

Тема суицида долгое время являлась запретной, табуированной обществом, как любая тема, связанная со смертью. Как правило, разговор о ней сопровождался чувствами тревоги, растерянности, напряжения и нежелания её обсуждать.

К сожалению, в нашей стране широкие междисциплинарные исследования в области суицидологии на долгие годы были свёрнуты вскоре после Октябрьской революции. В начале 30-х годов прошлого века был ликвидирован сектор социальных аномалий при Центральном статистическом управлении (ЦСУ). Изучение проблемы самоубийства всецело передали в руки психиатров с настоятельной рекомендацией – рассматривать суицид исключительно в рамках психической патологии. Однако...

«Есть лишь одна по-настоящему серьёзная философская проблема – проблема самоубийства. Решить, стоит или не стоит жизнь того, чтобы её прожить, – значит ответить на фундаментальный вопрос философии. Всё остальное – имеет ли мир три измерения, руководствуется ли разум девятью или двенадцатью категориями – второстепенно».

Альбер Камю

Печальное место в печальном списке

«К этой проблеме нельзя подходить, руководствуясь только познавательным интересом. Изучение и предупреждение самоубийств и покушений на самоубийство нужно рассматривать как нравственный долг учёных, ибо речь идёт не только об отдельных людях или категориях населения, а о духовном здоровье всего общества. Только при совместном деятельном участии медиков и других специалистов из разных отраслей знания можно приблизиться к решению вопроса об искоренении этой формы социальных отклонений», – писала в одной из своих работ заслуженный деятель науки РФ профессор А.Амбрумова, стоявшая у истоков суицидологии в России.

Архангельская область на сегодня занимает 3-е место в Северо-Западном федеральном округе по количеству суицидов. Первое место в этом списке удерживает Ненецкий автономный округ.

О том, можно ли изменить эту печальную статистику, мы побеседовали с начальником Управления международного сотрудничества Северного государственного медицинского университета, докторантом-исследователем Арктического университета Норвегии Ю.Сумароковым. Юрий Александрович изучает проблему самоубийств коренных народов мира более 10 лет, над темой самоубийств в Ненецком автономном округе работает с 2010 г.

Поскольку 7 муниципальных образований Архангельской области и НАО относятся к Арктической зоне, разговор пойдёт прежде всего об этом северном регионе и народах, его населяющих.

Сегодня Арктика рассматривается как один из наиболее стратегически важных регионов России. В нашей стране на данный момент из малых коренных народов больше половины проживают в Арктике. Манси, нанайцы, ненцы, ханты, чукчи, эвены (10–40 тыс. человек) и «исчезающие» (<1000 человек) алеуты, нганасаны, негидальцы, орочи, орочи, энцы населяют берега Северного и Тихого океанов, от северо-западных (ненцы, саамы) до северо-восточных (чукчи, алеуты) границ РФ. По мнению Юрия Сумарокова, к сожалению, очень мало говорится о ментальных проблемах этих своеобразных этнических групп. Ещё в XVIII веке российские исследователи Крайнего Севера столкнулись с высоким уровнем самоубийств среди коренного населения. Причинами тому были особенности менталитета, верований и мировоззрения народов Севера, сформировавшиеся на фоне суровых климатических условий.

В современных социально-экономических условиях поменялся образ жизни северных народов. Освоение арктической зоны привело к урбанизации среды, расширению социальных контактов и существенному увеличению

алистами при участии врачей, судмедэкспертов – профессионалов, непосредственно проживающих в приполярной зоне.

Среди некоренного населения риск суицидов выше, среди мужчин – жителей села, работающих, имеющих среднее образование, одиноких. В зону наивысшего риска в группе некоренного населения также входят мужчины

нашими купцами, содержащими оленьи стада на острове Колгуев, в конце XIX – начале XX века, – рассказывает Юрий Сумароков. – Именно они ввели на острове «сухой закон», более того, корабли со спиртным, приближающиеся к острову, топили. В результате на Колгуеве сохранялась естественно-культурная среда, отсутствовала алкоголизация населения, была

Министры здравоохранения стран Арктического совета, объединяющего Данию, Исландию, Канаду, Норвегию, Россию, США, Финляндию, Швецию, подписали декларацию, обязывающую «улучшить психическое здоровье, профилактику злоупотребления ПАВ и самоубийств при обмене передовым опытом». Политические, научные и общественные лидеры, представляющие Арктический регион, характеризуют психическое здоровье – особенно самоубийства – как одну из наиболее актуальных проблем общественного здравоохранения, сообщает Арктический совет.

Взойдёт ли солнце?

По словам посла США Дэвида Балтона: «Несмотря на все усилия и значительные расходы наших органов власти, проблема суицида по-прежнему является препятствием для здоровья и развития на Севере».

Совет выступил с инициативой – проектом The Rising Sun («Восходящее солнце»), аббревиатура которого переводится как: «Снижение числа случаев самоубийства в группах коренного населения путём укрепления сетевого взаимодействия». Проект исследует трансграничные усилия по предотвращению самоубийств. Его цель – создание совместного измерительного инструмента, применимого в полярном регионе, который может расширить возможности арктических государств в оценке научно обоснованных мероприятий по борьбе с самоубийствами.

