

2. Первые десять лет после наступления инвалидности — период высокого риска самоубийства. Не считайте, что достаточно «просто не принимать всё так близко к сердцу»

Выгодность исходной версии: высокая

Доказательность А · исходная версия

для жизни

бесплатно

мимоходом

немного силы воли

Частично Китай

Здесь приведена исходная версия с китайскими условиями. Российские правила пока не проверены; китайские законы, выплаты и телефоны нельзя переносить на Россию.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. В первые годы после наступления инвалидности эмоциональный срыв у вас или у близких — обычное дело, а не вопрос силы воли. Длительное наблюдение в двух британских центрах лечения травм спинного мозга показало: частота самоубийств среди этих людей в пять раз выше, чем среди обычного населения. Более девяти из десяти самоубийств произошли в первые десять лет после травмы. У тех, кто получил травму, пытаясь покончить с собой, риск ещё выше.

Затраты

Китай — исходная версия. Денег не нужно. Сделать один звонок или записаться на один приём.

Выгода

Китай — исходная версия. В исследовании наблюдали за 2304 пациентами с травматическим повреждением спинного мозга, поступившими в стационар с 1991 по 2010 год, пережившими первый год после травмы и имевшими нарушения неврологических функций при выписке. Наблюдение продолжалось до конца 2014 года. У 63 из них (2.7%) причиной травмы была попытка самоубийства. К концу наблюдения умерли 533 человека, из них 4.2% — в результате самоубийства. 91%

самоубийств произошли в первые десять лет после травмы. Стандартизованная по возрасту смертность от самоубийств составляла 62.5 случая на 100000 человек в год (95% CI 36.4–88.6, доверительный диапазон). Это в пять раз выше частоты самоубийств среди обычного населения Англии и Уэльса в 2014 году (12.2 случая на 100000 человек). У тех, кто получил травму в результате попытки самоубийства, по сравнению с людьми с другими причинами травмы отношение шансов смерти составляло 4.32 ($P<0.001$), а отношение шансов самоубийства — 9.46 ($P<0.001$)

Примечания

Китай — исходная версия. В этом исследовании рассматривались только повреждения спинного мозга. Переносить его выводы на другие причины инвалидности, такие как слепота, ампутация и ожоги, — значит выходить за рамки изученного. Оно показывает временные рамки: риск не исчезает после выписки, следить за ним нужно десять лет. Если нужно, чтобы кто-то побыл рядом и поговорил с вами, в Китае звоните 12356, см. раздел 29, пункт 11 (12356). Не запасайте дома снотворные и пестициды, см. раздел 1, пункт 25 (мысли о самоубийстве). Если горе и эмоциональное состояние за полгода так и не сдвинулись с мёртвой точки, запишитесь на приём в отделение психиатрии или клинической психологии, см. раздел 29, пункт 8 (горе спустя полгода).

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. Savic G, DeVivo MJ, Frankel HL, Jamous MA, Soni BM, Charlifue S (2018). Suicide and traumatic spinal cord injury - a cohort study. *Spinal Cord*, 56(1):2-6. doi.org/10.1038/sc.2017.98