



SUNDHEDSSTYRELSEN

Monitoreringsrapport 2024

Handlingsplanen for styrket forebyggelse
af selvmord og selvmordshandlinger



20. januar 2026

**Hvis du er i krise eller har selvmordstanker,
er det vigtigt, du taler med nogen.**

Kontakt din egen læge, lægevagten eller
Livslinien, hvis du har brug for hjælp.
Ring 1-1-2, hvis situationen er livstruende.

Indhold

Indledning	3
Overordnede bemærkninger til rapporten fra Rådet for Selvmordsforebyggelse	4
Overordnet målsætning og hovedindikatorer	5
Selvmordsraten	6
Selvmordshandlinger i første uge efter udskrivelse fra psykiatrien	7
Initiativerne i handlingsplanen for styrket forebyggelse af selvmord og selvmordsforsøg	8
Kapacitetsløft af de selvmordsforebyggende klinikker	9
Bedre opfølgning til mennesker i risiko for selvmordshandlinger	10
Styrkelse af Livslinien	11
Praksisnær forskning	12
Udbredelse af peers i den regionale psykiatri	13
Udbredelse af kriseplaner på sundheds- og socialområdet	14

Monitoreringsrapport 2024 - Handlingsplanen for styrket forebyggelse af selvmord og selvmordshandlinger
ISBN: 978-87-7014-692-0 (elektronisk)



Indledning

Selv mord og selvmordsforsøg har store konsekvenser - både for den enkelte, deres pårørende og efterladte.

I april 2024 indgik regeringen en aftale om en handlingsplan for styrket forebyggelse af selvmord og selvmordsforsøg. Med aftalen blev der afsat 65 mio. kr. årligt til seks nye initiativer. Beløbet kom oven i de årlige 7 mio. kr., der allerede var afsat til Livslinien, og de 150 mio. kr. årligt afsat til styrkelse af akutpsykiatrisk hjælp. Handlingsplanen rummer således otte initiativer, som har til hensigt at styrke arbejdet med at forebygge selvmord og selvmordsforsøg¹.

Dette er første monitoreringsrapport om handlingsplanen.

Rapporten følger både initiativerne i handlingsplanen samt det overordnede mål om reduktion af selvmordsraten med 33% fra 2015-2030, som er en del af FN's verdensmål (indikator 3.4.2).

Rapporten belyser situationen forud for implementering af handlingsplanen, idet opgørelserne er fra hele 2024, og midlerne blev udmøntet i løbet af 2024.

Indikatorerne er udvalgt på baggrund af rådgivning fra Rådet for Selvmordsforebyggelse.

Ud over handlingsplanen for selvmordsforebyggelse forventes det samlede løft af psykiatrien i regi af 10-årsplanen for psykiatrien og mental sundhed også at bidrage til at forebygge selvmord og selvmordsforsøg i Danmark.

Vil du vide mere om opgørelserne i monitoreringsrapporten?

Dokumentation fremgår i dokumentationsrapporten: [Dokumentation](#)

Data anvendt i denne rapport kan tilgås her:

<https://sundhedsdatabank.dk/behandling-og-pleje/psykiatri>

¹) Styrkelse af akutpsykiatrisk hjælp, indgår ikke i nærværende rapport, da initiativet ikke er fuldt implementeret på nuværende tidspunkt. På kommende møder i Rådet for Selvmordsforebyggelse afklares monitorering af initiativet.



Overordnede bemærkninger til rapporten fra Rådet for Selvmordsforebyggelse

Forud for implementering af handlingsplanen er Danmark langt fra FN-målet om 33% reduktion i selvmordsraten inden 2030

Danmark er fortsat langt fra målet om 33% reduktion i selvmordsraten, som Danmark forpligtede sig til i 2015. Det understreger vigtigheden af en handlingsplan for styrket forebyggelse af selvmord og selvmordsforsøg, men giver også anledning til bekymring om, hvorvidt målet kan nås inden for tidsrammen.

Flere bør have en opfølgende psykiatrisk kontakt efter indlæggelse i psykiatrien og efter et selvmordsforsøg

Rådet konstaterer med stor alvor og bekymring, at kun 29% af dem, som har været på somatisk hospital efter selvmordsforsøg, og kun 50% af alle, som har været indlagt i psykiatrien, har en opfølgende kontakt med psykiatrien i den første uge efter udskrivelse. Rådet anbefaler, at regionerne har fokus på at implementere initiativet fra handlingsplanen, således at flere får den fornødne kontakt efter selvmordsforsøg og efter indlæggelse på psykiatrisk afdeling.

Danske Regioner bemærker, at regionerne har fokus på at styrke opfølgningen efter udskrivelse fra somatisk eller psykiatrisk afdeling efter selvmordsforsøg. Regionerne vil i det fælles tværregionale psykiatrifaglige forum følge op på dette.

De selvmordsforebyggende klinikker arbejder på at øge kendskabet til klinikkerne

De selvmordsforebyggende klinikker arbejder med at øge kendskabet til klinikkerne i blandt andet akutmodtagelser og almenmedicinske tilbud. Det forventes, at der i starten af 2026 vil være opdaterede oplysninger om klinikkerne på sundhed.dk. Herudover er der igangsat et arbejde med at ensrette tilbuddet nationalt for at lette adgangen - særligt for målgrupper som klinikkerne ikke når i tilstrækkelig grad i dag.

