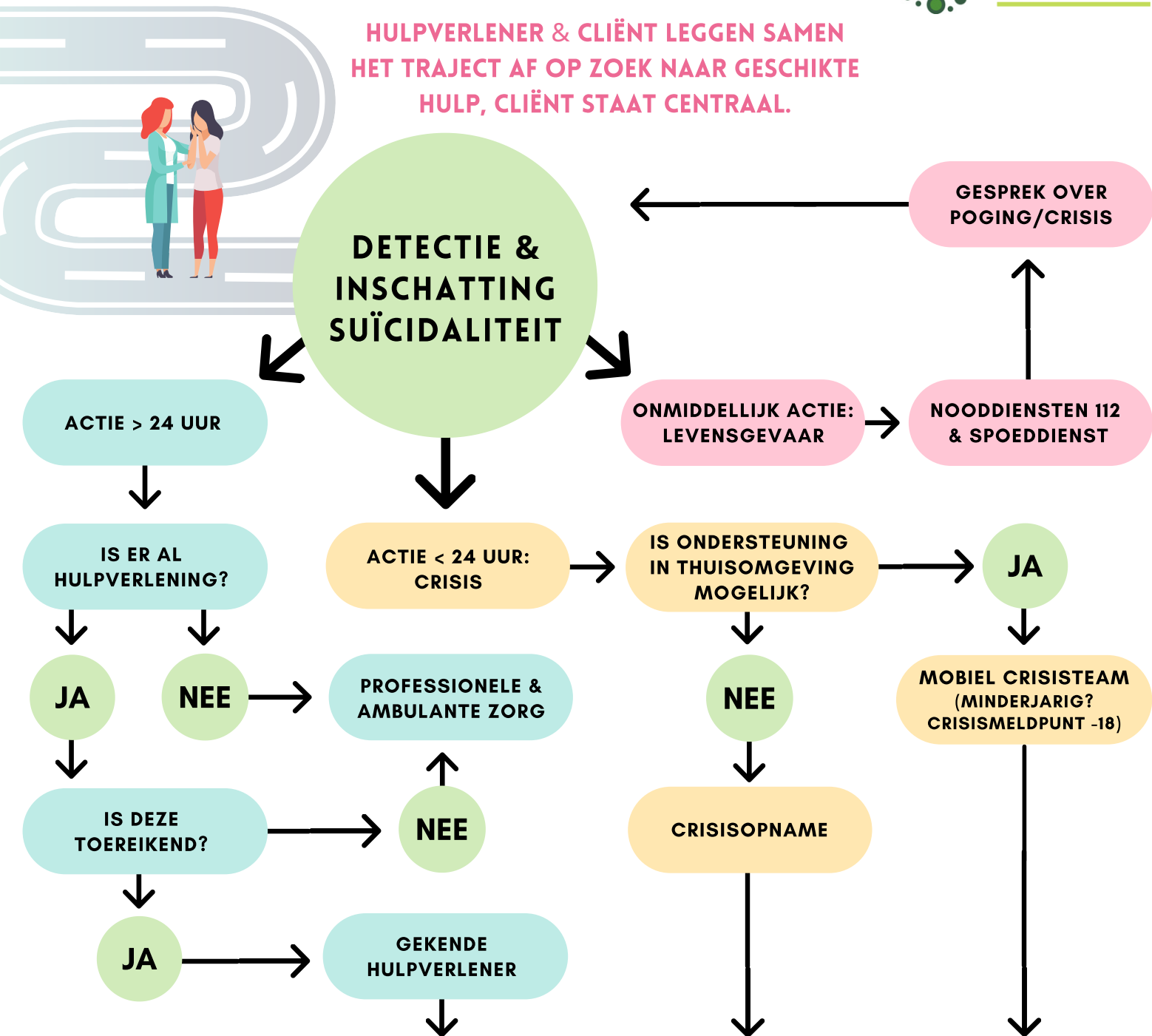


# SUÏCIDEPREVENTIE

## BINNEN HET GGZ-NETWERK DILETTI

HULPVERLENER & CLIËNT LEGGEN SAMEN  
HET TRAJECT AF OP ZOEK NAAR GESCHIKTE  
HULP, CLIËNT STAAT CENTRAAL.



**VERVOLGZORG: MINIMAAL EERSTE LIJN (HUISARTS, CAW, PSYCHOLOOG ...)  
STREEF NAAR GEDEELDE ZORG, CONTINUÏTEIT & BETREK NAASTEN.**

### AANDACHTSPUNTEN

- Bespreek inschatting & doorverwijzing met de cliënt.
- Bevorder veiligheid (veiligheidsplan, crisiskaart).
- Bepaal hulp o.b.v. suïcidaliteit, hulpverleden, noden van cliënt & omgeving.
- Betrek & ondersteun naasten.
- Herhaal inschatting van suïcidaliteit regelmatig.
- Denk aan teamoverleg en zelfzorg.
- Vergeet de informatieoverdracht op scharniermomenten niet.

**MEER INFO & TOOLS VIA [ZELFMOORD1813](#)**



## HANDVATTEN BIJ DETECTIE & AANPAK SUÏCIDALITEIT

### 1. Wees alert voor signalen

Neem deze signalen altijd ernstig (zie ook [www.4voor12.be](http://www.4voor12.be)):

- > verandering in gedrag of uiterlijk,
- > gemoedsschommelingen of hevige emoties,
- > afzondering van de omgeving,
- > uitspraken dat het niet goed gaat.

