



# «Самоубийственный» рейтинг

Загнанные в угол проблемами, мы начинаем искать «жилетку»

**ДВЕ НЕДЕЛИ НАЗАД** в Верхнем Уфалее 62-летняя женщина покончила жизнь самоубийством. Ушла из жизни страшно – подожгла себя.

## Любовь виновата?

На днях сотрудники нашей редакции были невольными свидетелями суицида – из окна соседнего дома выбросился пожилой мужчина. Таким или подобным образом ежегодно сводят счеты с жизнью более 55 тысяч россиян. Это вдвое больше, чем разбившихся в автокатастрофах: более 30 тысяч. Хотя президент в неоднократных выступлениях заявлял, что такое количество «дорожных» смертей является серьезной угрозой демографической безопасности страны. Но покинувших этот мир по доброй воле много больше, чем в связи с насильственной смертью. Если бы не самоубийства, разрыв между смертностью и рождаемостью был бы меньше почти на десять процентов.

По горькой иронии судьбы в сентябре, когда Всемирная организация здравоохранения отмечает Всемирный день предотвращения самоубийств, свели счеты с жизнью и пенсионерка из Уфалея, и магнитогорский старик. У последней черты оказались и трое молодых людей, суицидальная попытка которых, слава богу, закончилась неудачно.

– Мы повздорили с женой, я признаюсь, выпил три литра пива и полбутылки водки, – говорит Александр. – Что было дальше – не помню. Очнулся в машине скорой помощи. С женой часто ссорился по поводу того, как наводить в доме порядок. Я стремлюсь все разложить по полочкам, она не такая щепетильная.

По правде сказать, дело вовсе не в разных способах наведения порядка, медики докопались до основной причины внутреннего разлада: Александр страдал, чувствуя, что начальство на работе относится к нему несправедливо. Трудно переносил не столько физические нагрузки, сколько психологическое давление. По выражению медиков, длительное пребывание в состоянии психоэмоционального перенапряже-

ния едва не привело его к трагедии. И спиртное стало катализатором.

– Я еще в реанимации пожалел о своем поступке, раскаялся не единожды – ведь у меня двое детей, – продолжает Александр.

Он выбрал самый распространенный способ самоубийства среди мужчин – веревку. Согласно статистике, его применяют более 80 процентов самоубийц, а среди мужчин до 19 лет – до 90 процентов. Веревку мыли и самый младший из троих неудавшихся самоубийц – 20-летний Антон. У того типичная для его юношеских лет трагедия – несчастная любовь. Красивый парень романтической внешности, спортсмен, который забросил занятия, мечту о чемпионском титуле ради любимой. Девушка жертву не оценила. Три года она держала Антона на коротком поводке: подарки благосклонно принимала, говорила, что любит, но жить вместе не хотела и в конце концов, укатила в Питер, наврав с три короба. На следующую после ее отъезда ночь Антон решил на самоубийство. Материнское сердце почувствовало беду. Глухой ночью зашла женщина в ванную...

Попытка суицида и жестокость девушки, которая до сих пор не навестила Антона, от любви его пока не излечили. С помощью врачей и родителей Антон медленно выздоравливает. С парнем подолгу разговаривает отец, рассказывает, как в свое время тяжело переживал разрыв с женой. Он сводил сына в мечеть, тот поговорил с муллой, помолился и запомнил слова родителя о корысти слабого пола.

Врачи-психиатры объяснили Антону: для его пассивности он вроде запасного аэродрома. Она ищет богатого, держа парня «про запас».

– А если она позовет, простишь и пойдешь? – спрашиваю я Антона. Он кивает головой: «Да». Заведующая отделением ГУЗ ОПНБ № 5 Марина Потапова отрезвляет:

– Все лелеешь надежды, а жизнь-то мимо идет!

– Сейчас это надо пережить, и жить дальше, – вдруг здраво заключает Антон.

Ему бы в студенческую среду, в молодежную кучу малу, которая

много быстрее избавила бы его от сердечных мук и вздохов. Он и стремился, но по математике получил двойку, и его не приняли даже на коммерческую форму обучения...

Третий в компании самоубийц – Виктор. Он выбрал третий по популярности способ самоубийства – падение с высоты: хотел выброститься с восьмого этажа. Все та же статистика подсчитала, что женщины в три раза чаще используют высоты для сведения счетов с жизнью.

Два года Виктор жил в состоянии психоэмоционального перенапряжения, которое ему устраивала супруга. После десяти лет брака и рождения двоих детей вдруг заявила, что разлюбил.

– Приду с работы, а она с подругами на кухне пьет. И разговаривал с ней, и бил, наконец, решили развестись. В суде принимают документы по средам. Как наступает это день недели, она обязательно причину найдет, чтобы не пойти.

Виктор согласился, что сам был не готов развестись. Он платит по кредитным займам, и алименты, по его словам, не потянул бы. Странный развод. Неужели броситься с высоты легче, чем уйти от алкоголички? Детей, если мать злоупотребляет, обычно оставляют отцу. Наконец выяснили, что в душе его еще тлеет чувство к непутевой супруге.

Два года он метался, не зная, что делать в безвыходной, по его мнению, ситуации. И нашел-таки «выход» из западни – на балконе многоэтажки.

– Думаю, докурю последнюю сигарету и... На мое счастье сосед из лифта вышел. Посмотрел на меня и все понял. Заговорил. Потом теща вышла и сразу же скорую вызвала.

