Автор: *В. Кохановская, заведующий отделением общественного здоровья, ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»*

Самоубийство — это серьезная проблема общественного здравоохранения, которая имеет далеко идущие социальные, эмоциональные и экономические последствия. Согласно оценкам, в настоящее время в мире ежегодно совершается более 700 000 самоубийств.

Откуда берет начало эта печальная тенденция?

Основные факторы риска суицида, это:

- одиночество (оно усиливает отчаяние и безнадёжность),
- социальное неблагополучие,
- нарушенные семейные отношения,
- пожилой возраст,
- депрессия, зависимость от алкоголя и наркотиков,
- а также тяжёлые соматические заболевания.

Попытка к суициду — это призыв к диалогу, это крик о помощи. Когда человек не может достучаться не только до окружающих, но и до близких людей, а самостоятельно он просто не видит выхода из сложившейся ситуации, он решается на отчаянный поступок, чтобы раз и навсегда покончить с давящей на него проблемой. При всех сложностях жизненных ситуаций выход из них всегда есть, надо только помнить и знать, что со временем проходит даже самая, казалось бы, нестерпимая боль и обида.

Не оставайтесь равнодушны к близкому вам человеку: супругу, ребенку, другу. Остановитесь и прислушайтесь к его словам, присмотритесь к его поведению, и прислушайтесь к себе, возможно именно в этот момент с ним что-то происходит и его душа кричит, взывая о помощи и вы, именно тот, кто способен вернуть его к жизни объявляя своим присутствием поддержку, в которой он так нуждается!

В рамках проведения Всемирного дня предотвращения самоубийств **8 сентября будут работать «прямые» телефонные линии.**
На Ваши вопросы ответят:

• **с 10:00 до 12:00 по телефону 9-13-55** – врач-педиатр Центра, дружественного подросткам «Гармония» Хорошко Алла Владимировна;

• **с 12:00 до 14:00 по телефону 9-13-55** – психолог Центра, дружественного подросткам «Гармония» Грачева Мария Николаевна.