

Itsemurha



Mitä itsemurha on?

”Itsemurha on pysyvä ratkaisu tilapäiseen ongelmaan”

Itsemurha -käsitte

Itsemurha käsitteenä tarkoittaa ilman muiden osapuolten apua tapahtuvaa itsensä tarkoituksenmukaista surmaamista.

Miten Suomessa

Suomessa on tunnetusti hyvin korkeat itsemurhaluvut. Suomi onkin yksi kansainvälisten itsemurhatilastojen kärkimaista. Joka vuosi noin 1500 ihmistä Suomessa tekee itsemurhan. Itsemurhaluvut ovat luultavasti todellisuudessa paljon suuremmat, koska kaikkia tapauksia ei välttämättä tilastoida ja suuri määrä liikenneonnettomuuksista, hukkumistapauksista ja tapaturmista voitaisiin luokitella peiteltyksi itsemurhaksi.

Itsemurhan tekijöistä neljäsosa on naisia ja loput miehiä. Miehet siis onnistuvat itsemurhassa paremmin, kun naisilla suurin osa itsemurhasta jää vain yritykseksi. Suomessa suurin osa miehistä tekee itsemurhan hirttäytymällä ja suurin osa naisista tekee sen taas lääkkeiden avulla. Miehillä on naisia hieman peruuttamattomammat keinot tehdä itsemurha, joka varmasti selittää miesten suuremmat itsemurhaluvut. Yleisesti on arvioitu, että itsemurhayrityksiä on noin kymmenkertainen määrä onnistuneisiin verrattuna. Itsetuhoisuus ja itsemurha koskettavat monen suomalaisen arkitodellisuutta.

Suomessa on myös ollut muutamia ”itsemurhakausia”. Kaudet liittyivät esim. poliittisiin ja aatteellisiin sekä taloudellis-sosiaalisiin kriiseihin.

Itsemurhaan johtavia syitä

Itsemurha ei ole aivan yksiselitteinen asia. Jokainen ihminen on erilainen joten joskus on hyvin vaikeaa ymmärtää itsemurhan varsinaista syytä. Syitä itsemurhaan on lukemattomia ja jotkut jopa varsin ”mitättömiä”. Itsemurhaan johtaa yleensä se, että ihminen haluaa syystä tai toisesta kuolla. Hän voi esimerkiksi hakea helpotusta fyysiseen tai psyykkiseen kärsimykseensä. Seuraavaksi muutamia itsemurhasyitä selostuksineen.

Ihmissuhteet

Ihmissuhteiden päättyminen, eron tai ristiriitojen uhka ovat hyvin tavallisia itsemurhayritysten syitä. Läheisillä ihmisillä on suuri merkitys, koska he voivat suuresti vaikuttaa siihen tekeekö henkilö itsemurhan vai ei. Monissa itsemurhatapauksissa ihminen on syyttänyt itseään tapahtuneesta. Syyllisyyttä on raskas kantaa ja he ovatkin päätyneet pahimpaan ratkaisuun.

Yksin jäänyt ihminen saattaa kokea itsensä hylätyksi ja sen takia tulevaisuus saattaa tuntua toivottomalta. Tämä vain lisää itsemurhan vaaraa. Itsemurhaan ajautuva ihminen saattaa kokea, ettei kukaan kaipaa häntä.

Alkoholi ja huumeet

Alkoholin käyttöä voidaan pitää ns. pitkitettynä itsemurhana. Alkoholin lisäksi erilaiset huumeet ja lääkkeet ovat vain välivaihe ennen itsemurhaa. Aineiden yliannostuksen avulla voidaan helposti saavuttaa itsemurha, mutta aineiden yliannostus voi kylläkin viedä ihmiseltä hengen tarkoituksetta.

Alkoholin (liika)käyttö saattaa johtua jostain elämää liikuttaneesta tapahtumasta. Alkoholi on monille tapa jolla heistä tulee entistä sosiaalisempia ja avonaisempia. Alkoholin väärinkäyttö voi kumminkin johtaa entistä pahempaan yksinäisyyteen, joka ajaa helposti itsemurhaan.

Heikko itsetunto

Jos ihmisellä on heikko itsetunto, hän ei kykene hyväksymään itseään ja toivookin olevansa toisenlainen. Itsetuntoa on voinut alentaa ulkonäön pilkkaaminen tai kiusaaminen. Lapsena haavoittunut itsetunto saattaa vaikuttaa myöhemmin aikuisuudessa.

Muita syitä

Yleensä itsemurhaa ajatteleva ihminen on masentunut. Masennus onkin yksi tärkeä itsemurhaan ajava tekijä. Vaikea sairaus on myös yleensä syynä itsemurhaan ja itsemurhan lisäksi tällaisiin tapauksiin voi myös liittyä eutanasia.

Itsemurhatapoja

Itsemurha voidaan tehdä kahdella tavalla joko tekemällä joku kuoleman aiheuttava teko (esim. ranteiden auki viiltely, hukuttautuminen, lääkkeiden yliannostus, alkoholimyrkytys) tai sitten jättämällä tekemättä jotain mikä normaalisti pitäisi meidät elossa (esim. itsensä nälkään näännyttäminen). Tavallisimpia tapoja toteuttaa itsemurha ovat hirttäytyminen, ampuminen ja lääkkeiden yliannostus.

Itsemurhan ikäjakaumat

Maailman terveysjärjestö WHO kertoo, että itsemurhaluvut ovat aina olleet suurimmat keski-ikäisillä ja etenkin miehillä. Nyt viimeaikoina myös nuorten itsemurhaluvuissa on tapahtunut rajua nousua. Kuolinsyynä itsemurhat muodostavat noin 15 % poikien ja tyttöjen kuolemantapauksista.

<http://yrttis.pyhajoki.fi/~miluoto/sosia.htm>

<http://jnor.joensuu.fi/virtuaalipsykologia/itsemurha.htm>

<http://www.befrienders.org/suicide/statistics.htm>

"Remember kids! It's not across the street.. it's down the road!"