

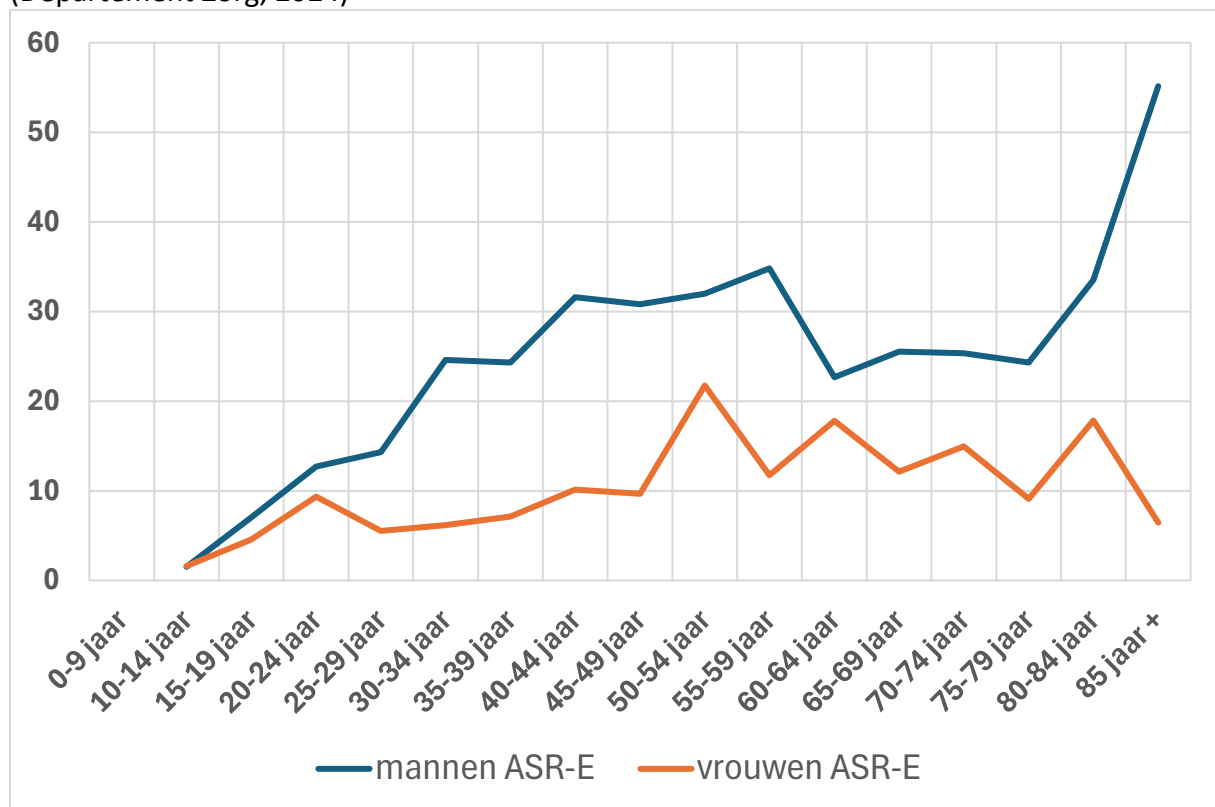
Samenvatting cijfers 2022

Suïdecijfers Vlaanderen 2022 (Bron: Departement Zorg, 2024)

In 2022 overleden 1.024 personen door zelfdoding. Dit komt neer op 2,8 suïcides per dag. Het aantal suïcides per 100.000 inwoners is 15,4. Het ging hierbij om 706 mannen en 318 vrouwen. 69% van alle suïcides in Vlaanderen betreft mannen.

Als we kijken naar verschillende leeftijdsgroepen (zie onderstaande figuur 1) dan zien we dat vanaf de leeftijd van 15 jaar meer mannen overlijden door suïcide dan vrouwen. Mannen van 40 tot 59 jaar en mannen van 75 jaar en ouder hebben het hoogste aantal suïcides.

