

# Praten helpt

Onderzoek naar suïcidale gedachten en taboe  
op depressie in regio Kennemerland

Saskia Mérelle, voorzitter werkgroep onderzoek



# Praten helpt

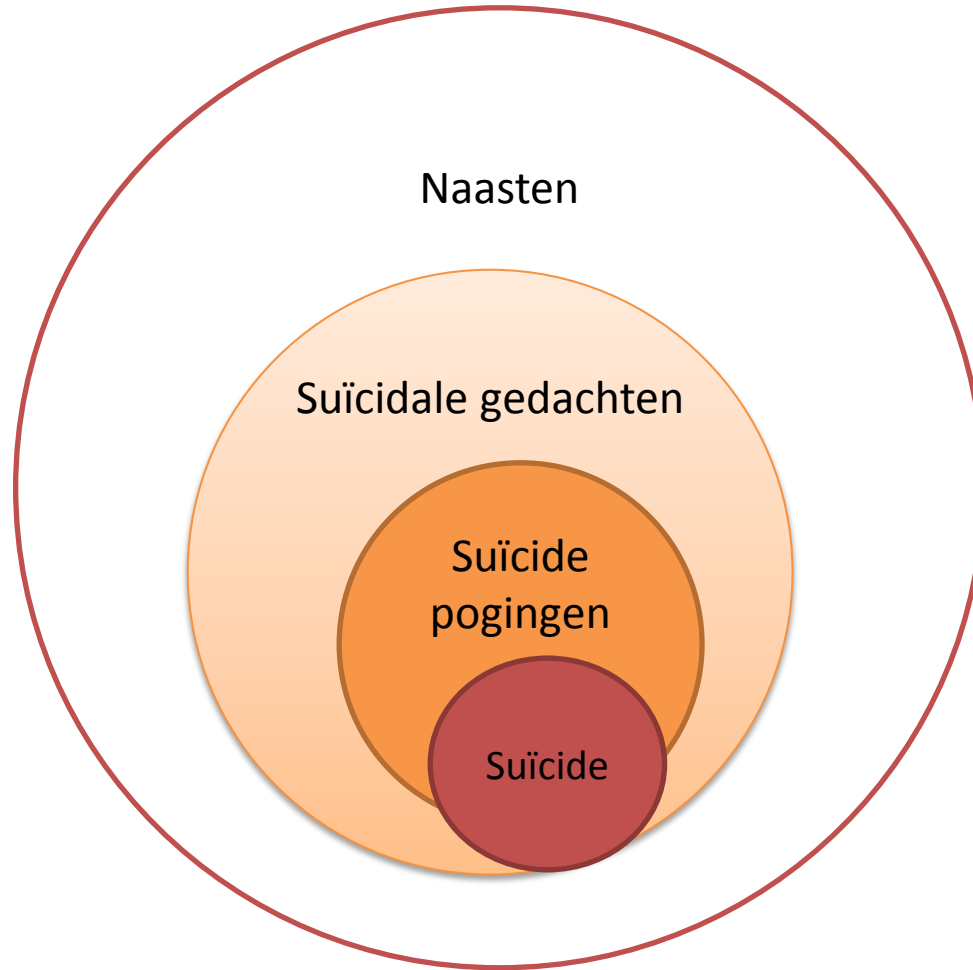


Elke week pleegt 1 inwoner  
suicide



Centraal Bureau  
voor de Statistiek

# Praten helpt



Probleem van suicide reikt veel verder dan aantal sterfgevallen

# Praten helpt



Aanname:

Adequaat praten over suïcide leidt tot minder suïcidaal gedrag

# Praten helpt



International Journal of  
*Environmental Research  
and Public Health*



Article

## Improving Suicide Prevention in Dutch Regions by Creating Local Suicide Prevention Action Networks (SUPRANET): A Study Protocol

Renske Gilissen <sup>1,\*</sup>, Derek de Beurs <sup>2</sup>, Jan Mokkenstorm <sup>1,3,4</sup>, Saskia Mérelle <sup>5</sup>, Gè Donker <sup>2</sup>,  
Sanne Terpstra <sup>1</sup>, Carla Derijck <sup>6</sup>, The SUPRANET (Suicide Prevention Action Network)  
Research Group <sup>6</sup> and Gerdien Franx <sup>6</sup>

*Psychological Medicine*, Page 1 of 3. © Cambridge University Press 2014  
doi:10.1017/S0033291714001299