## Впереди планеты

С начала 90-х годов Россия вышла на одно из первых мест в мире по частоте завершённых самоубийств. В 1990 году было зафиксировано 27 случаев на 100 тысяч населения, через четыре года эта цифра возросла до 42 человек. В 2008 году

показатель снизился до 27, тем не менее он в 1,7 раза превышает среднюю частоту суицидов в мире – 16 случаев на 100 тысяч, и в 1,4 раза критический уровень, определенный ВОЗ – 20 на 100 тысяч.

По словам главного врача ГУЗ ОПНБ № 5 Александра Беликова, в Магнитогорске пик суицидов приходился на 1992, 1999 годы. Черный рекорд был побит в 2009 – 43,7 случая на 100 тысяч населения.

Критическая ситуация требует немедленного принятия мер на государственном уровне. Несколько лет назад Россия была третьей в «самоубийственном» рейтинге, впереди пятнадцать лет подряд были Литва и Венгрия. Но после принятия этими странами антисуицидальной про-

## Святость и великую ценность жизни надо внушать с детства

граммы Россия в печальном соревновании вырвалась вперед. Пять лет назад газеты писали, что в стране запускается программа развития психологической помощи населению с бюджетом в 7,5 млрд. рублей на пять лет, однако до сих пор эти обещания остаются на бумаге.

После пика самоубийств, который в Магнитогорске пришелся на 2008–2009 годы, была разработана локальная антисуицидальная программа.

– Наша больница совместно с городским управлением здравоохранения выступила застрельщиком реабилитационной программы, – рассказывает Александр Беликов. – Помимо медикаментозной терапии пациенты проходят обязательные коррекционные занятия с психологом, которые предотвращают повторные попытки. В 2009 году произошло 567 попыток суицида, подчеркну, это число незавершенных самоубийств. У нас пролечились лишь 262 человека. Хотя есть научные данные: если пациент не проходит реабилитационную программу, то в 37 процентах случаев он совершает вторую попытку.

Марина Потапова считает, что коллеги-медики помогли бы свести к минимуму повторные попытки суицидов:

– Первоначально такие пациенты поступают в «соматику» – травматологию, хирургию – с поломанными конечностями, разбитой головой. Но, залечив их телесные раны, вра-

чи редко заботятся об излечении душевных: выписывают «суицидных» пациентов домой. Как-то консультировала человека, который нанес себе ножовое ранение. Едва его откачали, как он стал убеждать: у него все хорошо. Дошел до суицида и все хорохорится! Когда по настоянию врачей подобные ему все же проходят реабилитационный курс, излечивают душу, то на повторный суицид они уже не пойдут.

В процессе лечения устанавливают, о каких проблемах идет речь: человек болен или не может справиться с проблемами социального значения. Выявляют, не сыграл ли большую роль генетический фактор: не было ли в роду предков-самоубийц.

## Лечить душу

Потенциальные самоубийцы чаще всего страдают депрессией, и даже незначительное эмоциональное расстройство может привести к роковому поступку. В этой группе риска и невротические личности, и злоупотребляющие – алкоголем, курением, играми, религиозными верованиями. Не редко счеты с жизнью сводят трудоголики. Основная причина самоубийств – одиночество. Если попытаться нарисовать типичный образ самоубийцы, то это мужчина 45 лет с брючным ремнем на шее. Безработный, женатый, пьющий.

Мало того, что об антисуицидальной программе даже не заикаются, урезают даже те крохи, которые идут на содержание профильных медицинских учреждений. По словам Александра Беликова, за последние пять лет финансирование снизилось на 46 процентов. «Лечение это трудозатратное, с ориентацией на алкогольную зависимость. Мы пытаемся закупать оборудование, поддерживать учреждение в рабочем состоянии за счет внебюджетных средств».

С одной стороны, государство не торопится принимать реабилитационную программу, с другой, народ не рвется к психиатрам и психологам. Хотя наши знаковые Александр и Виктор признались: они не знали, где найти профессионального врача-терапевта душ. Скорее всего, не стремились узнать. Антон был на приеме в каком-то центре, но остался недоволен: лежишь и слушаешь музыку. Его попытка суицида – подтверждение непрофессионализма лечения.

Загнанные в угол проблемами, мы начинаем искать «жилетку»: женщины выплескивают горе близким подругам, мужчины топчут беды в рюмке или тайком мылят веревку, стойко отказываясь от помощи профессионалов. Можно найти спасение в Боге, однако почти вековой атеизм искоренил веру: и в церковь не идем, и психиатра не признаем.

Снизить количество самоубийств можно и без госпрограммы и огромных денежных вложений. Например, ввести в штат каждой поликлиники должность врача-суицидолога, увеличить число телефонов доверия. В психоневрологической больнице такой есть, и профессионалы круглосуточно оказывают помощь: 30-30-55.

Есть совершенно бесплатный способ решить проблему. Завотделением Марина Потапова считает, что побороть депрессию помогает хобби. Александр вспомнил про своих пчел. Виктор – хоккей, не играть, а болеть. Антон вел спортивную секцию для малышей. Отказался от любимого дела – и завладела им любовная хандра. А еще надо внушать детям святость и великую ценность жизни. Помните сказку про Иванушку? Чтобы забрать у Кощея Марьюшку, он должен был отгадать загадки. На вопрос Бессмертного, что на свете всех дороже, Иван назвал имя любимой. Оказавшись на волосок от смерти, закричал: «Жизнь, дороже всего – жизнь!»

ИРИНА КОРОТКИХ  
КОллаЖ > ОЛГА ГАВРИЛОВА