Livslinien har igangsat initiativer for at øge antallet af besvarede opkald og chathenvendelser

Livslinien har allerede i løbet af 2024 igangsat og implementeret initiativer for at øge antallet af besvarede opkald og chathenvendelser. På næste rådsmøde vil det blive drøftet, hvordan man bedre kan hjælpe den lille gruppe af personer, som hyppigt ringer til Livslinien,

Om Rådet for Selvmordsforebyggelse

Som en del af handlingsplanen for styrket forebyggelse af selvmord og selvmordsforsøg nedsatte Sundhedsstyrelsen i december 2024 Rådet for Selvmordsforebyggelse. Rådet har til formål at følge og monitorere implementeringen af handlingsplanen, udbrede viden, sikre samarbejde og synergi, samt at rådgive nationale myndigheder.

Læs mere [her](#)

Vær opmærksom på

Rapporten belyser forholdene forud for implementering af handlingsplanen.

Eftersom rapporten omfatter data fra hele 2024, og midlerne blev udmøntet i løbet af 2024.

Tal på selvmordsforsøg er behæftet med betydelig usikkerhed

Det skyldes registreringspraksis, og at selvmordsforsøg generelt er underregistreret. Med øget fokus på området forventes det, at registreringspraksis vil blive forbedret, hvilket kan føre til en fremtidig stigning i antallet af registreringer af selvmordsforsøg.

Små variationer fra år til år bør tolkes med forsigtighed, da de kan skyldes tilfældige udsving.

Overordnet mål

33%

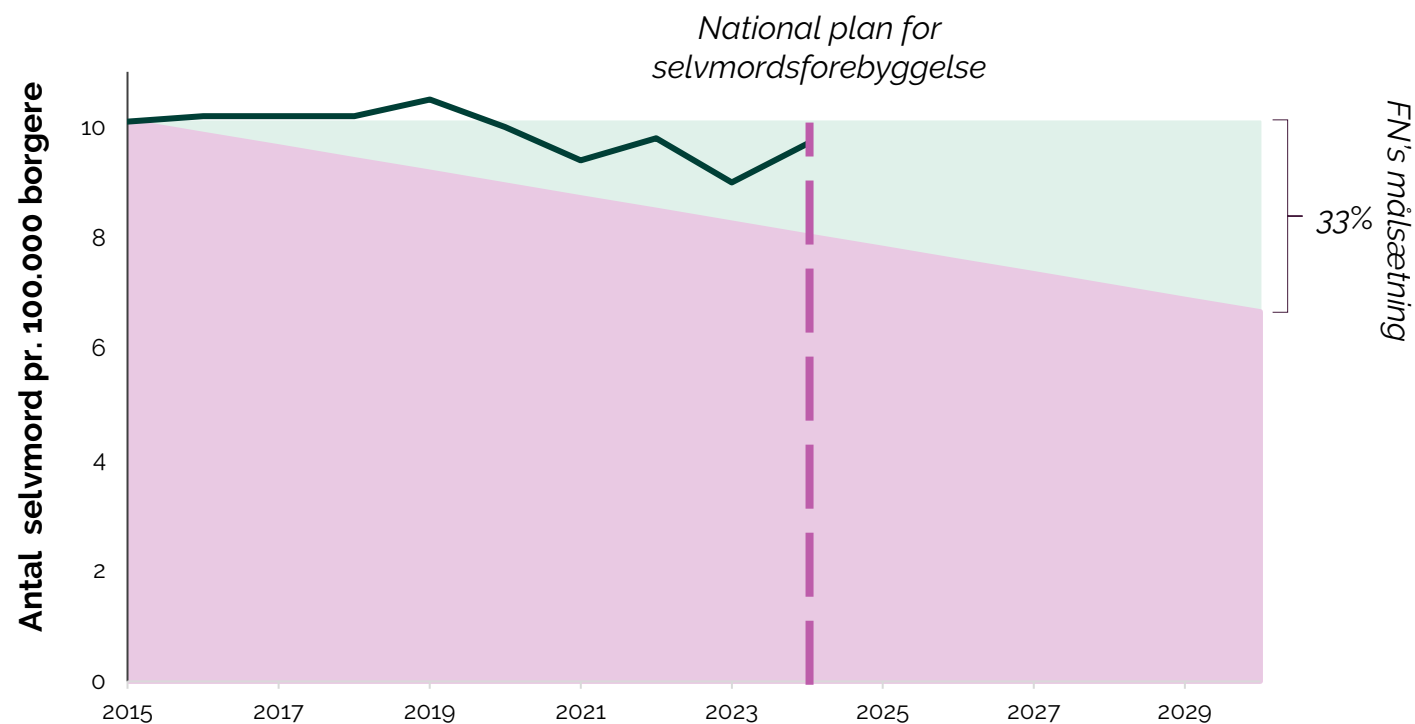
reduktion i selvmordsraten
fra 2015-2030
(FN's verdensmål)

Hovedindikatorer

- Selvmordsforsøg og selvmord i første uge efter udskrivelse fra den regionale psykiatri
- Selvmordsraten

Selvordsraten

Selvord per 100.000 borgere



Siden FN's verdensmål blev præsenteret i 2015, er selvordsraten i Danmark faldet med 4%.