EDITORIAL

## Does asking about suicide and related behaviours induce suicidal ideation? What is the evidence?

T. Dazzi<sup>1</sup>, R. Gribble<sup>2</sup>, S. Wessely<sup>2</sup> and N. T. Fear<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup> School of Medicine, King's College London, London, UK

<sup>2</sup> Department of Psychological Medicine, King's College London, London, UK

**The risk of including suicidal patients in RCT studies into the effectiveness of  
pharmacotherapy and psychotherapy for adult psychiatric disorders and  
iatrogenic effects as a result of asking about suicide**

**Huisman, Kerkhof**

# Praten helpt

**PRATEN HELPT**  
Onderzoek naar suïcidale gedachten en taboe op depressie in regio Kennemerland

**24.000**  
volwassenen in regio Kennemerland hebben  
**suïcidale gedachten**  
(19 jaar en ouder)

Meer dan **10.000**  
praten daar met niemand over

In ons Suïcidepreventie Actienetwerk bundelen GGD zorg, onderwijs, gemeenten, politie, sportsector UWV, (sport-)verenigingen, kerken en andere partijen de krachten in de strijd tegen zelfmoord. Met deze factsheet informeren wij alle partijen in dit Suïcidepreventie Actienetwerk over de omvang van suïcidale gedachten, het taboe op depressie en de weg naar hulp in regio Kennemerland.  
De eerste bron van deze factsheet is de Gezondheidsmonitor Volwassenen en Ouderen 2016. Alle GGD'en in Nederland voerden dit gezondheidsonderzoek uit in opdracht van gemeenten en in samenwerking met het RIVM en CBS. Bijna 16.000 inwoners in regio Kennemerland deden hieraan mee.  
De tweede bron is de Panelstudie die de GGD in januari 2017 uitvoerde onder inwoners van Kennemerland. De vragen in deze studie zijn mede gebaseerd op de panelstudie van 113 Zelfmoordpreventie. Ongeveer 2.000 panelleden deden hieraan mee. Tot slot zijn sterfcijfers van het CBS gebruikt, aangeleverd door het onderzoeksteam van 113 Zelfmoordpreventie.

**GGD Kennemerland** **Een ingezet zijn tegen vpn** **samen Voor Betere Zorg Kennemerland, Amsteland & Meerlanden** **113 zelfmoordpreventie**

## Doel onderzoeken:

- M.b.v. **Gezondheidsmonitor 2016:** inschatting hoeveel inwoners suïcidale gedachten hebben, hoe vaak men erover gesproken heeft en met wie *onder steekproef inwoners (n=16.000)*
- M.b.v. **Panelstudie januari 2017:** inschatting hoe groot het taboe op depressie is en hoe bekend inwoners zijn met de weg naar hulp *onder panelleden (n=2.000)*

# Praten helpt

## Gezondheidsmonitor VOLWASSENEN EN OUDEREN 2016



Het blijkt dat sommige mensen wel eens gedachten hebben om zelf een einde aan hun leven te willen maken (suïcidale gedachten). De onderstaande vragen gaan over dit onderwerp.

62. Heeft u er in de laatste 12 maanden wel eens serieus over gedacht een eind te maken aan uw leven?

- Nee → [Ga naar vraag 65](#)
- Een enkele keer
- Af en toe
- Vaak
- Heel vaak
- Hierop wil ik niet antwoorden → [Ga naar vraag 65](#)

63. Heeft u met één of meer anderen over uw suïcidale gedachten gesproken?

- Ja
- Nee → [Ga naar vraag 65](#)

64. Wilt u voor elk van onderstaande personen aangeven hoe er werd doorgevraagd naar uw suïcidale gedachten tijdens het praten hierover?

Geef op iedere regel uw antwoord.	Goed	Neutraal	Slecht	Niet van toepassing
Partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Familie lid	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vriend(in)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Huisarts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hulpverlener	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Predikant / pastor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anders, namelijk: <input style="width: 150px; height: 20px;" type="text"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Vraagstelling RIVM/GGD-GHOR Nederland  
Vraagstelling 113 Zelfmoordpreventie

# Praten helpt

**24.000**

volwassenen hebben  
suïcidale gedachten  
(6% van inwoners  
19 plus)



Johan Cruijff Arena voor de helft gevuld

Gezondheidsmonitor  
VOLWASSENEN EN OUDEREN 2016



GGD  
Kamminga



# Praten helpt



Elk hockey- of voetbalteam  
heeft 1 speler met  
suïcidale gedachten

Ja, ik help jongeren omgaan met prestatiedruk!



