



Chatta säkert vid suicidrisk

För att kunna hjälpa dig på
bästa sätt skulle jag vilja ringa upp dig,
men bara om det känns ok för dig,
annars fortsätter vi i chatten.

Får jag ringa dig?



Region Örebro län

Börja samtalet eller chatten, vuxen

Fråga om det är okej att ringa upp.
Om nej, fortsätt i chatten.

Ta den tid du behöver!

Du behöver inte stressa för att avsluta ett samtal där suicidrisken bedöms som förhöjd.

Jag märker att det känns hopplöst för dig just nu, och det finns hjälp att få.

Fråga var personen befinner sig.

Ring 112 om det finns misstanke om akut fara för livet.

Direkt hjälp via akutpsykiatri

Informera om att det finns möjlighet att få hjälp via akutpsykiatri. Patienten kan ringa dit eller åka till den psykiatriska akutmottagningen i Örebro.

Avsluta inte chatt eller telefonsamtal med patienten förrän ni har kommit överens om en planering!

Om personen ska åka till psykiatriska akutmottagningen

Ring 019-602 56 00 och informera om att personen kommer in, medan du har kvar patienten i chatt eller telefon.

Om ni pratar i telefon och du inte har två telefoner:

A. ta hjälp av en kollega som kan hjälpa dig att ta kontakt med akutpsykiatri så att du kan stanna kvar med personen i samtalet.

B. berätta att du behöver ringa akutpsykiatri och ringer tillbaka direkt efteråt. Dubbelkolla med personen att du har rätt nummer till hen.

Får du inte tag på personen efter samtalet med akutpsykiatri?

Ring akutsjuksköterska på den vårdcentral där patienten är listad. Be att få tala med aktuläkaren för konsultation.

Telefonnummer hittar du i CMG när du söker på vårdcentralen.

Rådgör med akutläkare om patienten inte svarar!

Hjälp med resan

Kan eller förmår inte patienten själv ta sig till mottagningen?

Boka sjukresa via [Sjukreseportalen](#).

Patienten kan boka själv på [0771-92 00 00](#).

Dokumentera samtalet och den överenskomna planeringen i patientens journal!

Erbjud sjukresa!

Kan någon följa med dig till akut-psykiatri!

Vill inte ha hjälp

Uppmuntra patienten att ta kontakt med anhöriga som hen har förtroende för att få sällskap in till den psykiatriska akutmottagningen.

Vill inte patienten åka till akutpsykiatri?

Boka patienten på akut läkarbesök på vårdcentralen där patienten är listad.

Patienten vägrar hjälp och du bedömer att det finns en stark suicidrisk

Kontakta akutläkare på den vårdcentral där patienten är listad. Denna kan i sin tur kontakta psykiatribakjouren för konsultation och hjälp.

Informera patienten om åtgärden du vidtar och varför.

Dokumentera samtalet och vidtagna åtgärder i patientens journal.

Hur länge har du mått så här?

Har du tankar på att ta ditt liv?

Hitta fler frågor i suicidstegen!

Börja samtalet eller chatten, barn

Fråga om det är okej att ringa upp.
Om nej, fortsätt i chatten.

Jag hör att du har
det riktigt svårt just
nu, jag finns här och
vill lyssna på dig.

Ta den tid du behöver!

Du behöver inte stressa för att avsluta ett
samtal där suicidrisken bedöms som förhöjd.

Fråga var barnet befinner sig och om det finns någon
vuxen i närheten som barnet har förtroende för som
också kan vara ett stöd i på plats.

Ring 112 om det finns misstanke om akut fara för livet.

Ställ frågor om barnet sociala situation och relation till
anhöriga.

Kontakta vårdnadshavare

Informera barnet att du är skyldig att
kontakta vårdnadshavare.

Jag måste
informera

UNDANTAG: Om vårdnadshavaren utgör fara för barnet

Ta kontakt med socialtjänsten! Håll kvar kontakten
med

barnet tills du och handläggare på socialtjänstens
mottagningsgrupp har kommit överens om en
planering.

Kontakta INTE vårdnadshavare är om det medför fara
för barnet, exempelvis om det handlar om hot och
våld. Sekretess och anmälningsskyldighet hanteras
enligt 1177:s rutiner för detta.

Har du någon
gång försökt ta
ditt liv?

Vid chatt be barnet vänta kvar medan du kontaktar den vårdnadshavare.

Om ni pratar i telefon och du inte har två telefoner:

A. ta hjälp av en kollega som kan hjälpa dig att ta kontakt med vårdnadshavare så att du kan stanna kvar med personen i samtalet.

B. berätta att du behöver ringa vårdnadshavare och ringer tillbaka direkt efteråt. Dubbelkolla med patienten att du har rätt nummer till hen.

Får du inte tag på personen efter samtalet med vårdnadshavaren?