I 2024 døde 580 personer af selvord. Det svarer til 9,7 selvord per 100.000 borgere (selvordsraten).

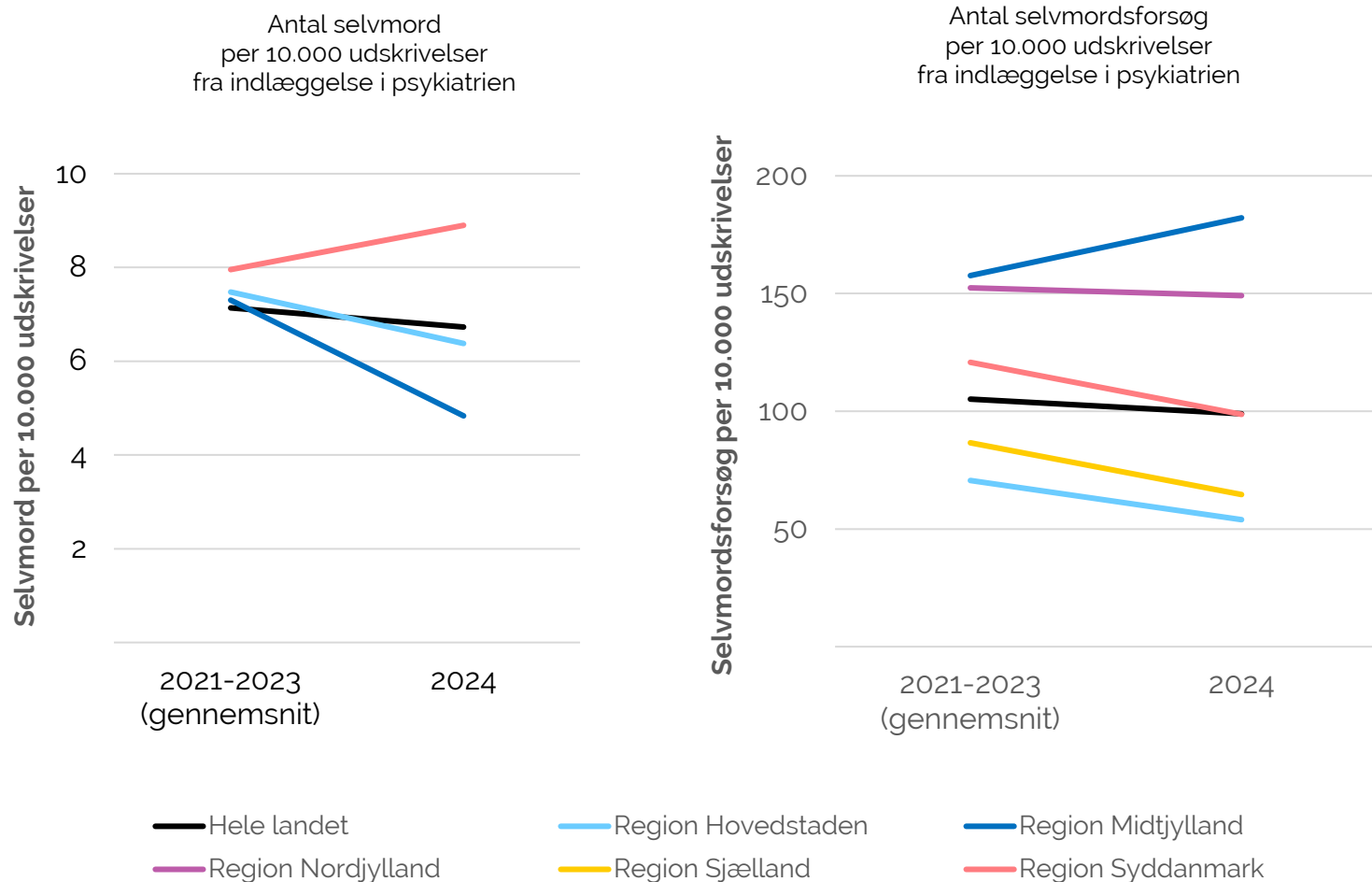
Selvordsraten er markant højere for mænd end for kvinder. I 2024 var selvordsraten 14,2 for mænd og 5,3 for kvinder.

Vær opmærksom på

- Grafen viser selvordsraten forud for implementering af handlingsplanen.
- Selvordsraten beregnes som antallet af selvord i et kalenderår per 100.000 borgere.

Kilde: Dødsårsagsregisteret (pr. 6. maj 2025) og CPR-registeret (pr. 10. marts 2025), Sundhedsdatastyrelsen. Opgørelserne kan tilgås på <https://sundhedsdatabank.dk/behandling-og-pleje/psykiatri>

Selvordshandlinger i første uge efter udskrivelse fra psykiatrien



35 selvmord i første uge efter udskrivelse fra psykiatrien

I 2024 forekom der 35 selvmord i den første uge efter udskrivelse fra indlæggelse i psykiatrien. Det svarer til 6,7 selvmord pr. 10.000 udskrivelser.