Kies op welke manier je wil bijdragen:



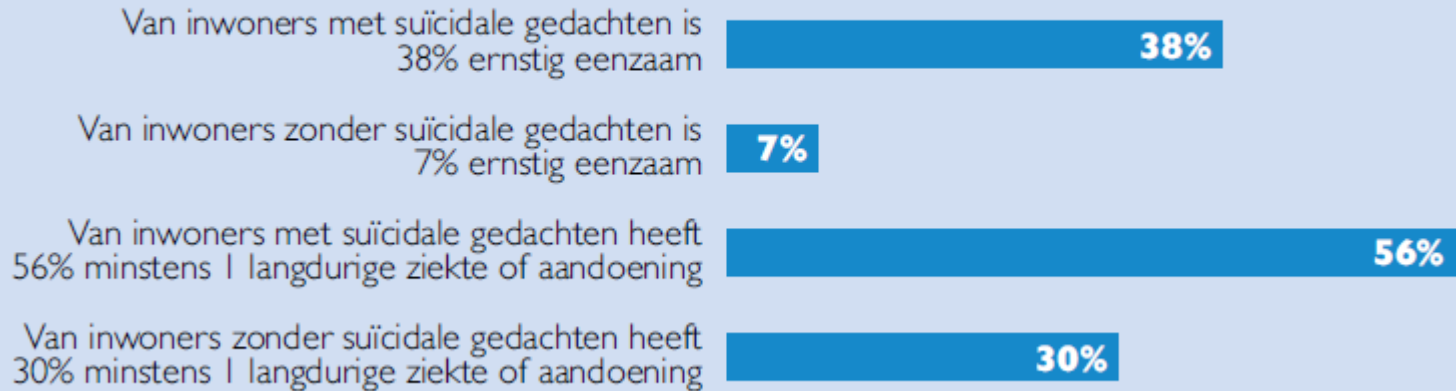
Gezondheidsmonitor  
VOLWASSENEN EN OUDEREN 2016



GGD  
Rotterdam

# Praten helpt

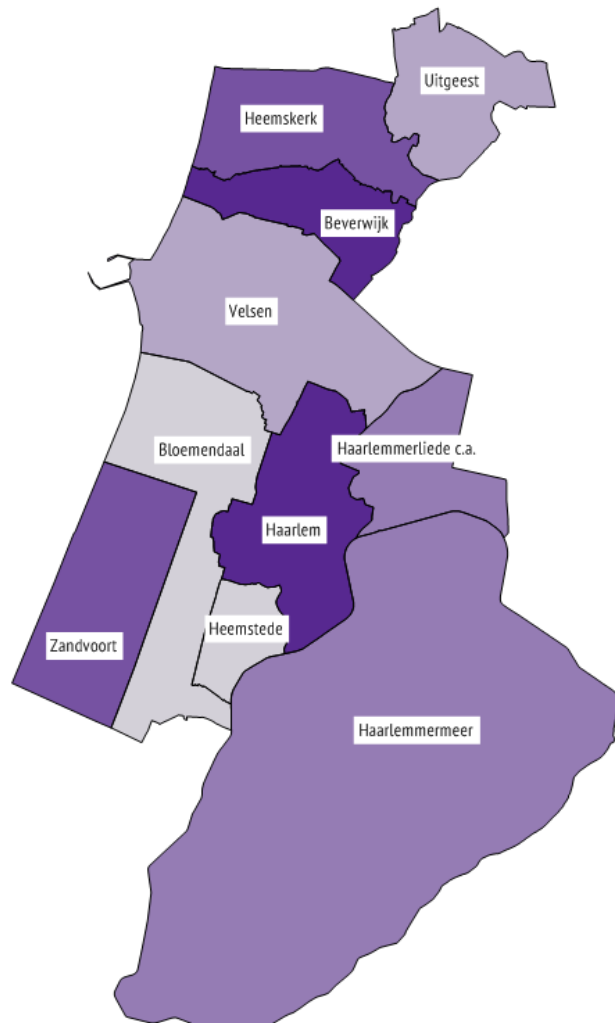
## Sociale en gezondheidsproblemen









Inwoners met suïcidale gedachten hebben dus ernstige sociale en gezondheidsproblemen