Figuur1. Gestandaardiseerde suïdecijfers (ASR-E) per leeftijdsgroep in Vlaanderen, 2022 (Departement Zorg, 2024)



De gezondheidsdoelstelling van het derde Vlaamse Actieplan Suïcidepreventie (2022-2030) streeft naar een daling van 10% in het aantal suïcides in 2030 in vergelijking met het referentiejaar 2020. In vergelijking met 2020 zien we dat de cijfers van 2022 zijn gestegen met 3,7%.

We zien met name dat het aantal suïcides is gestegen bij vrouwen (stijging van 17,8% t.o.v. 2020). Bij mannen was er een daling van 1,3% t.o.v. 2020.

Ten opzichte van 2020 zien we dat er een zorgwekkende stijging was bij jonge vrouwen 15-29 jaar van 26,1%. Daarentegen zien we dat er bij mannen van 15-29 jaar een daling was in het aantal suïcides van 16,1%.

Verder zien we een stijging in het aantal suïcides bij mannen (9,2%) en vrouwen (19,3%) van 45-59 jaar, mannen (12,5%) en vrouwen (34,5 %) van 60-74 jaar en vrouwen van 75 jaar en ouder (24%).

Daarentegen zien we een daling bij zowel mannen (1,7%) als vrouwen (9,7%) van 30-44 jaar en mannen van 75 jaar en ouder (20,5%). Het suïcidecijfer van mannen van 75 jaar en ouder is hoog vergeleken met andere leeftijdsgroepen, dus een daling van 20,5% is een positieve ontwikkeling.

Internationale vergelijking en mogelijke hypothesen (Bron: VLESP, 2024)

Internationale vergelijking suïcide rates

Een grondige internationale vergelijking is moeilijk om te maken gezien de cijfers van WHO en EUROSTAT nog niet up to date zijn (WHO gaat maar tot 2019) of andere leeftijdsgroepen gebruikt (zoals EUROSTAT). Met enkele andere landen kunnen we wel vergelijken.

Zo tonen de suïcidecijfers van 2022 in Nederland ook een toename bij jongeren maar dan bij jonge mannen tussen de 20-29 jaar (rate per 100.000 in 2020 was 10.9 t.o.v. 13.9 in 2022), maar bij jonge vrouwen was er geen duidelijke stijging te merken (rate per 100.000 in 2020 was 6.8 t.o.v. 7.0 in 2022) De suïcide cijfers van 2023 tonen wel algemeen een toename bij jongeren tot 30 jaar. Sinds 2013 zijn deze met 17% gestegen. (Bron: Commissie Actuele Nederlandse Suïcideregistratie (CANS), 2023).

In Engeland stelde men op basis van de suïcidecijfers in 2021 dat de suïcide rate bij jonge vrouwen (< 24jr) al verschillende jaren aan het stijgen was en in 2021 aan het hoogste tempo ooit aan het stijgen was (van 2,5 in 2020 naar 3.6/100.000 in 2021). De cijfers van 2022 toonden echter een daling (van 3.6 tot 3.1/100.000 van 2022 tot 2021) (Bron: Office of National Statistics, ONS, 2023).

In de VS werd in 2022 het hoogste aantal suïcides ooit geregistreerd. De suïcide rate in 2022 nam bij vrouwen 2x meer toe dan bij mannen in vergelijking met 2021. Bij vrouwen betreft het een toename in alle leeftijdsgroepen vanaf 25 jaar (Bron: Centers for Disease Control & Prevention Data (CDC), 2023).

Mogelijke hypothesen toename bij vrouwen

Suïcidaal gedrag moet steeds vanuit de complexiteit van meerdere onderliggende factoren en multicausaliteit begrepen worden. Mogelijke hypothesen ter verklaring van de toename in cijfers bij vrouwen moeten dan ook met de nodige voorzichtigheid gesteld worden.

Globaal kan er gewezen worden naar de maatschappelijke tendensen en veranderingen die in 2022 een rol hebben gespeeld. Algemeen werd reeds van bij het begin van de coronapandemie door suïcide-experten voorspeld dat de pandemie niet meteen op korte termijn voor toename in suïcidecijfers zou zorgen oa omwille van de mogelijke beschermende effecten van sociale cohesie die optreden wanneer een populatie samen door een crisis moet. Dit werd ook bevestigd in de suïcidecijfers internationaal in 2020 en 2021 waarbij op

basis van data van 33 landen kon worden geconcludeerd dat in de meeste landen geen toename in de suïcidecijfers werd gezien (Pirkins et al., 2022).

