

# Klinik for Selvmordsforebyggelse

Har du selvmord eller selvmordsproblematik tæt inde på livet?  
Så søg hjælp, for der findes altid en udvej



REGION SJÆLLAND  
PSYKIATRIEN

*-vi er til for dig*



## Hvem kan gøre brug af Klinik for Selvmordsforebyggelse?

Klinik for Selvmordsforebyggelse er et gratis behandlingstilbud til personer i alderen 18 år og opefter, der er bosiddende i Region Sjælland.

Tilbuddet er rettet mod dig, som har forsøgt selvmord eller har påtrængende tanker om selvmord. Tilbuddet er også rettet til dig, hvis pårørende har begået selvmord eller har påtrængende tanker om selvmord. Du må ikke i forvejen være i behandling i Psykiatrien eller modtage et andet relevant behandlingstilbud, f.eks. privat praktiserende psykiater eller psykolog.

## Behandling i Klinik for Selvmordsforebyggelse

Selvmodstanker og forsøg på selvmord opstår typisk, når man i en periode har haft overvældende problemer uden at kunne finde en løsning på dem, eller i forbindelse med en pludselig opstået hændelse eller krise. Det handler ikke nødvendigvis om, at man ønsker at dø, men kan være et udtryk for et ønske om at slippe ud af en ubærlig situation.

Du kan også have brug for hjælp til at håndtere dine reaktioner på din pårørendes krise eller handling.

I Klinik for Selvmordsforebyggelse kan du få hjælp i form af krisebehandling, støtte og rådgivning til håndtering af enten selvmordstanker, eller til dét at være pårørende til en, der har begået selvmord, har forsøgt selvmord eller har selvmordstanker.

Vi tilbyder et kort samtaleforløb på 1-8 samtaler med psykolog/psykiatrisk sygeplejerske Derudover er der mulighed for kontakt med psykiater, hvis du har brug for det. Behandlingen foregår i Greve, Vordingborg eller Slagelse.

## Kontakt til Klinik for Selvmordsforebyggelse uden henvisning

Hvis du har forsøgt selvmord, har selvmordstanker, eller hvis du er pårørende til en der har, kan du kontakte os direkte på

**Telefon 58 55 90 90**

**Mandag - torsdag:**

Kl. 9 - 12 og kl. 13 - 15

**Fredag:**

Kl. 9 - 12 og kl. 13 - 14.

Når du ringer, vil vores sekretær bede om dit telefonnummer, og snarest herefter vil en af klinikens behandlere ringe tilbage til dig. I vil i fællesskab finde ud af, om du skal tilbydes en tid i Klinik for Selvmordsforebyggelse, hvor du er velkommen til at tage dine pårørende med.

Du kan også komme i behandling hos os ved at blive henvist af din egen læge, en speciallæge i psykiatri, en sygehuslæge eller via Psykiatrisk Akutmodtagelse. Hvis du har brug for hjælp her og nu, kan du kontakte én af disse:

- Egen læge
- Psykiatrisk Akutmodtagelse
- Nærmeste Skadestue

Herfra kan du blive hjulpet videre til Klinik for Selvmordsforebyggelse, hvis lægen vurderer, at det er det rette behandlingstilbud til dig.

Hvis du er ung og har selvmordstanker, kan det også være en idé at vise denne pjece til f.eks. en forælder eller lærer, som kan støtte dig i at få noget hjælp. Det hjælper som regel at tale med nogen, som du har tillid til.

## Akut hjælp ring 1818

Ved behov for akut hjælp kan du kontakte én af de Psykiatriske Akutmodtagelser i Region Sjælland:

### Psykiatrisk Akutmodtagelse Vordingborg

Færggårdsvej 15  
Telefon 1818

### Psykiatrisk Akutmodtagelse Slagelse

Fælledvej 6, Bygning 2, stuen  
Telefon 1818

### Psykiatrisk Akutmodtagelse Roskilde

Smedegade 10-16  
Telefon 1818

## Nyttige links:

Psykiatrien Region Sjælland

[www.regionsjaelland.dk/psykiatrien](http://www.regionsjaelland.dk/psykiatrien)

PsykInfo, Psykiatrisk Informationscenter [www.regionsjaelland.dk/psykinfo](http://www.regionsjaelland.dk/psykinfo)

Livslinien

[www.livslinien.dk](http://www.livslinien.dk)

Telefon 70 201 201