I Region Syddanmark ses en stigning i antallet af selvmord i første uge efter udskrivelse, men stigningen (fra 8-8,9) kan skyldes, at der er relativt få hændelser.

529 selvmordsforsøg i første uge efter udskrivelse fra psykiatrien

I 2024 forekom der 529 selvmordsforsøg i den første uge efter udskrivelse fra indlæggelse i psykiatrien. Det svarer til 99 selvmordsforsøg per 10.000 udskrivelser.

Stigningen i Region Midtjylland kan skyldes, at der i 2024 har været øget fokus på registrering af selvmordsforsøg.

Selvordsforsøg efter udskrivelse er hyppigere blandt kvinder end mænd, og i perioden 2021-2023 til 2024 har der været en stigning i selvmordsforsøgsraten i første uge efter udskrivelse blandt kvinder.

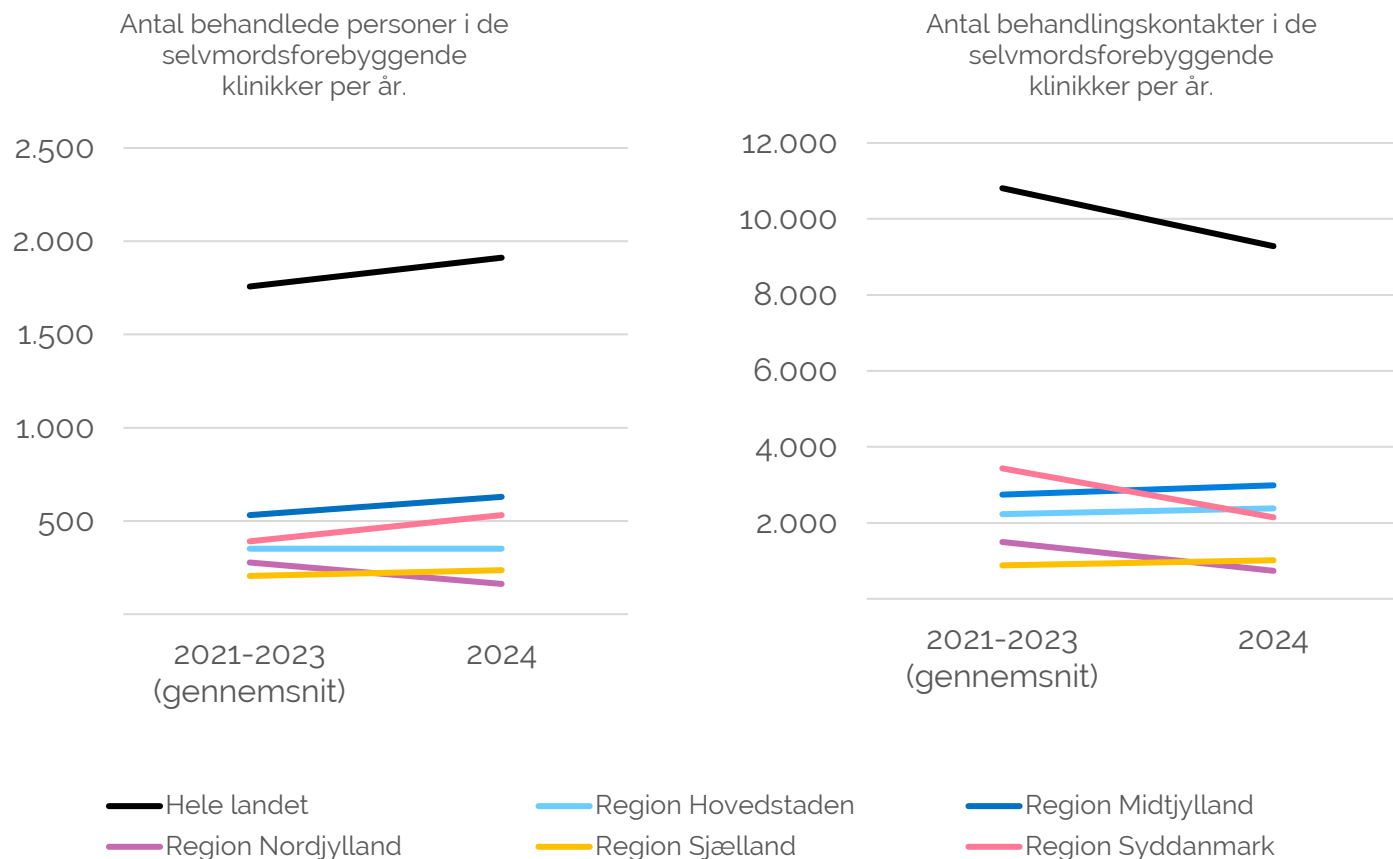
Vær opmærksom på

- Tallene for selvmordsforsøg er behæftet med betydelig usikkerhed. Det skyldes, at opgørelsen kun omfatter selvmordsforsøg, som er blevet registreret med sygehuskontakt, og at selvmordsforsøg kan påvirkes af ændringer i registreringspraksis.
- Grundet få selvmord blandt nyligt udskrevne i Region Nordjylland og Region Sjælland kan tallene ikke vises pga. diskretionshensyn.
- Baseline er baseret på et gennemsnit for perioden 2021-2023.

