



FONDATION
Pierre Deniker
POUR LA RECHERCHE & LA PRÉVENTION EN
SANTÉ MENTALE

Suicide et comportement suicidaire

ETAT DES LIEUX

Chaque année en France, 11 000 personnes meurent par suicide et 200 000 personnes commettent une tentative de suicide.

Il s'agit de la deuxième cause de mortalité des 15-44 ans.

Les témoignages de personnes ayant échappé à une issue fatale (suicidants) tout comme les écrits laissés par ceux qui sont décédés (suicidés) convergent :

- L'acte suicidaire est motivé par une douleur psychique insupportable.
- Il est accompli pour échapper à l'intolérable ce qui les distingue radicalement d'un acte de libre arbitre.

FACTEURS DE RISQUES :

Les facteurs de risque de conduite suicidaire, et donc de mort par suicide, sont de plusieurs types :

- Familiaux : antécédent familial de conduite suicidaire ;
- Cliniques : maladie au risque suicidogène connue telles que maladie dépressive, trouble anxieux, addictions, trouble schizophrénique, ou les maladies générant une douleur physique chronique ;
- Contextuels : isolement social ou familial, situation de précarité, conflit avec l'entourage ;
- Individuels : sexe masculin, adolescence, âge de plus de 50 ans.

IDÉES REÇUES :

Les idées reçues qui doivent être combattues :

- Le suicide n'est pas un acte de libre choix : tous les témoignages laissés par les suicidés ou transmis par les suicidants indiquent que ce comportement est mis en œuvre pour échapper à une intolérable souffrance ;
- La conduite suicidaire est un chantage vis-à-vis de l'entourage : tout geste suicidaire est bel et bien un acte auto agressif par lequel la personne se fait de mal à elle-même ;
- On se suicide surtout en ville : faux, c'est en milieu rural que l'on meurt davantage de suicide. A cela plusieurs explications en particulier isolement et non recours à des soins spécialisés.



COMMENT LE COMBATTRE ?

Une prise en charge de la souffrance psychique permet de diminuer les conduites suicidaires.

Au niveau national, il s'agit de mieux informer le grand public et de mener des campagnes de prévention.

La recherche médicale s'oriente vers l'exploration de facteurs biologiques associés au geste suicidaire. En particulier, il a été montré un hypofonctionnement du système sérotoninergique chez certains sujets décédés par suicide, ainsi qu'une hyperactivité de l'axe hypothalamo-pituitaire-surrénalien et une activité excessive du système noradrénergique. Une baisse importante du cholestérol sanguin et une élévation du cortisol ont été observées chez des patients ayant effectué une tentative de suicide, principalement violent. Des études portant sur différents gènes candidats ont mis en évidence des facteurs héréditaires de vulnérabilité au suicide. [Source : Inserm - <https://www.inserm.fr/thematiques/sante-publique/dossiers-d-information/suicide-autopsie-psychologique-et-prevention>]

Pour les personnes présentant un comportement suicidaire, il semblerait que le lithium et certains antidépresseurs de deuxième génération participent à la diminution du risque suicidaire. Cette prise en charge peut être associée à une psychothérapie pour apporter un soutien et diminuer ainsi le risque suicidaire.

Dans les situations de crise aiguës, une hospitalisation temporaire, parfois sans consentement, peut être nécessaire, afin de protéger la personne.

Le médecin généraliste peut orienter vers un spécialiste.

Les Centres Médico-Psychologiques proposent des consultations et des prises en charges.

OÙ S'ADRESSER ?

En cas d'urgence :

Appeler le Samu 15 ou le 112 (numéro européen)

Appeler SOS Médecin

Centre anti poison et de toxicovigilance (CAPTV) : Numéros de téléphone des centres assurant la réponse à l'urgence 24h / 24 :

Angers : 02 41 48 21 21

Nancy : 03 83 32 36 36

Bordeaux : 05 56 96 40 80

Paris : 01 40 05 48 48

Lille : Nouveau numéro vert (gratuit) : 0800 59 59 59

Rennes : 02 99 59 22 22

Lyon : 04 72 11 69 11

Strasbourg : 03 88 37 37 37

Marseille : 04 91 75 25 25

Toulouse : 05 61 77 74 47

**Les dispositifs d'écoute :**

Tous ces services d'écoute sont anonymes :

SOS Amitié

Service d'écoute destiné à accueillir la parole de celles et ceux qui, à un moment de leur vie, traversent une période difficile.

Permanence d'écoute téléphonique 24h/24, 7j/7.

Permanence d'écoute par tchat tous les soirs de 19 h à 23 h ou par mail (réponse sous 48h maximum).

Tél. : 01 42 96 26 26 (Ile-de-France).

Retrouvez les numéros régionaux d'appel sur le site de l'association.

Site Internet : www.sos-amitie.org

Suicide Ecoute

Ecoute des personnes confrontées au suicide.

Permanence d'écoute téléphonique 24h/24, 7j/7.

Tél. : 01 45 39 40 00

Site Internet : www.suicide-ecoute.fr

Fil Santé Jeunes

Ecoute, information et orientation des jeunes dans les domaines de la santé physique, psychologique et sociale.

Ligne d'écoute téléphonique anonyme et gratuite 7j/7, de 8h à minuit.

Tél : 32 24 ou 01 44 93 30 74 (depuis un portable)

Site Internet : www.filsantejeunes.com

Phare Enfants – Parents

Accueil et écoute téléphonique des parents d'enfants suicidés ou d'enfants en situation de mal-être.

Numéro azur : 0810 810 987 (du lundi au vendredi de 9h à 18h).

Service d'écoute par messagerie à l'adresse : vivre@phare.org

Site Internet : www.phare.org

En savoir plus sur <https://www.conduites-suicidaires.com/urgences/#Bv1HZ450HvZEbzsU.99>