### 2. Maak contact & durf te vragen: denk je wel eens aan zelfmoord?

Stel je open voor een gesprek. Vraag aan je cliënt hoe het (echt) gaat. Peil naar zelfmoordgedachten: "Denk je wel eens aan de dood?", "Zou je jezelf iets aandoen?", "Hoe zie je de toekomst?", "Heb je wel eens het idee dat het leven niet meer de moeite waard is?" Luister aandachtig naar het verhaal en accepteer en erken de gevoelens en het lijden van je cliënt: "Ik begrijp dat je het erg moeilijk hebt en dat je momenteel geen uitweg meer ziet."

### 3. Schat het risico in & bevorder veiligheid

Verken de suïcidaliteit en schat de risico- en beschermende factoren in aan de hand van voorbeeldvragen (zie onder). Vraag of je cliënt een veiligheidsplan of crisiskaart heeft. Informeer je cliënt over de BackUp app en de online zelfhulp cursus Think Life.

### 4. Betrek naasten

Motiveer de cliënt om omgeving te betrekken bij hulpverlening. Bespreek met naasten of mantelzorgers hoe zij kunnen helpen, welke ondersteuning zij nodig hebben. Creëer, mits toestemming, een steunend netwerk.

### 5. Zet in op zorgcontinuïteit

Ga op zoek naar gepaste hulpverlening in samenspraak met je cliënt, zijn/haar hulpverleners en naasten (zie sociale kaart). Investeer in zorgafstemming, vlotte informatiedoorstroming en vervolgzorg. Wees alert op transfermomenten.

## VOORBEELDVRAGEN BIJ RISICO-INSCHATTING

### Huidige suïcidale intentie

- Wat is de frequentie en intensiteit van de zelfmoordgedachten?
- Heb je al concrete plannen (methode, locatie, tijdstip, middelen)?
- Heb groot is de hopeloosheid of hulpeloosheid die je ervaart?

### Voorspelbare veranderingen

- Onderga je een medische ingreep?
- Is er sprake van een aankomende relatiebreuk of een overlijden?
- Ben je recent begonnen of gestopt met het nemen van bepaalde medicatie?
- Ga je binnenkort verhuizen of van hulpverlener veranderen?

### Beschikbare hulpbronnen

- Welke zaken hebben je in het verleden geholpen om tot rust te komen?
- Welke activiteiten, hobby's ... zouden je nu kunnen helpen?
- Bij wie in de omgeving kan je terecht?
- Wat weerhoudt je om de stap te zetten?

### Risicofactoren

- Zijn er problemen in je omgeving?
- Heb je al eerder een poging gedaan?
- Heb je een psychiatrische problematiek of gebruik je middelen?
- Maakte je een negatieve gebeurtenis mee?
- Waren er recent meldingen van een zelfmoord in de media of in je omgeving?

# SUÏCIDEPREVENTIE

## SOCIALE KAART BIJ SUÏCIDE



### NIET ACUUT: ACTIE > 24 UUR

#### EERSTE PROFESSIONELE OPVANG

Gekende hulpverlener  
Huisarts, CAW, GBO, WGC  
Klinisch (eerstelijns)psychologen

#### AMBULANTE GGZ

CGG VBO, CGG PassAnt  
Psychiaters, klinisch psychologen: VVKP, lokale kringen

#### PSYCHIATRISCH CONSULT / ADVIES INDICATIESTELLING

Vrije adviesraadpleging UPC KU Leuven  
Polikliniek Sint-Kamillus Bierbeek  
Supportteam GGZ Leuven-Tienen  
MAR Sint-Annendael Diest

### CRISIS: ACTIE < 24 UUR

#### GGZ-CRISISAANBOD

MCT (mobiel crisisteam): 016 34 26 08  
> MCT Leuven-Aarschot-Diest, MCT Tienen  
Crisismeldpunt -18: 078 050 038  
CrisisInterventieCentrum (CIC) Leuven: 016 34 80 25  
Crisisopname in een PAAZ of psychiatrisch ziekenhuis

### LEVENSGEVAAR: ACTIE = NU

NOODDIENSTEN, SPOEDDIENST: 112

ANTIGIFCENTRUM: 070 245 245

### TELE- EN ONLINE ADVIES & HULPVERLENING

#### ADVIES VOOR HULPVERLENERS

Consultdesk GGZ: 02 425 17 70  
CGG SP (SuicidePreventiewerking) PassAnt: 016 31 99 99  
Advies SuicidePreventie Hulpverleners (ASPHA): 024 24 30 00

Intervisie voor huisartsen UPC KU Leuven:  
> Volwassenen (18-65 jaar): 016 34 87 28  
> Ouderen (+65 jaar): 016 34 80 05  
> Kinderen & jongeren (-18 jaar): 016 34 38 21

#### TELE- EN ONLINE HULPVERLENING

Zelfmoordlijn: 1813  
Tele-onthaal: 106

#### ZELFHULPTOOLS

Think Life: zelfhulp cursus  
BackUp: app bij suïcidegedachten  
Safety Plan: veiligheidsplan bij crisis  
On Track Again: app voor jongeren na poging

**RAADPLEEG HET VOLLEDIGE OVERZICHT  
VAN BESCHIKBARE HULP IN DE REGIO  
VIA WWW.PSYCHEWIJZER.BE**