Kilde: Landspatientregisteret (pr. 10. marts 2025) og Dødsårsagsregisteret (pr. 6. maj 2025), Sundhedsdatastyrelsen. Opgørelserne kan tilgås på <https://sundhedsdatabank.dk/behandling-og-pleje/psykiatri>

Initiativerne i handlingsplanen for styrket forebyggelse af selvmord og selvmordsforsøg

Kapacitetsløft af de selvmordsforebyggende klinikker



Svag stigning i antallet af behandlede personer

I 2024 modtog 1.906 personer behandling i de selvmordsforebyggende klinikker. Der er flere kvinder end mænd, som får behandling i de selvmordsforebyggende klinikker.

Der ses en svag stigning i det samlede antal behandlede personer fra perioden 2021-2023 til 2024. Dog ses der i Region Nordjylland et mindre fald, som skyldes midlertidig lukning grundet personalemangel. I lukningsperioden blev patienter henvist til andre tilbud i psykiatrien. I en periode efter genåbning var antallet af henvisninger lavere end normalt.

Fald i antallet af behandlingskontakter

I 2024 var der 9.278 behandlingskontakter i de selvmordsforebyggende klinikker.

Der ses et fald i det samlede antal behandlingskontakter fra perioden 2021-2023 til 2024. Faldet i Region Syddanmark kan skyldes udfordringer med at få retvisende data. Faldet i Region Nordjylland skyldes personalemangel.

I 2024 havde hver patient i gennemsnit 4,9 behandlingskontakter.

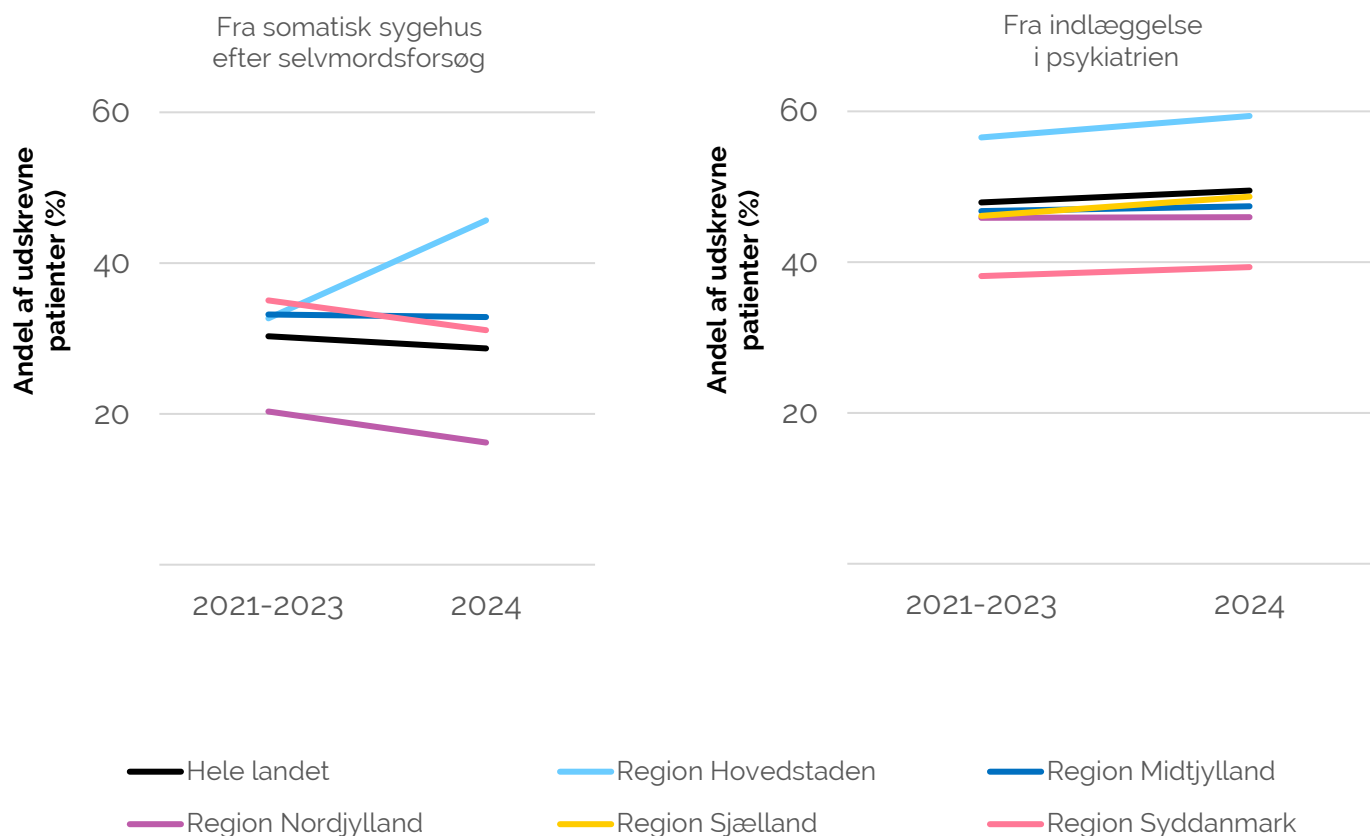
Vær opmærksom på:

- De præsenterede resultater er minimumstal, da enkelte klinikker, ikke er en del af opgørelsen, grundet manglende data, (liste over klinikker kan tilgås i [dokumentationsrapporten](#)).
- Antallet af behandlingskontakter beror på fysiske kontakter, idet virtuelle og ude-kontakter opgøres forskelligt på tværs af regionerne.
- Baseline er baseret på et gennemsnit fra perioden 2021-2023.

