

# 自殺に関するQ & A

---

**自殺は本当に問題なのですか？ 毎年、どのくらいの人が自殺で亡くなっているのですか？**

毎年、80万人以上の人々が自殺で亡くなっています。これは40秒に1人が自殺で亡くなっているということです。さらに、自殺は、社会、地域、愛する人を自殺で亡くした友人や家族に影響を及ぼすという波及効果があります。したがって、答えはイエスで、自殺は極めて深刻な公衆衛生上の問題です。

**毎年、どのくらいの人が自殺企図をしているのですか？**

成人1人の自殺による死亡には、20人以上の自殺企図があると指摘されています。しかし、自殺死亡および自殺企図率に関して言えば、国、地域、性別、年齢および手段により、企図者に対する死亡者の比、ならびに自殺企図の致死率にはかなりの違いがみられます。

**自殺は予防可能なのですか？**

はい、その通りです。自殺は予防可能であり、効果的な介入が存在します。第一に、自殺企図をする人に対するフォローアップのコンタクトや地域における心理社会的支援とともに、個人レベルでのうつ病やアルコール使用障害の早期発見と治療が自殺予防の鍵となります。同様に、自殺手段へのアクセスを低減すること、メディアによる責任ある自殺の報道を取り入れること、アルコールの有害な使用を低減ためのアルコール政策を導入すること等を目的とした、一般人口レベルでの効果的な介入も重要です。保健医療システムの観点からは、ヘルスケアサービスがその核となる要素として自殺予防を組み込むことが不可欠です。