Indien er negatieve gevolgen van de corona-pandemie zouden optreden, zou dit eerder op langere termijn kunnen zijn. Mogelijks kan de toename in 2022 deels gerelateerd zijn aan de laatste corona-maatregelen in combinatie met de meer lange termijn gevolgen op socio-economisch vlak van de pandemie. Onmiddellijk volgend op de laatste corona-maatregelen brak de oorlog in Oekraïne uit met daaropvolgend de energiecrisis.

Maatschappelijke veranderingen die weinig hoopvolle perspectieven met zich meebrachten en die ook opnieuw op socio-economisch vlak negatieve gevolgen had voor velen.

Experten uit de UK geven aan dat veel mensen worstelen om de kosten van voeding, woning, verwarming, kledij en transport te kunnen dragen. Er wordt hierbij gesproken van “Chaotic and frightening times in which we are bombarded with bad news”.

De vraag waarom dit eerder op vrouwen een negatieve invloed zou hebben, is momenteel moeilijker te beantwoorden.

Algemeen wordt al langer gesteld dat vrouwen meer gevoelig zijn voor suïcidale gedachten en suïcidepogingen omwille van een hogere kwetsbaarheid voor psychopathologie en psychosociale stressoren (Vijayakumar, 2015).

Amerikaanse experts wijzen de toename in suïcidecijfers bij vrouwen aan de COVID-19 pandemie met de daarbij toenemende financiële zorgen en een stortvloed aan zorgverplichtingen die voornamelijk vrouwen moesten opnemen (oa door de verminderde mogelijkheden voor kinderopvang en sluiting van de scholen) terwijl het werk bleef doorgaan. Daarnaast wordt ook verwezen naar het hogere risico bij vrouwen op huiselijk geweld in de context van sociale isolatie en meer thuis zijn met de partner. Tegelijkertijd waren er ook minder mogelijkheden voor sociale ondersteuning en maatschappelijk engagement waar vrouwen meer gebruik van maken.

Ook geven enkele studies aan dat de impact van een sociale crisis zoals COVID-19 prominenter en meer langdurig is bij vrouwen oa door het jobverlies bij vrouwen tijdens COVID-19 en verhoogd huiselijk geweld (Oasaki et al., 21; Dubé et al., 2021).

Mogelijke hypothesen toename bij jongere(n) (vrouwen)

Ook in de meest recente Vlaamse resultaten van de HBSC-studie (2022) werd een toename vastgesteld in de resultaten van 2022 omtrent suïcidale gedachten en zelfbeschadigend gedrag bij zowel jonge meisjes als jongens tov 2018.

Omtrent de toename bij jongeren algemeen en jongere meisjes vrouwen specifiek, kunnen volgende hypothesen als verklaringen worden gesteld:

- Gevolg van de COVID-19 pandemie welke vooral bij jongeren een impact heeft gehad op hun sociale contacten die heel sterk werden verstoord (en het grote belang van contacten met leeftijdsgenoten tijdens adolescentie) en op hun mentale gezondheid.
- Effecten van internet, sociale media en technologische veranderingen waardoor oa meer blootstelling van suïcidaal gedrag van anderen, meer verspreiding van suïcidaal gedrag. Meisjes zouden hierbij gevoeliger zijn voor deze blootstelling en zichzelf meer spiegelen aan het gedrag van leeftijdsgenoten.
- Jongeren en jong-volwassenen hebben met meerdere uitdagingen te maken gehad de voorbije jaren waaronder de pandemie, sociale isolatie, oorlog Oekraïne, financiële zorgen inzake woning (bijna onmogelijk om woning te kopen en huurprijzen zijn extreem duur), klimaatverandering die vooral voor de jongere

generatie lange termijn gevolgen zal hebben,...Veel jongeren zijn eenzaam en sociaal geïsoleerd (oa omwille van de schaamte omtrent financiële problemen)

Enkele kanttekeningen en relevante onderzoeken:

- Belangrijk om te benadrukken dat het momenteel voornamelijk om hypothesen gaat en dat de internationale literatuur vooral benadrukt dat er nood is aan onderzoek om de onderliggende mechanismen voor de toenemende cijfers te verklaren
- Internationale studies omtrent prevalentie van suïcidale gedachten en suïcidaal gedrag bij jongeren zijn niet helemaal éénduidig. Er zijn verschillende studies die wijzen op een toename maar er zijn ook studies die dit niet vinden.