Kilde: Landspatientregisteret (pr. 10. marts 2025), Sundhedsdatastyrelsen.
Opgørelserne kan tilgås på <https://sundhedsdatabank.dk/behandling-og-pleje/psykiatri>.

Bedre opfølgning til mennesker i risiko for selvmordshandlinger

Andel af patienter, som har en opfølgende kontakt med psykiatrien i den første uge efter udskrivelse



29% har en opfølgende kontakt med psykiatrien i den første uge efter udskrivelse fra somatisk sygehus pga. selvmordsforsøg

Der ses en stigning i Region Hovedstaden. I Region Hovedstaden havde 45,7% en opfølgende kontakt med psykiatrien i den første uge efter udskrivelse fra somatisk sygehus pga. selvmordsforsøg i 2024.

Flere kvinder end mænd har en opfølgende kontakt med psykiatrien i den første uge efter udskrivelse fra somatisk sygehus pga. selvmordsforsøg.

50% har en opfølgende kontakt med psykiatrien i den første uge efter udskrivelse fra indlæggelse i psykiatrien

Flere kvinder end mænd har en opfølgende kontakt med psykiatrien i første uge efter udskrivelse fra indlæggelse i psykiatrien.

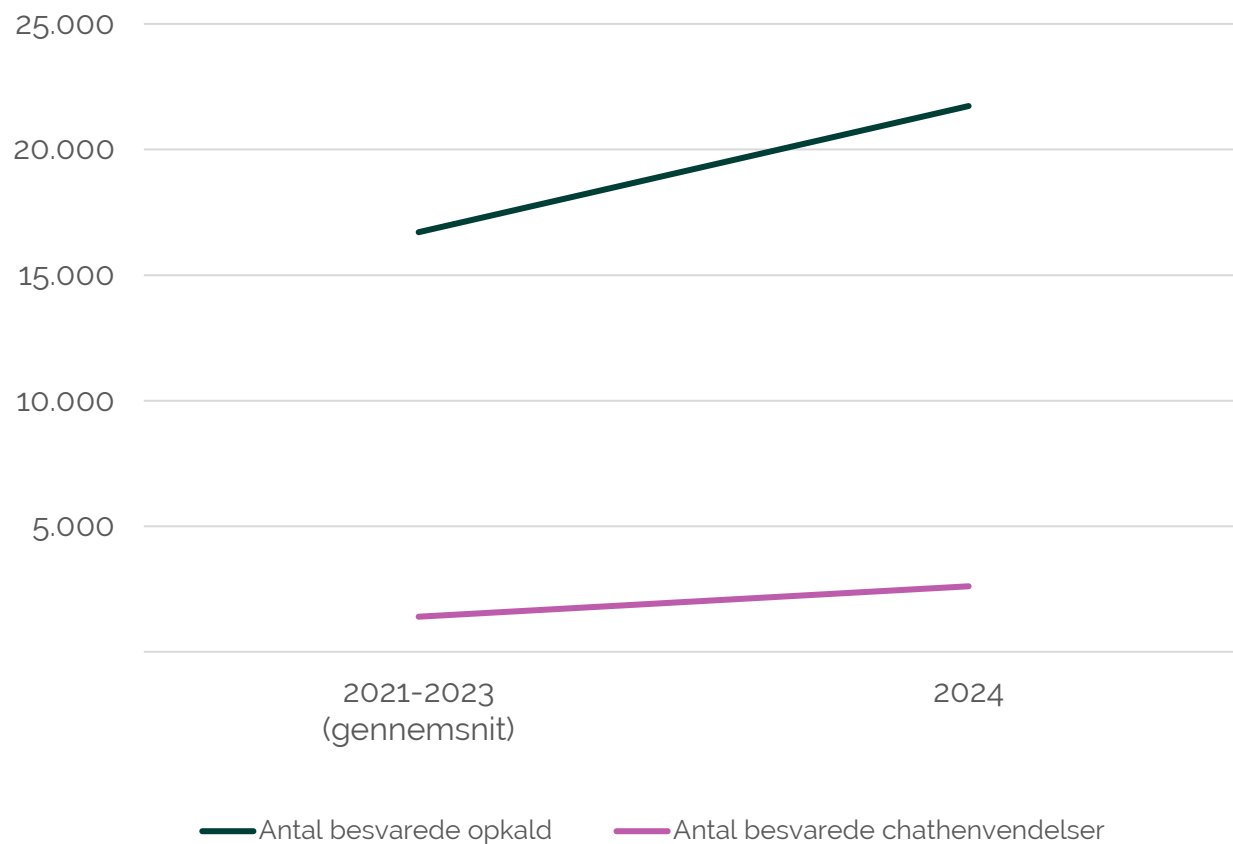
Vær opmærksom på

- Kun selvmordsforsøg, hvor personen er udskrevet fra somatisk sygehus, er inkluderet i denne opgørelse.
- Grundet få hændelser i Region Sjælland er regionen undladt i opgørelsen om opfølgende psykiatrisk kontakt efter selvmordsforsøg.
- Baseline er baseret på den samlede andel for perioden 2021-2023.

