SYKEHUSET TELEMARK

Selvmordsforebygging - Telemark

Cathrine de Groot

RVTS, 5. november 2025

SYKEHUSET TELEMARK

Bakgrunn

- Regional veileder: Ivaretakelse av pasienter i somatiske enheter etter selvskade og selvmordsforsøk

- Forbedringsarbeid i regi av HSØ hvor Sykehuset Telemark er pilot
- Akuttmottaket i Skien og på Notodden



SYKEHUSET TELEMARK

Tiltakene i regional veileder

Kliniske tiltak

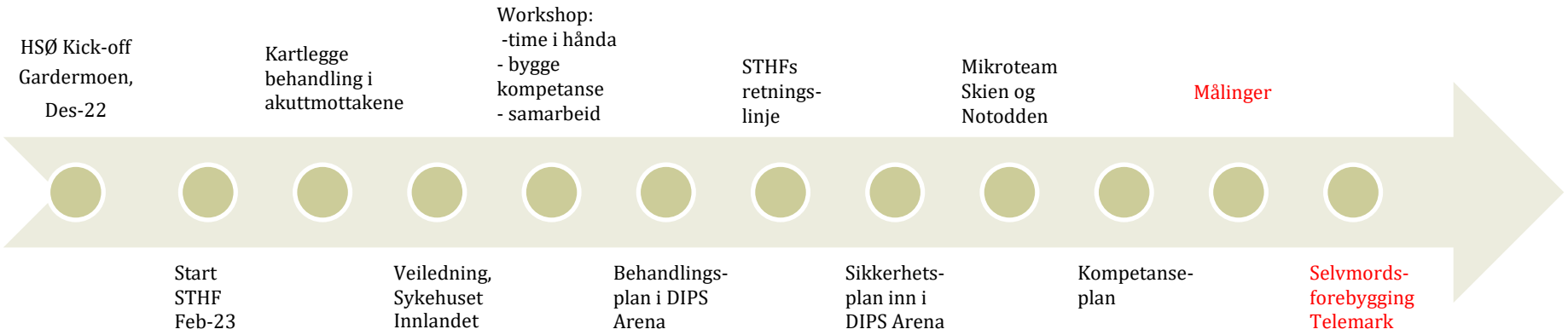
1. Møte med pasienten med omsorg og respekt
2. Vurderingssamtale
3. Samarbeid med pårørende
4. Utarbeide sikkerhetsplan sammen med pasienten
5. "Time i hånda"
6. Tverrfaglig behandling av pasienter med gjentagende, alvorlig selvskade

Organisatoriske tiltak

1. Kode villet egenskade, 6xn
2. Bygge kompetanse
3. Organisering av behandling
4. Organisering av behandlingstilbud ved gjentagende, alvorlig skade
5. Samarbeid

SYKEHUSET TELEMARK

Selvskading og selvmordsforsøk - rutiner ved somatiske akuttmottak



SYKEHUSET TELEMARK

Status, 01.11.2025

- Pasienter med villet egenskade/ selvmordsforsøk- innlagt somatiske døgnseksjoner, HELIKS ID 15268 er revidert i tråd med regional veileder
- Mal for sikkerhetsplan lagt inn i DIPS Arena
- Selvmord inn i kompetanseplan
- Mikroteam er opprettet Skien og på Notodden
- Lommekort selvmordsforebygging er tatt i bruk

