in attempted suicide in Europe – Findings from the WHO/EURO multicentre study on parasuicide. Archives of Suicide Research 1999; 5: 57-69.
4. Beskow J, Allebeck P, Wasserman D, Åsberg M, red. Självord i Sverige – En epidemiologisk översikt. Stockholm: Medicinska forskningsrådet, 1993.
5. Jessen G, Jensen B. Postponed suicide death? Suicides around birthdays and major public holidays. Suicide Life Threat Behav 1999; 29 (3): 272-83.
6. Wasserman D. Självord – ett försummat folkhälsoproblem. Läkartidningen 1998; 95: 5593-7.
7. Wasserman D. Självord och självmordsförsök – förekomst, orsaker och prevention. I: Sjuk eller frisk i själen? – om synen på psykisk (o)hälsa. Stockholm: Nationella Folkhälsokommittén, 1999: 73-80.
8. Åberg A, Karlsson A, Rosén M. Ökar självmorden bland ungdomar? Statistiken bör tolkas med försiktighet. Läkartidningen 1998; 95: 5656-9.
9. Centrum för suicidforskning och prevention. Att satsa på hälsa – förebygga självmord och självmordsförsök, den första nationella nätverkskonferensen om självmordsprevention. Rapportserie 1999; 1: 9-13.