# Praten helpt

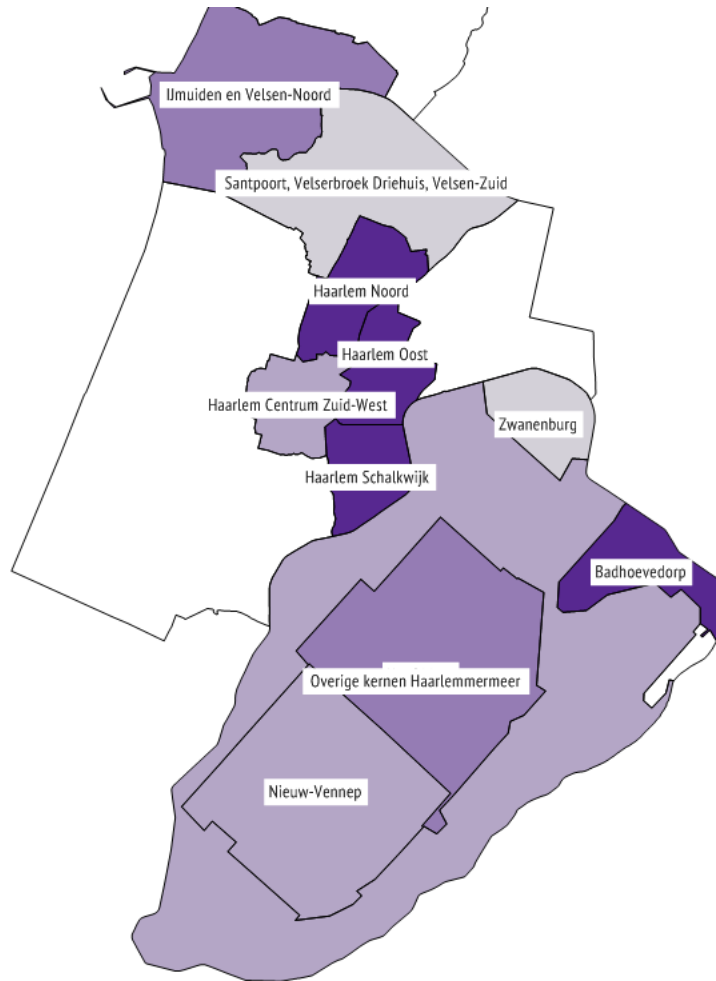








Legenda	
	< 5
	5 < 6
	6 < 7
	7 < 8
	>= 8
Bron	
	Gezondheidsmonitor GGD KL

[www.gezondheidsatlaskennemerland.nl](http://www.gezondheidsatlaskennemerland.nl)  
Suïcidale gedachten op gemeenteniveau



# Praten helpt



Legenda	
	< 5
	5 < 6
	6 < 7
	7 < 8
	>= 8
Bron	
	Gezondheidsmonitor GGD KL

[www.gezondheidsatlaskennemerland.nl](http://www.gezondheidsatlaskennemerland.nl)  
Suïcidale gedachten op niveau  
woonkernen



# Praten helpt

Meer dan  
**10.000**  
praten daar met  
niemand over  
(43% van inwoners  
met suïcidale  
gedachten)



57% praat over zijn/haar suïcidale  
gedachten met één of meer anderen  
→ **weinig of veel?**



