

## Welt-Suizid-Präventionstag: Früh ärztliche Hilfe suchen

München, 10.09.2015: Durchschnittlich alle 52 Minuten nimmt sich laut Statistischem Bundesamt ein Mensch das Leben, weil er für sich keinen Ausweg mehr sieht. „In den meisten Fällen stecken dahinter schwerwiegende psychische Erkrankungen, wie etwa eine Depression“, sagt Dr. Irmgard Pfaffinger, 2. Vorsitzende des Ärztlichen Kreis- und Bezirksverbands (ÄKBV) München und in München niedergelassene Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Angesichts des internationalen Welt-Suizid-Präventionstags am 10. September ruft der Ärztliche Kreis- und Bezirksverband Betroffene und ihre Angehörigen dazu auf, früh ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen, um Suizidversuche oder gar Suizide zu vermeiden.

„München verfügt über ein gut ausgebautes Versorgungsnetz zur Suizidprävention“, sagt Pfaffinger. „Es ist keine Schande, diese Versorgung auch in Anspruch zu nehmen.“ In Deutschland sterben jedes Jahr mehr Menschen durch Suizid als durch HIV, Mord, Drogenmissbrauch und Verkehrsunfälle zusammen. „Viele dieser Suizide könnten verhindert werden, wenn die Gefahr rechtzeitig erkannt und die Grunderkrankung früh behandelt würde“, so Pfaffinger.

Suizidgefährdete deuten häufig ein Gefühl der Aussichtslosigkeit an, bevor sie einen Suizidversuch unternehmen. Bei Aussagen wie „ich weiß nicht mehr weiter“ oder, ich habe keine Lust mehr auf das Leben“, sollten Freunde und Angehörige aufhorchen. Aber auch Klagen über Schmerzen, Mattigkeit oder Schlafstörungen können ein Hinweis auf eine versteckte Depression und eine Suizidgefährdung sein.

Wenn Angehörige und Freunde einen Verdacht haben, sollten sie diesen daher offen ansprechen. Niemand braucht dabei Angst zu haben, das Gegenüber damit auf falsche Ideen zu bringen. Im Gegenteil: Die meisten Suizidgefährdeten wollen mit ihren Gedanken nicht alleine bleiben und suchen Hilfe. Hausärzte oder Fachärzte für Psychiatrie oder Psychosomatische Medizin und Psychotherapie dienen als ärztliche Wegweiser.

Weitere ambulante und stationäre Anlaufstellen finden sich auf der Homepage des ÄKBV: [www.aekbv.de/images/stories/aerzte/Vernetzte\\_Versorgung/Adressen-Notfallnummern.pdf](http://www.aekbv.de/images/stories/aerzte/Vernetzte_Versorgung/Adressen-Notfallnummern.pdf) oder auf der Webseite der ÄKBV-Partnerorganisation „Münchner Bündnis gegen Depression“: [www.muenchen-depression.de/hilfen/hilfe-und-beratung](http://www.muenchen-depression.de/hilfen/hilfe-und-beratung).

Der Ärztliche Kreis- und Bezirksverband (ÄKBV) München ist die Berufsvertretung aller Münchner Ärztinnen und Ärzte. Als Körperschaft des öffentlichen Rechts vertritt sie die beruflichen Belange ihrer mehr als 19.000 Mitglieder. Der ÄKBV überwacht unter anderem die Erfüllung der ärztlichen Berufspflichten, fördert die ärztliche Fortbildung und wirkt in der öffentlichen Gesundheitspflege mit.

### Ihr Ansprechpartner

ÄKBV München  
Elsenheimerstr. 63  
80687 München  
Tel. 089 547116-11  
Fax 089 547116-99  
presse@aekbv.de