Ta kontakt med vårdnadshavaren igen om du inte får tag i barnet igen.

Ring igen och ta även kontakt med BUP

Är läget akut ring 112! Annars kontakta BUP:s akutmottagning i samförstånd med vårdnadshavare för att resonera kring hur ni ska gå vidare i ärendet.

Försök att hålla kvar kontakten med barnet tills du vet att vårdnadshavare eller motsvarande övertar kontakten.

Om barnet ska åka till BUP:s akutmottagning

Informera vårdnadshavaren om att det finns akut hjälp att få via den barnpsykiatriska akutmottagningen i Örebro.

Kommer ni överens om att barnet ska åka, ring 019-602 58 10 och informera om att barnet kommer in.

Vad brukar hjälpa när du mår så här?

Det är ganska vanligt att känna att man inte vill leva, men det behöver inte betyda att man vill dö.

Hur är det för dig?

Vill inte ha hjälp

Om barnet inte vill åka in till akutpsykiatri för bedömning läggs ansvaret i regel över på föräldern.

Akut behov av bedömning av läkare

Kontakta BUP:s akutmottagning! De konsulterar BUP:s bakjour som tar ställning till och kan utfärda polishandreckning.

Om du önskar framföra information och att någon kontaktar barnet/familjen går det bra att ringa BUP:s akutmottagning eller skicka ett meddelande via Lifecare (BUP avdelning 5). Personal därifrån kan då kontakta vårdnadshavare eller, vid undantaget, motsvarande och se till att de får den hjälp de behöver.

Dokumentera samtalet och den överenskomna planeringen i barnets journal.

Informera barnet och vårdnadshavare eller, vid undantaget, motsvarande, om åtgärden du vidtar och varför.

Håll kvar kontakten tills en annan vuxen tar över!

Försök att hålla kvar kontakten med barnet tills du vet att vårdnadshavare eller motsvarande övertar kontakten.

Dokumentera samtalet, åtgärderna och planeringen i barnets journal.

Finns det någon som vet om hur du mår? Vad hindrar dig från att berätta?

Du får inte få kontakt med vårdnadshavare:

1. **Gör flera försök** att få kontakt med vårdnadshavare
2. **Annan viktig vuxen** Fråga om det finns någon annan viktig vuxen som finns barnets närhet som du kan kontakta för att stötta barnet tills du får kontakt med vårdnadshavare.
3. **Socialtjänsten** Om du inte lyckas få kontakt med vårdnadshavare och det inte finns någon trygghetsperson tar du kontakt med socialtjänstens mottagningsgrupp eller motsvarande för att säkerställa att någon tar ansvar för barnet i väntan tills du får kontakt med vårdnadshavare.

Vilka sätt brukar du använda för att distrahera dig när de här svåra tankarna kommer?

Vad eller vem i ditt liv gör dig glad eller mindre ledsen?

Finns det någon i din närhet som du skulle kunna berätta för att du mår dåligt?

Ring 112 om det finns misstanke om akut fara för livet!

I dessa lägen gäller inga krav på samtycke eller sekretess. Situationen är helt jämförbar med hur man agerar om någon får hjärtstopp. Då gäller nödrätt det vill säga rätten att rädda liv enligt Nöd, 24 kap. 4 § brottsbalken (BrB)

Tänk på tonen

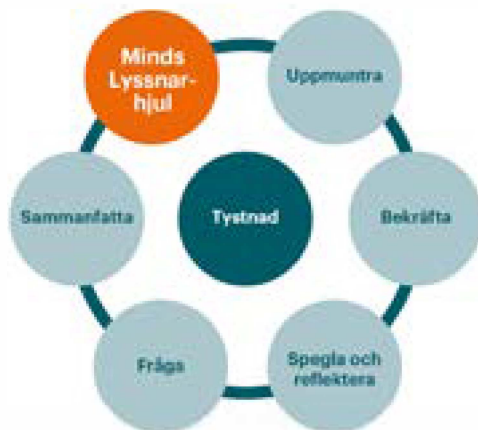
Förmedla empati i samtalet, då värmen ofta går förlorad i skrift.

- Skriv: Jag skulle vilja veta mer, vill du berätta?
- Att skriva Berätta! kan uppfattas som otrevligt eller forcerat när det bara skrivs som ett ord.

Var specifik i de första inledande frågorna och lyssna efter känslan för att få ut så mycket information som möjligt snabbt.

Köp tid genom frågor med ett **nej-orienterande-perspektiv**:

- Vore det en dålig idé att gå ifrån bron och sätta dig på en bänk under tiden vi pratar?



Kontaktuppgifter:

Regionens växel: 019-602 10 00

Psykiatrisk akutmottagning: 019-602 56 00

BUP:s akutmottagning: 019-602 58 10

Region Örebro län november 2025