- Een Amerikaanse studie (Xiao et al., 2021) vond een toename in suïcidepogingen bij jongens en een toename in suïcidale gedachten bij meisjes. Ze zien hiervoor volgende mogelijke verklaringen:
 - o Gezien het merendeel van studies naar prevalentie van suïcidaliteit wordt gedaan dmv zelf-rapportage vragenlijsten, is er de mogelijkheid dat de recente generatie jongeren meer open is en meer 'self-disclosure' (zelfonthulling) doet over mentale problemen en suïcidale gedachten en gedrag, doordat het thema meer openlijk en in de media bespreekbaar wordt gemaakt en hierdoor het stigma en taboe is afgenomen
 - o Adolescenten ervaren snelle veranderingen in technologie welke belangrijke gedragsmatige gevolgen heeft (zoals verstoorde slaap, toename obesitas) alsook veranderingen in culturele normen geassocieerd met het discours tav mentale gezondheid. Als voorbeeld geven de auteurs aan dat er meer suïcidegerelateerde lyrics te horen zijn in populaire rap muziek.
 - o De stijgende prevalentie van suïcidegedachten bij meisjes toont de nood aan voor suïcide preventie interventies die gericht zijn naar specifieke risicofactoren voor meisjes, zeker gezien hun hogere kwetsbaarheid voor gepest worden op school en cyberpesten.

- Een recente review en meta-analyse (Madigan et al, 2023) toonde eveneens een toename van aanmeldingen op spoedopnamediensten bij meisjes voor suïcidale gedachten en suïcidepogingen en wijst hierbij op de mogelijks negatieve gevolgen van de COVID-19 pandemie.
 - o De onderzoekers geven ook aan dat meer gender-en leeftijdsspecifieke preventie-en interventiemogelijkheden moeten komen. Strategieën voor adolescente meisjes zouden volgens de onderzoekers meer moeten focussen op risico-inschatting binnen de GGZ en bij aanmelding van suïcidale ideatie en gedrag (= geïndiceerde preventie), terwijl voor adolescente jongens meer moet ingezet worden op universele preventie methodieken (zoals emotieherkenning en uiting van emoties) en op het verlagen van het stigma en taboe op het zoeken van hulp.

- Ook andere studies wijzen naar de gevolgen van de COVID-19 pandemie als belangrijke verklaring voor de toename van suïcidale gedachten en gedrag bij jongeren. Ze zien de redenen voor de toename als multifactorieel waarbij de COVID-19 pandemie en gevolgen vooral een effect heeft gehad op de mentale gezondheid

- van jongeren en een grote verstoring heeft gegeven in hun sociale relaties met leeftijdsgenoten welke zo belangrijk zijn tijdens de adolescentie. (Goto et al., 2022).
- Een studie uit de UK (Hawton et al., 2020) geeft aan dat de toename in suïcidaliteit bij jongeren kan te maken hebben met clustering en de mechanismen die hierachter schuilen. Ze verwijzen hier naar de rol van 'sociale overdracht', voornamelijk (via persoonlijke contacten) via sociale media, waardoor bij jongeren de perceptie dat suïcidaal gedrag wijdverspreid is, toeneemt. Daarnaast kunnen door sociale media kwetsbare jongeren gemakkelijker en sneller in contact komen met jongeren die suïcidaal zijn waardoor er meer blootstelling is aan suïcidale gedachten van anderen. Volgens de onderzoekers kunnen internet en sociale media dus een belangrijke rol spelen in het verspreiden van suïcidaal gedrag.