Kilde: Landspatientregisteret (pr. 10. marts 2025), Sundhedsdatastyrelsen.
Opgørelserne kan tilgås på <https://sundhedsdatabank.dk/behandling-og-pleje/psykiatri>

Styrkelse af Livslinien

Besvarede opkald og chathenvendelser



Stigning i antal besvarede opkald

Livslinien besvarede 21.728 opkald i 2024. Dette er en stigning på 30% i forhold til tidligere år, hvor i gennemsnit 16.711 opkald blev besvaret. Stigningen i besvarede opkald skyldes primært, at der i 2022 blev åbnet et nyt rådgivningscenter i Aarhus, og at antallet af rådgivere gradvist er blevet forøget siden da.

Stigning i antal chathenvendelser

Livslinien besvarede 2.612 chathenvendelser i 2024.

Kilde: Livsliniens egne optegnelser over opkald og chathenvendelser.

Praksisnær forskning

Præsentation af forskningsresultater fra Dansk Forskningsinstitut for Selvmordsforebyggelse (DRISP)

DRISP's igangværende forskningsprojekter omhandler bl.a. reduktion af selvmordsrisiko efter udskrivelse fra psykiatrien, behandling efter selvmordsforsøg, selvmordsforebyggelse ved tog og anvendelse af kriseplaner i kommunerne.

Halvdelen af dem, som dør af selvmord, har aldrig modtaget behandling i psykiatrien

Analysen af registerdata viser, at kun 49% af dem, som dør af selvmord, har modtaget behandling i psykiatrien. Mennesker, der er i en så dyb krise, at de dør af selvmord, vil ofte have haft behov for faglig og kompetent hjælp forud for deres død.

Sammenlignet med baggrundsbefolkningen er persongrupper med følgende karakteristika mindre tilbøjelige til at søge hjælp i psykiatrien:

- Mænd
- Ældre
- Aleneboende
- Arbejdsledige
- Tidligere fængslede
- Tidligere selvmordsforsøg
- Stressfyldte hændelser inden for det sidste år (f.eks. skilsmisse, arbejdsløshed eller tab af nært familiemedlem)

86% af dem, som dør af selvmord, har ikke modtaget behandling i psykiatrien inden for de sidste 6 måneder

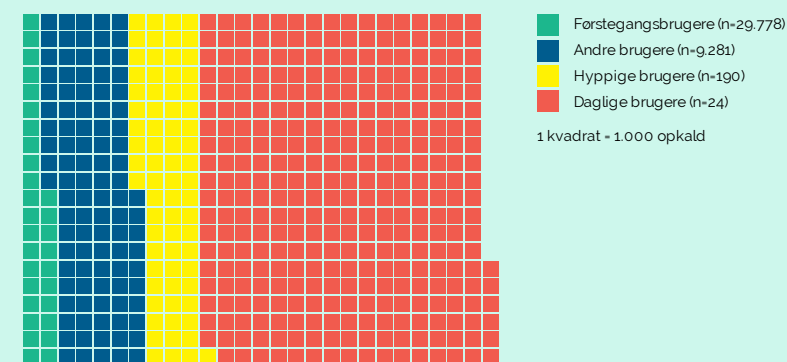
Opgørelser fra FORSAM-databasen (www.forsam.dk) for perioden 2010-2021 viser, at ca. 14% af dem, der dør af selvmord, har modtaget behandling i psykiatrien inden for de sidste 6 måneder.

Livslinien besvarer halvdelen af alle opkald

Anonyme telefondata over opkald til Livslinien i årene 2020-2022 blev analyseret i et forskningsprojekt. Livsliniens rådgivere besvarede ca. halvdelen (49%) af alle opkald. Opgørelsen er justeret for gentagne opkald fra personer, som ikke blev besvaret i første forsøg. Da Livslinien ikke har en telefonkø, er nyere brugere ikke altid klar over, at det kan være nødvendigt at ringe flere gange, og de har derfor sværere ved at komme igennem.

Daglige brugere står bag flest opkald

En lille gruppe på **8-12 personer** årligt står bag **60% af alle opringninger** og bruger over **30% af rådgivertiden** (se figur herunder).



