

זה שנים רבות שהתאבדות היא הסיבה הראשונה למוות בקרב צעירים, וככזו היא מהווה תופעה מדאיגה מאוד בתחום בריאות בני הנוער. עם זאת, יש לציין כי משנות התשעים של המאה העשרים שיעורי ההתאבדות של בני נוער בעולם יציבים ואף ירדו מעט (McLoughlin, Gould & Malone, 2015). השיעורים הגבוהים ביותר של התאבדות צעירים הם במזרח אירופה ובדרום אסיה. גם בארצות הברית השיעורים גבוהים, והתאבדות מהווה שם את סיבת המוות השנייה בקרב צעירים בגילאי 15-19 (Kairi & De-Leo, 2014).

אמנם התאבדות נחשבת תופעה נדירה בילדות ובגיל ההתבגרות המוקדם, אך היא בכל זאת קיימת. חוקרים מציינים כי התופעה סובלת מהערכת חסר, וזאת עקב הסיכוי הסביר שמקרי התאבדות בגילים אלו לא תמיד יקוטלגו ככאלה. עד גיל 14 השיעור העולמי הוא 0.6 ל-100,000, שיעור העולה בקיצוניות בגילאים 15-19 ומגיע עד ל-7.4 ל-100,000.

הפרדוקס המגדרי בולט מאוד גם בקרב בני נוער. בנות צעירות נוטות יותר לחוות מחשבות אובדניות ולבצע ניסיונות אובדניים, ואילו בנים נוטים יותר להתאבד בגילאים אלו (למשל, בגילאי 15-19 היחס הוא 2.6:1). השיעורים הגבוהים יותר אצל בנים נעוצים בעיקר בקיומם של גורמי סיכון חריפים יותר, כמו תחלואה נלווית של שימוש באלכוהול והפרעות התנהגות, בחירה בשיטות התאבדות קטלניות יותר, רמה גבוהה יותר של תוקפנות ונטייה להתנהגויות אלימות יותר ומוחצנות יותר. יש לציין כי במדינות כמו סין שיעור הנשים הצעירות המתאבדות גבוה יותר מזה של הגברים,

עד פי 3 יותר באזורים העירוניים. ההסברים המרכזיים לכך הם זמינות אמצעים (חומרי הדברה בשדות באזורים כפריים) וכן תחושות הדיכוי וחוסר האונים של נשים בנות המעמד החברתי הנמוך (McLoughlin, Gould & Malone, 2015).

על אף השונות הבינלאומית, הממצאים ממחקרים קהילתיים רבי ממדים מראים כי 10% מבני הנוער מדווחים על פגיעה עצמית, שיש בה לעתים כוונת התאבדות (Hawton & O'Connor, 2012), וכן כי רק 1 מתוך 8 מקרים של פגיעה עצמית בקרב בני נוער מגיע לחדרי מיון בבתי חולים. לרוב יהיו אלו מקרים של ניסיון אובדני עקב בליעת כדורים. שיעורי הבנות המגיעות לחדרי מיון גבוהים גם הם משיעורי הבנים. ככלל, התנהגות אובדנית הופכת שכיחה יותר בקרב בנות 12 ומעלה, ושיעורי הפגיעה העצמית בקרב בנות בגילאי 12-15 גבוהים פי 5-6 מאשר בקרב בנים בגילאים אלה.

נתונים מן העולם מראים כי בכל רגע נתון 15%-25% מבני הנוער חושבים על התאבדות. מחשבות אלה נעות בין מחשבות פסיביות על מוות לבין חשיבה אובדנית שיש בה כוונה ותכנית (Grunbaum et al., 2004). במחקר רב אזורי שהשווה בני נוער ב-49 מדינות מתפתחות נמצא כי שיעור הדיווח על מחשבות אובדניות עמד על 15.3%, ובאפריקה היה השיעור הגבוה מכולם - 20%. בפרויקט שאפתני של האיחוד האירופי שנועד ב-11 מדינות בו בזמן - SEYLE - Saving and Empowering Young Lives in Europe ושגם ישראל השתתפה בו נמצא שיעור מחשבות אובדניות של 27.6%. מחקרי אורך מצביעים על כך שחשיבה אובדנית חמורה ומתמשכת מגבירה את הסיכון לניסיון אובדני ולניסיונות אובדניים חוזרים (Bridge et al., 2006).