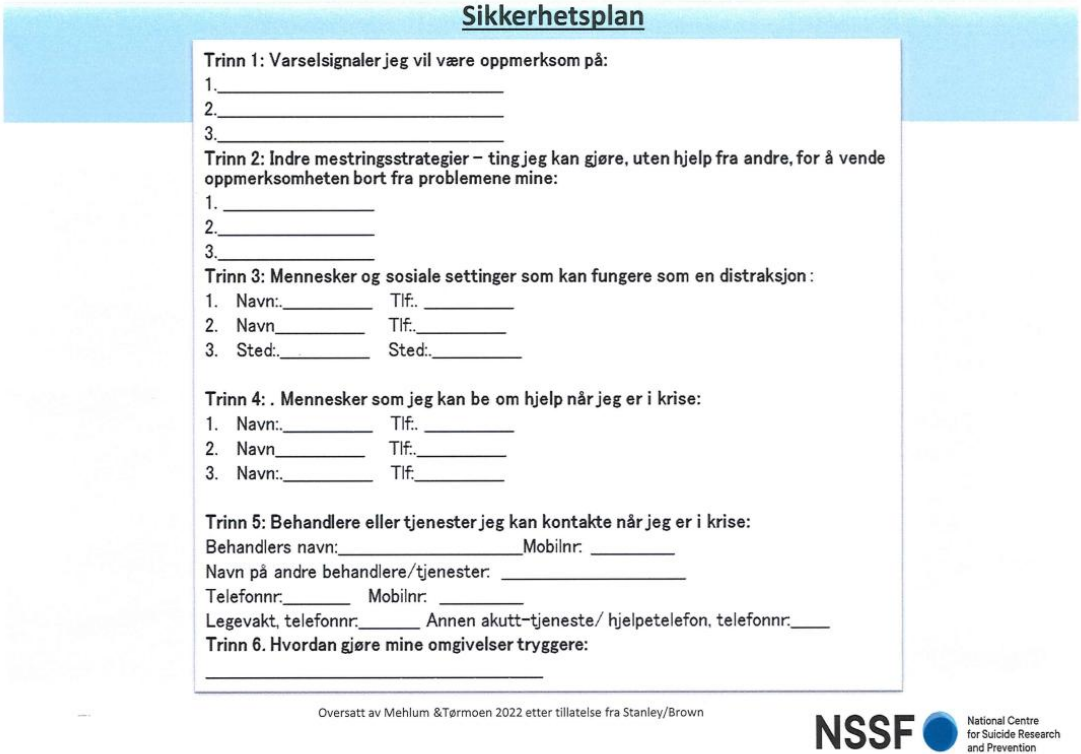
SYKEHUSET TELEMARK

Krav til journalføring - sjekkliste

Vurderingssamtale	Check:
Samtale/samarbeid med pårørende	Check:
Tilbud om time i hånda innen 72 timer	Check:
Koding x6n kode både hoved og bidiagnose	Check:
Dokumentere dersom pasienten ikke ønsker videre oppfølging	Check:

SYKEHUSET TELEMARK

Utarbeide sikkerhetsplan sammen med pasienten



Sikkerhetsplan

Trinn 1: Varselsignaler jeg vil være oppmerksom på:

1._____
2._____
3._____

Trinn 2: Indre mestringsstrategier – ting jeg kan gjøre, uten hjelp fra andre, for å vende oppmerksomheten bort fra problemene mine:

1. _____
2._____
3._____

Trinn 3: Mennesker og sosiale settinger som kan fungere som en distraksjon :

1. Navn:._____ Tlf:. _____
2. Navn_____ Tlf:._____
3. Sted:._____ Sted:._____

Trinn 4: . Mennesker som jeg kan be om hjelp når jeg er i krise:

1. Navn:._____ Tlf:. _____
2. Navn_____ Tlf:._____
3. Navn:._____ Tlf:_____

Trinn 5: Behandlere eller tjenester jeg kan kontakte når jeg er i krise:

Behandlers navn:_____Mobilnr: _____
Navn på andre behandlere/tjenester: _____
Telefonnr:_____ Mobilnr: _____
Legevakt, telefonnr:_____ Annen akutt-tjeneste/ hjelpetelefon, telefonnr:____

Trinn 6. Hvordan gjøre mine omgivelser tryggere:

_____

Oversatt av Mehlum &Tørmoen 2022 etter tillatelse fra Stanley/Brown

NSSF National Centre for Suicide Research and Prevention

SYKEHUSET TELEMARK

Målinger

Samarbeid Helse Sør-Øst, Vestre Viken og Sykehuset Telemark:

- Antall pasienter kodet X6n
- Antall «Time i hånda» innen 72 timer
- Andel pasienter kodet med X6N som er tildelt Time i hånda
- Antall sikkerhetsplaner
- Andel pasienter kodet med X6N som har sikkerhetsplan

SYKEHUSET TELEMARK

Veien videre – Selvmordsforebygging Telemark

Samhandlingsmidler tildelt våren 2025

Delmål:

- Kartlegge pasientflyt fra Sykehuset Telemark HF og Borgestadklinikken til kommunene.
- Etablere forslag til rutiner og praktiske løsninger for oppfølging av pasienter med suicidalitet i hver kommune. Pilotere dette i Porsgrunn og Vinje.
- Innhente og foreslå en felles strategi for selvmordsforebygging i Telemark.
- Bistå med kompetanseheving for kommuner og spesialisthelsetjenester i Telemark, primært ved å arrangere en fagdag sammen med helsefellesskapet.
- Etablere tett kontakt med brukerorganisasjoner i Telemark. Gjennomføre nettverksmøter og høringsrunder med disse.

Mål ved endt søknadsperiode:

- Rutiner for oppfølging av pasienter er beskrevet og operativt i enkelte kommuner.
- En plan for selvmordsforebygging for Telemark som kan iverksettes fra august 2026.

SYKEHUSET TELEMARK

Tre gode tips…



Involver ansatte som...

- har lyst til å jobbe med selvskading og selvmord
- har forbedringskunnskap
- start i det små