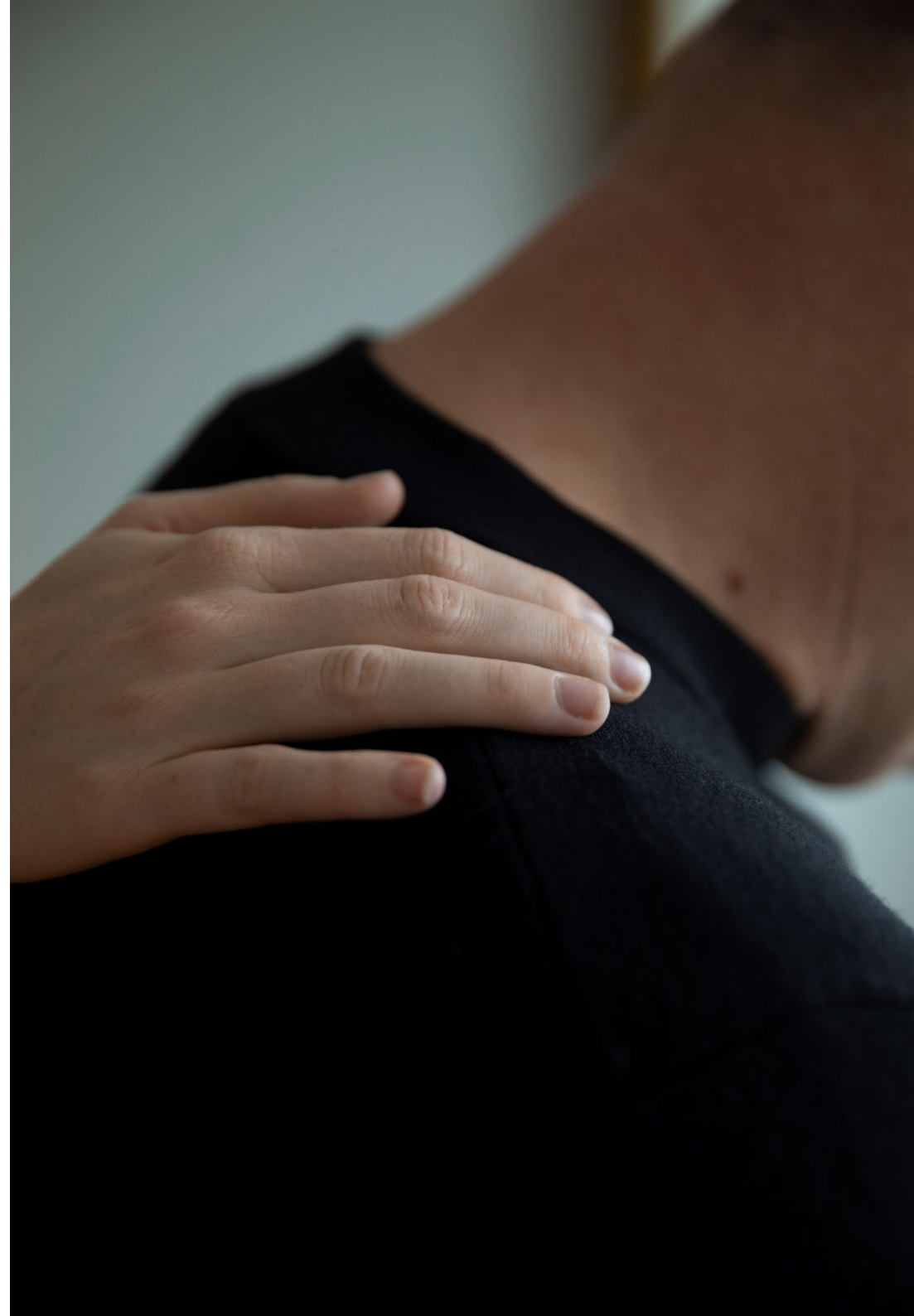
Kilde: Due et al, 2025 *Journal of Affective disorders*; Erlangsen et al. (2025) *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*.

Udbredelse af peers i den regionale psykiatri

Tilbage melding fra Danske Regioner

Regionerne anvender i vidt omfang peer-medarbejdere i psykiatrien. Der anvendes peer-medarbejdere i både børne- og ungdomspsykiatrien og voksenpsykiatrien.

Flere regioner planlægger at udvide antallet af peers, bl.a. pårørende-peers samt peers til selvmordsforebyggende klinikker. De selvmordsforebyggende klinikker vil i den forbindelse på tværs af regionerne undersøge og drøfte, hvordan peer-medarbejdere kan indgå i klinikkerne.



Udbredelse af kriseplaner på sundheds- og socialområdet

Kommuner

Tilbage melding fra KL og rådets kommunale repræsentanter

- KL har gjort alle social- og sundhedsdirektører i kommunerne opmærksomme på initiativet og skrevet det ind i budgetvejledningen.
- Københavns Kommune har udarbejdet en vejledning, som er delt med alle kommuner. Københavns Kommune har fået positive tilbagemeldinger fra socialfaglige medarbejdere, som er glade for at få et sprog for at kunne tale om selvmord. Derudover er Københavns Kommune begyndt at undervise i kriseplaner på socialpsykiatriske botilbud.
- Aalborg Kommune anvender også kriseplaner – også til børn og unge, dog ikke systematisk. I det socialfaglige arbejde anvendes sikkerhedsplaner, som har til formål at skabe sikkerhed omkring barnet og den unge. Der ses forskellige tilgange i kommunerne, blandt andet på grund af deres størrelse, og fordi der ofte er tale om relativt få personer i hver enkelt kommune.

Regioner

Tilbage melding fra Danske Regioner

- Regionerne har en opmærksomhed på, at anvendelse af kriseplaner skal udbredes, og vil i regionernes fælles psykiatrifaglige forum følge op på, hvordan det sikres.
- Der arbejdes bl.a. i flere regioner på at øge kendskabet til brug af kriseplaner, og der undervises i udarbejdelse af kriseplaner.
- Desuden arbejdes der med kvalitetssikring af de kriseplaner, der udarbejdes.

