



# Der Aktionsplan Suizidprävention in Kürze

754  
275

Im Jahr 2014 starben in der Schweiz 754 Männer und 275 Frauen durch nicht-assistierte Suizid. Das sind zwei bis drei Suizide pro Tag.

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Bundesamt für Gesundheit BAG



Jeder dritte Todesfall bei jungen Männern ist ein Suizid. Bei jungen Frauen jeder fünfte.



Täglich werden 20 bis 30 Menschen nach Suizidversuchen medizinisch betreut – mehrheitlich Frauen.

Die höchste Suizidrate haben Männer über 75 Jahre.

# Suizide und Suizidversuche

Pro Jahr suizidieren sich in der Schweiz über 1000 Personen und mehr als 10 000 Personen werden nach Suizidversuchen medizinisch behandelt.

Suizide und Suizidversuche finden meist in einem psychischen Ausnahmezustand statt und sind nur selten nüchtern überlegte Handlungen. Ein Suizid wird von den Betroffenen oft als einziger Ausweg aus einer als unerträglich empfundenen Situation gesehen.

Hinter jedem Suizidversuch, jedem Suizid steckt eine persönliche Geschichte: manchmal ein langer Leidensweg, manchmal eine kurzfristige Krise. Die Ursachen sind vielfältig: z. B. psychische Krankheiten wie Depressionen, Persönlichkeitsstörungen oder Suchterkrankungen, Vereinsamung, chronische Schmerzen, existenzielle Sinnkrisen, Liebeskummer, Kränkungen oder Geldsorgen. Meist ist es ein komplexes Zusammenspiel verschiedener Faktoren.

Die Vorstellung ist weit verbreitet, dass Suizidwillige nicht von ihrem Vorhaben abzubringen sind und früher oder später eine Suizidmöglichkeit finden. Tatsache ist, dass von jenen Menschen, die auf der Golden-Gate-Brücke in San Francisco von einem Suizid abgehalten werden konnten, nur gerade 5% in den darauffolgenden 26 Jahren durch Suizid starben.

## Der Aktionsplan

Im Auftrag der eidgenössischen Räte haben Bund und Kantone zusammen mit der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz und vielen weiteren Akteuren des Gesundheitswesens und anderer Gesellschaftsbereiche den Aktionsplan Suizidprävention erarbeitet.

Der Aktionsplan will einen Beitrag zur Reduzierung von suizidalen Handlungen während – oft vorübergehenden – Belastungskrisen oder psychischen Erkrankungen leisten. Er fokussiert auf nicht-assistierte Suizide.

Der Aktionsplan Suizidprävention umfasst zehn Ziele. Jedem Ziel sind Schlüsselmassnahmen zugeordnet, die wesentlich zur Zielerreichung beitragen. Insgesamt sind im Aktionsplan 19 Schlüsselmassnahmen beschrieben. Oft kann auf bereits vorhandene, bewährte Praxisbeispiele zurückgegriffen werden.

## Umsetzung

Suizidprävention ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Der Aktionsplan liefert den Akteuren einen gemeinsamen Orientierungs- und Handlungsrahmen.

Der Bund unterstützt die Akteure bei der Umsetzung der Schlüsselmassnahmen durch Vernetzungs- und Koordinationsarbeit sowie durch das Erarbeiten von Wissensgrundlagen.

### Impressum

Herausgeber  
BAG  
© Bundesamt für Gesundheit (BAG)

In Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren GDK und der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz sowie weiteren Akteuren

Nähere Informationen unter  
[www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)

Kontakt  
Bundesamt für Gesundheit (BAG)  
Direktionsbereich Gesundheitspolitik  
Abteilung Gesundheitsstrategien  
[suizidpraevention@bag.admin.ch](mailto:suizidpraevention@bag.admin.ch)

Publikationszeitpunkt  
November 2016

Diese Publikation erscheint in deutscher, französischer und italienischer Sprache.

Layout  
Heyday, Konzeption und Gestaltung GmbH

BAG-Publikationsnummer  
2016-GP-20

Bezugsquelle  
BBL, Vertrieb Bundespublikationen  
CH-3003 Bern  
[www.bundespublikationen.admin.ch](http://www.bundespublikationen.admin.ch)

Bestellnummer  
316.760.d

# Ziele des Aktionsplans Suizidprävention

- 1/ Menschen in der Schweiz verfügen über persönliche und soziale Ressourcen, die ihnen psychische Widerstandskraft im Umgang mit Belastungen geben.
- 2/ Die Bevölkerung ist über das Thema Suizidalität und über Möglichkeiten der Prävention informiert.
- 3/ Suizidgefährdete Personen und ihr Umfeld kennen und nutzen Beratungs- und Notfallangebote.
- 4/ Personen mit wichtiger Früherkennungs- und Frühinterventionsfunktion können Suizidalität erkennen und die notwendige Hilfe einleiten.
- 5/ Suizidgefährdete Menschen und Menschen nach Suizidversuchen werden bedarfsgerecht, zeitnah und spezifisch betreut und behandelt.
- 6/ Die Verfügbarkeit suizidaler Mittel und Methoden wird reduziert.
- 7/ Hinterbliebenen und Berufsgruppen, die nach Suiziden stark involviert sind, stehen Unterstützungsangebote bei der Bewältigung zur Verfügung.
- 8/ Die Medienberichterstattung über Suizide ist verantwortungs- und respektvoll, damit die Prävention gefördert und Nachahmungen reduziert werden. Digitale Kommunikationsmittel werden verantwortungs- und respektvoll genutzt und verleiten nicht zu suizidalen Handlungen.
- 9/ Den Akteuren stehen für die Steuerung und die Evaluation ihrer Arbeit die relevanten wissenschaftlichen Grundlagen und Daten zur Verfügung.
- 10/ Den Akteuren stehen bewährte Praxisbeispiele der Suizidprävention zur Verfügung.