

Medicinsk Nyhed

Undervisning og problemløsningsredskaber til forebyggelse af selvmordsforsøg hos unge

Selvordsforsøg blandt unge er en stigende udfordring. Et nyt randomiseret multicenterstudie fra Pakistan undersøger en kulturtilpasset, kognitiv adfærdsterapeutisk indsats på selvmordsforsøg.

Selvordsforsøg er et stigende problem blandt unge på verdensplan. WHO estimerer, at selvmord er en af de hyppigste dødsårsager blandt unge mellem 15 og 29 år, og at størstedelen af tilfældene sker i lav- og mellemindkomstlande. Unge med selvskade kæmper ofte med psykisk mistrivsel, sociale konflikter og begrænset adgang til behandling. Et nyt studie har undersøgt, om ti sessioners psykoedukation inkl. kognitiv adfærdsterapi og problemløsning har effekt på selvmordsforsøg.

Lektor, overlæge, Britt Reuter Morthorst, Psykiatri, Børne- og Ungdomspsykiatrisk Center, Region Hovedstaden, kommenterer: »Dette er et metodisk stringent RCT af høj kvalitet, som evaluerer en manualiseret, ti-sessioners CBT [cognitive behavioural therapy]- og DBT [dialectical behavioural therapy]-inspireret intervention, som byder på både problemløsningsstrategier og individuel krisehjælp til 684 unge i alderen 12-18 år med nyligt selvmordsforsøg og kontakt til sundhedssektoren. Interventionen testes i fire storbyer i Pakistan med høj grad af både intern og ekstern validitet inkl. kulturel tilpasning og transparens. YCMAP [youth culturally adapted manual assisted problem]-interventionen reducerer signifikant efterfølgende selvmordsforsøg sammenlignet med gruppen med udvidet standardbehandling efter 12 måneder: 1% vs. 4%, $p = 0,007$. Deltagerne i den eksperimentelle arm oplevede større reduktion i stress, håbløshed og selvmordstanker samt forbedret sundhedsrelateret livskvalitet ved hhv. tre og 12 måneder sammenlignet med kontrolgruppen. Dette studies styrker er høj grad af fastholdelse i behandling samt opfølgning og den pilottestede kulturelle tilpasning i både sprog og indhold. Den aktive involvering af patienter og offentligheden i udvikling, tilpasning samt formidling udgør værdifulde og klinisk relevante perspektiver. Hyppig forgiftning med både medicin og pesticider fremhæver vigtigheden af et fortsat fokus på begrænsning af adgangen til toniske metoder. YCMAP-interventionen er et virkelig fint bud på indikeret forebyggelse til unge med selvmordsadfærd, som også vil kunne anvendes ud over lav- og mellemindkomstlande, da den kliniske forankring med certificerede og trænedte terapeuter er overførbart. Tillykke til selvmordstruede unge i Pakistan og medforfatterne«.

[Husain N, Tofique S, Kiran T, et al. Effectiveness of YCMAP \(youth culturally adapted manual assisted problem solving\) intervention in adolescents after self-harm in Pakistan: multicentre, randomised controlled trial. BMJ. 2025;390:e083272. https://doi.org/10.1136/bmj-2024-083272](https://doi.org/10.1136/bmj-2024-083272)

Interessekonflikter ingen



Redigeret af Camilla Dalby Hansen, camilla.dalby.hansen@rsyd.dk