## ממצאים בישראל

ככלל, שיעור ההתאבדות בישראל ובעולם עולה עם הגיל וגבוה יותר בקרב בני 75 ומעלה מאשר בקרב צעירים עד גיל 44. עם זאת, בקרב בני נוער וצעירים התאבדות היא בעיה חריפה המהווה את סיבת המוות השנייה בשכיחותה בישראל בקרב בנים בני 15-24 ואת הסיבה השלישית בקרב בנות בגילאי 15-24.

## התאבדויות

54 צעירים (עד גיל 24) התאבדו בישראל בשנת 2011, 78 בשנת 2010 ו-66 בשנת 2009 (חקלאי, 2014). 16.6% מכלל מקרי המוות של בני 15-24 בשנת 2010 בישראל היו עקב התאבדות. בקרב גברים מדובר בקרוב ל-18%. בהתבוננות רחבה יותר ניתן לראות כי רק 2% מכלל מקרי האובדנות בקרב בני נוער הם התאבדויות, דבר המלמד על כך שרוב ההתנהגויות האובדניות בקרב צעירים אינן מסתיימות במוות (רוב מוחלט לניסיונות ולא להתאבדויות). לשם השוואה, 22% ממקרי האובדנות בקרב קשישים בני 75 ומעלה הם התאבדויות, נתון המראה על חריפות ההתנהגות האובדנית של קבוצה זו.

מהתבוננות בשיעורי ההתאבדות של צעירים בישראל במשך השנים עולה כי שיעור ההתאבדות בקרב בנים צעירים נמצא במגמת ירידה משנת 2006, וזאת לאחר עלייה שהייתה בשיעורים אלו עד לשנות האלפיים. בקרב בנות צעירות השיעורים דומים מאז אמצע שנות התשעים.

טווח הגילאים הפגיע ביותר להתאבדות בקרב גברים צעירים היה במשך שנים רבות גילאי 18-21, טווח שייצג את שירות החובה בצה"ל. אולם בשנים האחרונות חלה ירידה בשיעורים בטווח זה, וכיום השיעור הגבוה ביותר הוא בגילאי 22-24. ייתכן שירידה זאת באה בעקבות תכניות למניעת אובדנות בצבא, שהתמקדו בין היתר בהגבלת הנגישות לנשק ובהעלאת המודעות לפעולות מניעה. השיעורים בגילאים הצעירים יותר, גילאי 15-17, נמוכים מאוד ביחס לשאר הגילאים (2.3 אל מול 11 ל-100,000 בגילאים מאוחרים יותר - בשנים 2009-2011).

מבחינת אוכלוסיות מיוחדות עולה כי קיימת עלייה מדאיגה בשיעורי האובדנות בקרב צעירים באוכלוסייה הערבית. בשנת 2011 כשליש (34%) מההתאבדויות בקרב ערבים ישראלים אירעו בקרב צעירים עד גיל 25 (בהשוואה לשישית [13%] בקרב יהודים ותושבים אחרים שאינם ערבים). כמחצית ההתאבדויות בקרב ערבים אירעו בקרב צעירים בני 25-44 (לעומת חמישית [20%] בקרב יהודים ואחרים) (חקלאי, 2014).

ייתכן כי בקרב גברים צעירים שיעור האובדנות בקרב יהודים גבוה יותר מאשר בקרב ערבים בשל חוק גיוס חובה המחייב את כלל בני ה-18 היהודים להתגייס ולשרת בצה"ל במשך שלוש שנים. מצב זה מעורר מתח רב וכמובן מזמן אמצעים, בעיקר נשק חם. לעומת זאת, קשה יותר להסביר את העלייה בשיעורי ההתאבדות והניסיונות האובדניים בקרב צעירים ערבים. אפשרות אחת היא האינטגרציה ההולכת וגוברת בין שתי התרבויות בשילוב המודרניזציה והאינדיבידואליזציה (גיבוש העצמי ונפרדות) המואצת של האוכלוסייה הערבית והירידה בזיקה למאפיינים השבטיים המסורתיים של החברה הערבית (Gvion, Levi-Belz & Apter, 2014).

