



ينتشر نحو 15 شخص من
كبار السن يوميًا في الولايات
المتحدة¹

حان وقت المساعدة...

*كانت حالات الانتحار في مقاطعة لوس أنجلوس بين الذكور من كبار السن أكثر بمعدل 4.7 مرات عنها بين النساء من كبار السن في عام ٢٠٠٧

ومن عام 2000 وحتى عام ٢٠٠٦، كانت نسبة انتحار كبار السن ٢٥% من إجمالي حالات الانتحار.

وفي عام ٢٠٠٨، زاد عدد دخول كبار السن إلى المستشفيات بسبب محاولتهم الانتحار بنسبة ٣٢% مقارنة بعام ٢٠٠٠²

"أحد الأسباب الرئيسية للانتحار بين كبار السن هو حالات الاكتئاب الشديد التي لا يتم علاجها غالبًا."

أظهرت الأبحاث أن حالات الاكتئاب قابلة للعلاج حتى بين كبار السن الذين يعانون من أمراض مزمنة تسبب لهم الألم أو الإعاقة الجسدية.

*تعاطي الكحوليات والمخدرات يعد من عوامل الخطر الرئيسية التي تؤدي إلى الانتحار، وهذه الاضطرابات أيضًا قابلة للعلاج³.

المصادر:

1. مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها
2. إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس
3. مبادرة "It Takes a Community" SAMHSA (2008)

عوامل الخطر*

- محاولات انتحار سابقة / وجود تاريخ عائلي من محاولات الانتحار
- الاكتئاب الحاد
- تعاطي الكحوليات أو المخدرات
- المرض الجسدي، أو الألم الذي لا يمكن السيطرة عليه، أو الاضطرابات الوظيفية
- العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة
- موت أحد أفراد الأسرة أو الأقارب مؤخرًا
- تغييرات رئيسية في الأدوار الاجتماعية
- إمكانية الوصول لأسلحة أو معدات مميتة



لا يدخل الاكتئاب كجزء من مبادرة منع الانتحار بسبب الشيوخة

العلامات التحذيرية*

- رغبة الشخص في إنهاء حياته
- التحدث عن الموت
- توديع الأصدقاء وأفراد الأسرة
- التخلي عن الممتلكات الثمينة
- الغضب والهياج الغير مبرر
- حيازة معدات مميتة للغاية
- تزايد تعاطي الكحوليات أو المخدرات
- تغييرات مزاجية دراماتيكية

العوامل الوقائية*

- الدعم الثقافي / الديني
- الدعم الاجتماعي / المجتمعي
- الترابط الأسري
- إمكانية الوصول لخدمات الرعاية الصحية / الصحة العقلية
- منع الوصول للمعدات المميتة

يمكنك مساعدة هؤلاء الأشخاص عن طريق*

- استعداد لسماعهم وأخذهم على محمل الجد
- عدم ترك الشخص بمفرده
- طلب المساعدة من المختصين
- متابعة العلاج
- الاتصال بخدمات الطوارئ خلال الأزمات

منع الانتحار

"يتألف مفهوم منع الانتحار من الحد من عوامل الخطر وتعزيز عوامل الوقاية من أجل تغيير الظروف الكامنة التي تؤدي في النهاية إلى الانتحار..."



* المصدر: المؤسسة الأمريكية لمنع الانتحار

لمزيد من المعلومات والأسئلة حول خدماتنا،
يرجى التواصل مع أحد أفراد فريقنا من إدارة
برامج كبار السن المدرجين أدناه:

PARTNERS IN SUICIDE PREVENTION

Los Angeles County

Department of Mental Health

Older Adult System of Care Bureau

شركاء منع الانتحار

مقاطعة لوس أنجلوس

إدارة الصحة العقلية

مكتب نظام رعاية كبار السن

550 S. Vermont Ave., 6th Floor
Los Angeles, CA 90020

Aileen Montoya

amontoya@dmh.lacounty.gov

(213) 738-2303

Mireya Segura

msegura@dmh.lacounty.gov

(213) 738-2304



Sachi A. Hamai,
Chief Executive Officer
Los Angeles County

Los Angeles County Board of Supervisors

Hilda L. Solis, *First District*

Mark Ridley-Thomas, *Second District*

Sheila Kuehl, *Third District*

Janice Hahn, *Fourth District*

Kathryn Barger, *Fifth District*

Jonathan E. Sherin, M.D., Ph.D., Director

Los Angeles County

Department of Mental Health

550 South Vermont, 12th Floor

Los Angeles, CA 90020

Phone: 213-738-4601

Fax: 213-386-1297



<http://dmh.lacounty.gov>

شركاء منع انتحار كبار السن



في حالات طارئة ولمساعدة فورية، يرجى
الاتصال على الرقم المجاني الذي يعمل على
مدار الساعة طوال الأسبوع:

1-800-854-7771



WELLNESS RECOVERY RESILIENCE

برنامج بتمويل قانون خدمات الصحة العقلية