Предстоит поиск путей эффективного взаимодействия с общинами КМНС и создание эффективной программы профилактики СП. Целью скрининга как непременной части программы профилактики СП на социальной и медиатформе становится выявление предрасположенных факторов, локусов личностной уязвимости к ним, защитных (антисуицидальных) факторов, включающих резервы совладания с дистрессом, признаков социально-психологической дезадаптации и клинических групп риска СП для последующей целевой антикризисной работы. Перспективны развитие «Телефона доверия» с бесплатным доступом, онлайн-консультирование, «полевая работа» бригад специалистов с привлечением местных медиков, уважаемых в общине лиц (старейшин) как посредников и экспертов, живых примеров преодоления трудностей в лице обученных добровольцев. Нужны программы для остающихся обычно вне внимания пожилых и близких суицидентов (третичная профилактика СП). При планировании программ важно учитывать потребности и изменчивые (эластичные) нужды взрослых и молодёжи.

Для динамической оценки результатов программы следует привлечь самих «потребителей». Нельзя ожидать существенных изменений без интеграции антикризисных мероприятий в более широкие программы социально-экономического и культурного возрождения региона. Даже привлекательная программа охватит лишь малую часть потенциальных суицидентов, в связи с чем важна первичная профилактика СП, широкая психообразовательная программа для КМНС, обучение врачей общей практики, социальных работников, преподавателей выявлению риска СП и депрессии.

Со смертью каждого человека гибнет Вселенная – неповторимый мир идей, чувствований, переживаний, мир индивидуального, уникального опыта. Очевидно, что общество не может и не должно по отношению к этому оставаться спокойным и безучастным.

Екатерина НЕМАНОВА,
внешт. корр. «МГ».

Архангельск.

Острая тема

Стоит ли жить в этой жизни?..

Такой вопрос не раз задают себе люди в суровых условиях Арктики



Север предъявляет к его жителям особые требования

информационного потока – это предъявляет иные требования к адаптационным механизмам коренных этносов. На данный момент поведение коренных северных народов нельзя назвать адаптивным. Подтверждением тому служат не только высокий уровень суицидов, но и прочие признаки ментального нездоровья этнических популяций, в том числе высокие показатели алкоголизации и смертности от внешних причин (травмы, отравления, несчастные случаи). Вообще ситуация со смертностью у народов Севера – явно усиленное отражение общероссийской.

Изменения среды при неразвитой инфраструктуре пагубно влияют на образ жизни, культуру, физическое и психическое здоровье и благополучие. Слом стереотипа жизни и систем координат ценностей ведёт к значительному увеличению случаев психосоматических, психических расстройств (прежде всего, депрессия и тесно связанное с ней суицидальное поведение) у представителей этнических групп.

В этой связи опасно разрушение «чувства принадлежности» (sense of belonging) как буфера против депрессии, зависимости от психоактивных веществ (ПАВ), суицидального поведения (СП).

По данным лаборатории демографии при институте Общества Макса Планка в Германии, среднестатистический срез по суицидам в циркумполярной зоне за 25 лет показывает, что самый высокий уровень самоубийств – в Ненецком автономном округе, а самый низкий – в Ямало-Ненецком. Казалось бы соседи, но такая разница в показателях. Этот факт объясняется тем, что в Ямало-Ненецком округе происходит постоянная ротация некоренного населения (нефтяники, газовики, работающие вахтами). Более полная картина по завершённым суицидам была составлена архангельскими специ-

высокая производительность труда и, как следствие, наименьшее число самоубийств.

На основе этого примера можно сделать вывод, что без рестриктивных мер бороться с алкоголизмом и суицидальным поведением будет крайне сложно».

Проблема носит глобальный характер, так как высокое число самоубийств среди коренных народов встречается на всех континентах – среди индейцев гуарани в Бразилии, маури в Новой Зеландии и австралийских аборигенов. Именно поэтому специалисты в области суицидологии, врачи общей практики, социальные работники, политики и представители общественных организаций должны объединиться в борьбе с угрозой ментальному здоровью не только отдельно взятой этнической группы, но и всего общества.

«Время исследований данного феномена прошло. В Австралии, например, экспансия учёных вызывает отторжение у коренного населения. Наши специалисты, протягивая руку помощи коренным народам Арктики прежде всего предлагают сотрудничество, а не проведение дополнительных изысканий», – подчёркивает исследователь.

Так, в Архангельской области с 2010 г. реализуется международный российско-норвежский проект по профилактике самоубийств, включивший четыре «пилотных» района (Вельский, Виноградовский, Пинежский и Шенкурский) с относительно высокими уровнями самоубийств. Врачи общей практики, медицинские психологи, психиатры обучены раннему выявлению депрессии, риска суицидального поведения, злоупотребления ПАВ (часто как средства самолечения). В своём районе они обучили медперсонал по принципу «равный обучает равного». Проведены выездные семинары для врачей общей практики в Вельском и Приморском районах. Привлечены и специалисты первичного звена Шенкурского, Устьянского районов. Организованы лекции по диагностике и лечению депрессий для психиатров, неврологов, врачей общей практики. В Ненецком АО проведены выездные семинары с психологами и педагогами по вопросам профилактики суицидов и зависимостей. Реализуется целевая программа «Комплексные меры по профилактике потребления психоактивных веществ и совершенствованию оказания наркологической помощи населению Ненецкого АО на 2012-2016 гг.»

На профилактику алкогольной зависимости и депрессии коренных малочисленных народов Севера (КМНС) нацелена программа «Общественное здравоохранение» под патронатом посольства Франции.

Корабли со спиртным топили...

«Первые попытки в сфере профилактики самоубийств и алкоголизма предпринимались ещё