# Praten helpt

## Met wie gesproken over suïcidale gedachten

*(van de groep die erover praat;  
meerdere antwoorden  
mogelijk)*

1. Hulpverlener 55%
2. Vriend(in) 50%
3. Huisarts 48%
4. Partner 46%
5. Familielid 45%

## Positieve ervaring met gesprekspartner

*(van de groep die er met deze  
persoon over gesproken heeft  
heeft)*

1. Hulpverlener 67%
2. Partner 62%
3. Huisarts 60%
4. Familielid 52%
5. Vriend(in) 44%



# Praten helpt

## Citaten van deelnemers Panelstudie

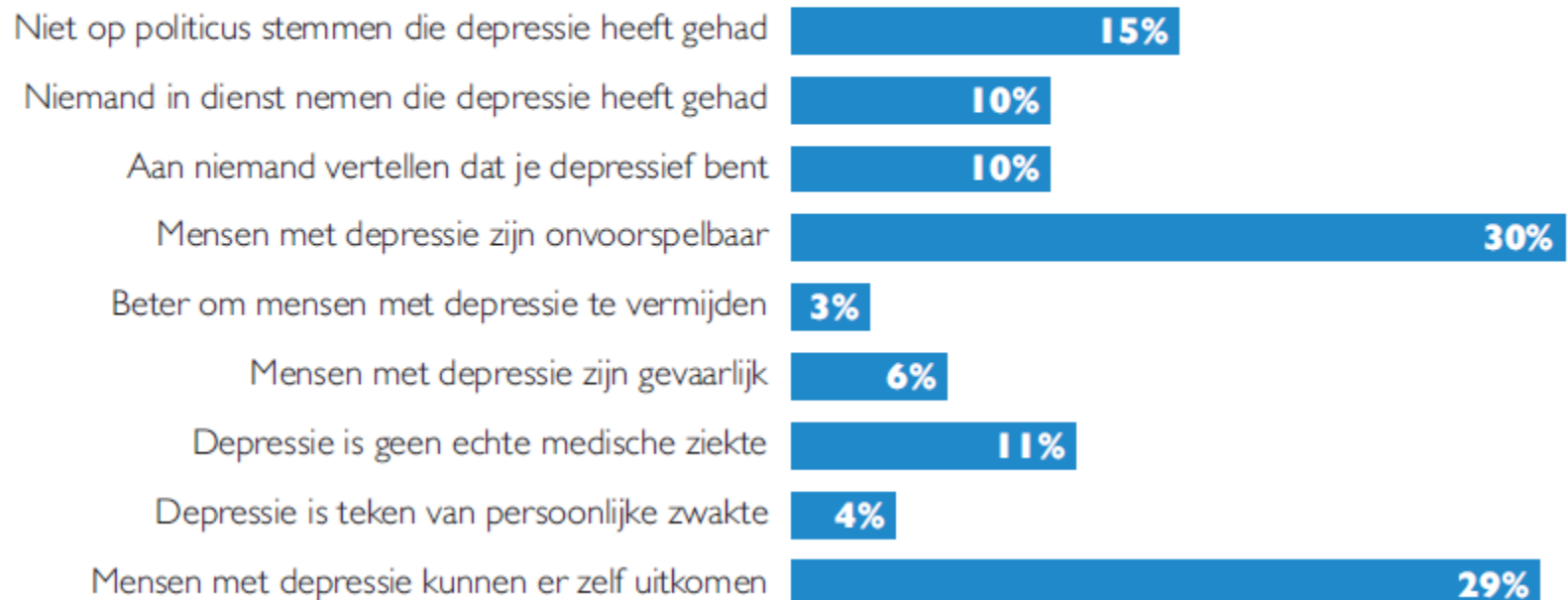
*'Mijn man heeft een depressie wat het opvoeden van twee jonge kinderen zwaar maakt op sommige momenten. Zeker als je kinderen zijn stemming oppikken. Hij heeft nu hulp maar dat heeft 5 jaar geduurd omdat we niet goed wisten wat er aan de hand was en waar we terecht konden'*

*'Heb zelf een depressieve dochter gehad en ik wil vooral de mensen oproepen om er gewoon over te praten. Niet verzwijgen want je bent echt heel erg ziek en alle hulp is welkom'*

# Praten helpt

## Het meten van taboe op depressie

Dit is onderzocht door te vragen in welke mate inwoners het eens waren met 9 stellingen over vooroordelen over depressie. Hoe hoger het percentage hoe groter het taboe.





# Praten helpt

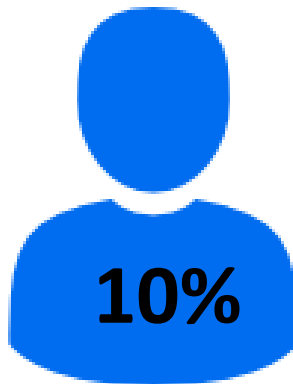


**Stelling: Ik zou niet iemand in dienst nemen als ik wist dat deze persoon een depressie heeft gehad**

Mannen hebben vaker vooroordelen over een depressie dan vrouwen



65 tm 74 jaar



19 tm 34 jaar

**Stelling: Ik zou niet op een politicus stemmen als ik wist dat deze persoon een depressie heeft gehad**

Ouderen hebben vaker vooroordelen over een depressie dan volwassenen

# Praten helpt

**Inwoners kennen vooral bepaalde beroepsgroepen zoals de huisarts en psychiater. De specifieke organisaties zijn veel minder bekend**