גם באוכלוסיית העולים מאתיופיה קיים סיכון להתאבדות בקרב צעירים. השיעורים בקרב עולים צעירים הם מבהילים: כ-49 ל-100,000 בשנים 2009-2011. עולים מאתיופיה בגילאי 15-24 מהווים קרוב ל-30% מההתאבדויות בקרב עולים צעירים בישראל. עולים צעירים מתאבדים ביחס של פי 7 עד פי 9 יותר מילידי הארץ.

## ניסיונות התאבדות

ניסיונות התאבדות נחשבים לתופעה המאפיינת את גיל ההתבגרות. בשנת 2012 נרשמו 6,159 פניות לחדרי מיון עקב ניסיונות התאבדות (משרד הבריאות, 2014). כשליש מהניסיונות בוצעו על ידי מתבגרים, לרוב נערות. השיעורים הגבוהים ביותר הם בקרב בנות צעירות בגילאי 18-21, והם מגיעים עד ל-316 ניסיונות לכל 100,000 בנות בגילאים אלו. שיעורי ניסיונות ההתאבדות בקרב בנים בגילאים אלו הם 272 ל-100,000 (שנת 2012). שיעורי ניסיונות ההתאבדות הגבוהים ביותר בקרב בנים הם בסביבות גיל 18, והגילאים הפגיעים ביותר הם 16-21. אצל בנות הטווח רחב מעט יותר, והוא מתחיל בגיל 14 ונמשך עד גיל 22 ואף קצת יותר (חקלאי, 2014).

אין בארץ מידע על המנסים להתאבד שאינם מגיעים לאשפוז, אך לפי מחקרים וסקרים של קהילות בעולם שיעורם גבוה בהרבה, ועל כל ניסיון התאבדות שמגיע לאשפוז יש כשבעה ניסיונות שאינם מזווחים (כלומר יותר מ-30,000 מתבגרים בשנה).

הפערים הגדולים ביותר בין בנים לבנות הם בגילאי 15-17, שם שיעורי הניסיונות בקרב הבנות הם כ־250 לכל 100,000 ואילו בקרב הבנים הם 50 לכל 100,000. יש לציין כי חלה ירידה מסוימת בשיעורי ניסיונות ההתאבדות בקרב בנות בגילאים אלו בשנים 2004-2012 אך בו בזמן חלה עלייה דומה בקרב בנות בגילאי 22-24.

שיעור הניסיונות האובדניים בקרב ערבים צעירים נמצא במגמת עלייה בשנים האחרונות. מדובר בגידול של 37% בשיעורי ניסיונות ההתאבדות באוכלוסייה הערבית משנת 2004 ועד 2012. ככלל, ערבים צעירים מתאבדים בשיעורים דומים ליהודים, אולם משנת 2009 שיעור ההתאבדויות בקרב ערביות צעירות גבוה יותר מזה של יהודיות.

### ניסיונות התאבדות חוזרים

בבדיקה שנמשכה שש שנים נמצא כי 13% ממי שביצעו ניסיונות אובדניים והגיעו לחדר מיון חזרו על פעולה זו לפחות פעם אחת נוספת (חקלאי, 2014). 50% מניסיונות חוזרים אלו בוצעו בתוך שנתיים מהניסיון הראשון. בקרב צעירים עד גיל 14 שיעור הניסיונות החוזרים גבוה יותר באופן ניכר אצל בנות מאשר אצל בנים (12% לעומת 5%), עם ההתבגרות הבדלים אלו מצטמצמים (בגילאי 15-24 אין הבדלי שיעורים), ולאחר מכן הכיוון מתהפך (בנים בני 25 ומעלה מבצעים יותר ניסיונות חוזרים מאשר בנות).

### סיכום

בפרק זה ניסינו להציג את המספרים העומדים מאחורי תופעת האובדנות. מספרים רבים הופיעו בדפים אלו, אך יש לזכור כי מאחורי המספרים נמצאים אנשים סובלים, מתמודדים, כואבים, שלכל אחד מהם סיפור מלא. מחד גיסא, האפידמיולוגיה של האובדנות מעידה כי בשנים האחרונות קיימת ירידה מסוימת בשיעורים, בשל מודעות, תכניות מניעה ותהליכים חברתיים ארוכי טווח. מאידך גיסא, המספרים עדיין גבוהים, הן בעולם הן בישראל.