**Is goed bekend met hulpverlening bij psychische problemen**

**93%** kent huisarts

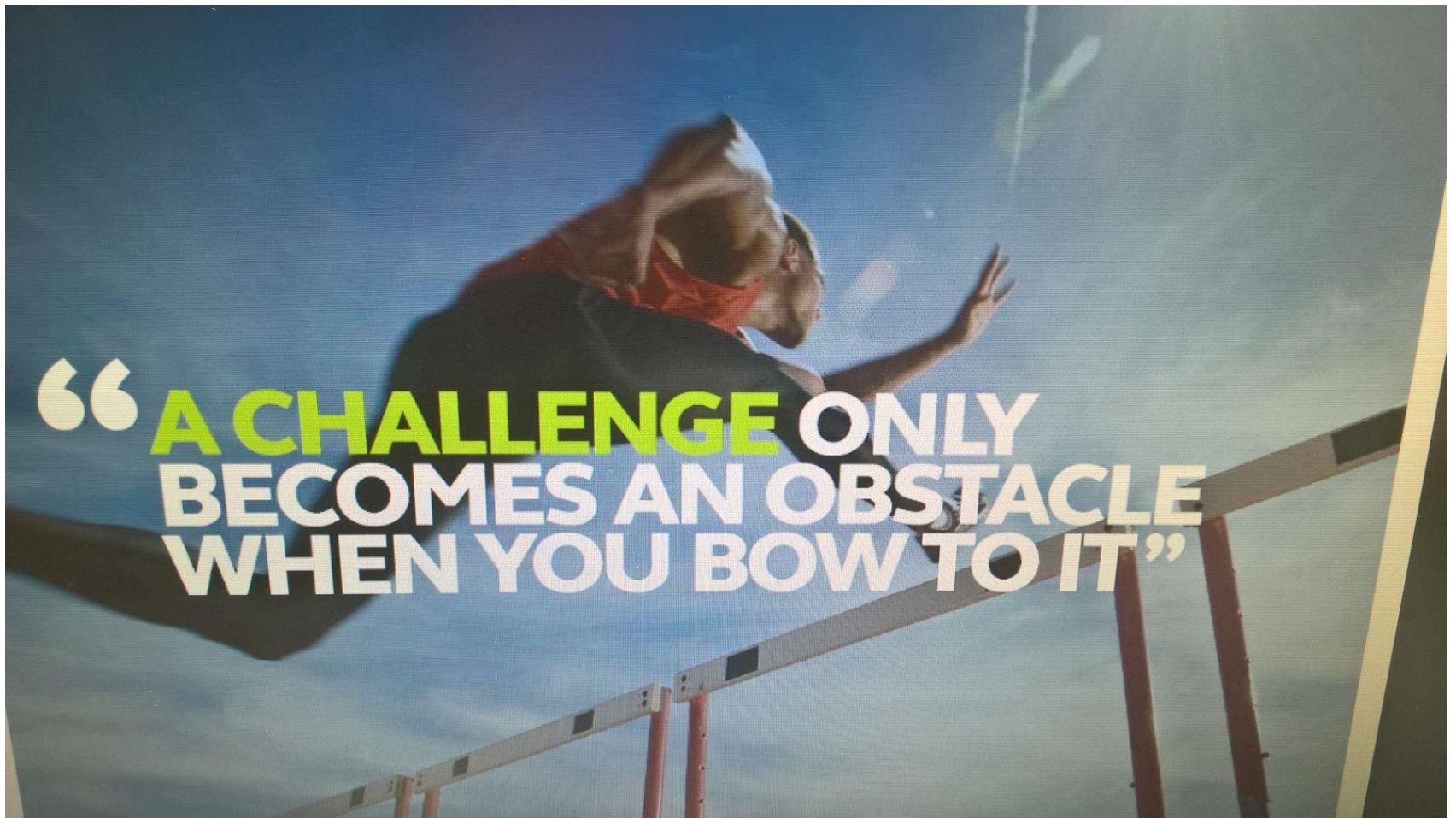
**88%** kent psychiater/psycholoog/psychotherapeut

**25%** kent GGZ instellingen

**12%** kent Depressielijn

**11%** kent Stichting 113online

(heet nu 113 Zelfmoordpreventie)



“**A CHALLENGE ONLY  
BECOMES AN OBSTACLE  
WHEN YOU BOW TO IT**”

## **Vragen, suggesties, tips?**

Werkgroep onderzoek: Saskia Mérelle, Resi Cluitmans, Bart Kruyver,  
Merijn Eikelenboom, Walter van Ballegooijen