Strateġija Nazzjonali għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju f'Malta

2026-2031

GVERN TA' MALTA
MINISTERU GĦAS-SAĦĦA
U L-ANZJANITÀ ATTIVA

Teżisti l-Għajnuna

Li taħseb, titgħallem, taqra, u titkellem dwar is-suwiċidju jista' jkun diffiċli. Jekk ikollok ħsibijiet koroh, għandek tkun taf li hemm għajnuna li tista' tikseb faċilment. Jekk għandek bżonn l-għajnuna, jekk jogħġbok aċċessa l-appoġġ li teħtieġ.

M'għandekx għalfejn tisthi li tesprimi t-tħassib u d-diffikultajiet tiegħek.

Servizzi 24/7

Helpline Nazzjonali għas-Saħħa Mentali
Għal ħsibijiet ta' suwiċidju, problemi tas-saħħa mentali, solitudni, appoġġ emozzjonali

Ċempel mingħajr ħlas fuq **1579**

Il-Linja ta' Appoġġ tal-Fondazzjoni għas-Servizzi tal-Ħarsien Soċjali
Għal vjolenza domestika, abbuż, jekk ma jkollokx saqaf fuq rasek u għal problemi ta' droga, alkoħol u logħob tal-azzard

Ċempel mingħajr ħlas **179**

Servizzi ta' Emerġenza
Għas-servizzi tal-ambulanza, tal-pulizija u tal-protezzjoni ċivili

Ċempel mingħajr ħlas **112**

Is-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija
Għal viżti u evalwazzjonijiet psikjatriċi ta' emerġenza minn tobba u infermiera speċjalizzati fis-saħħa mentali. Aċċessibbli permezz tad-Dipartiment tal-Emerġenza fl-Isptar Mater Dei, l-Imsida

Servizzi ta' Outreach u Terapija għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju (SPOT)
Is-servizzi SPOT (Suicide Prevention Outreach and Therapeutic Services) jipprovdu appoġġ lil dawk li ġew affettwati minn suwiċidju (persuni li tilfu lil xi ħadd), lil nies li ppruvaw jagħmlu suwiċidju tliet xhur qabel daħlu fis-servizz, u lil persuni li jbatu minn ħsibijiet ta' suwiċidju.

Żur https://victimsupport.org.mt/spot/ għal aktar tagħrif jew ikkuntattja lil Victim Support Malta fuq +356 2122 8333 jew b'email lil info@victimsupport.org.mt

Din l-istrateġija ġiet żviluppata minn professjonisti tas-saħħa mentali, fi ħdan **il-Ministeru għas-Saħħa u l-Anzjanità Attiva** permezz tal-parteċipazzjoni tagħhom fl-Azzjoni Konġunta ImpleMENTAL; inizjattiva dwar l-Implimentazzjoni tal-Aħjar Prattiċi minn fl-oqsma tas-Saħħa Mentali u l-Prevenzjoni tas-Suwiċidju.

Rikonoxximenti

Nirringrazzjaw profondament lil dawk kollha li kkontribwew għal din l-Istrateġija Nazzjonali Għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju – l-istejjer, id-dedikazzjoni, u l-għarfien espert tagħkom jispiraw it-tama u l-bidla. Flimkien, naffermaw il-valur ta' kull ħajja u l-impenn komuni tagħna lejn soċjetà ta' appoġġ u magħquda.

Il-Kap Eżekuttiv u l-iStaff
Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali
Ministeru għas-Saħħa u l-Anzjanità Attiva

Dedika

Kull ħajja mitlufa minħabba s-suwiċidju

hija ħajja mitlufa żejda.

Din l-istrateġija hija ddedikata għal

dawk il-persuni kollha li tilfu ħajjithom minħabba s-suwiċidju,

dawk il-persuni kollha li ppruvaw itemmu ħajjithom,

dawk il-persuni kollha li jikkunsidraw li jtemmu ħajjithom, u

dawk il-persuni kollha li tilfu lil xi ħadd li jħobbu minħabba s-suwiċidju

Werrej

Prefazzjoni ix

Konsultazzjoni Pubblika x

Sommarju Eżekuttiv xi

Definizzjonijiet xv

Lista ta' Taqsiriet xvi

01 Daħla
- Daħla 1
- Fatturi Determinanti tas-Suwiċidju 02
- Fatturi Determinanti Lokali tas-Suwiċidju 04
- Statistika Lokali Dwar is-Suwiċidju 06

02 Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali
- Is-Sistema tas-Saħħa Mentali 13
- Is-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali 17
- Servizzi Speċjalizzati 17
- Servizzi ta' Emerġenza għal Persuni fi Kriżi ta' Saħħa Mentali 18

03 Involviment tal-Partijiet Ikkonċernati

Kollaborazzjoni ma' Partijiet Ikkonċernati Oħra 21

Promozzjoni tas-Saħħa Mentali u Prevenzjoni 21

Investiment fis-Servizzi tas-Saħħa Mentali u t-Twassil Tagħhom 21

Appoġġ lill-Ħaddiema tal-Kura tas-Saħħa Mentali 21

04 Strateġija ta' Implimentazzjoni

Strateġija ta' Implimentazzjoni 23

Koordinazzjoni u Organizzazzjoni 25

Appoġġ u Trattament 28

Ristrizzjoni tal-Mezzi tas-Suwiċidju 41

Kuxjenza u Għarfien 43

Prevenzjoni u Attivitajiet ta' Promozzjoni tas-Saħħa 48

Assigurazzjoni tal-Kwalità u Għarfien Espert 52

Referenzi 55

Appendiċi

Ideat Żbaljati u Fatti Dwar is-Suwiċidju 59

Sommarju tas-Servizzi tas-Saħħa Mentali 61

Lista ta' Partijiet Ikkonċernati Kkonsultati 67

Pjan ta' Azzjoni 72

Pittura minn persuna li tuża s-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali

Prefazzjoni

L-Onorevoli Dr Jo Etienne Abela

MD MRCS FRSCEd MPhil FEBS MP

Ministru għas-Saħħa u għall-Anzjanità Attiva

Huwa ta' sinifikat kbir li qegħdin nippreżentaw l-ewwel Strateġija Nazzjonali Għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju. Nifraħ u nirringrazzja lil Dr Antonella Sammut talli mexxiet ir-riċerka metikoluża li saret u talli kitbet l-ewwel abbozz ta' dan id-dokument. Din l-istrateġija tibni fuq il-qafas stabbilit mill-Istrateġija għas-Saħħa Mentali Għal Malta 2020 - 2030, li enfasizzat l-impenn tal-Gvern li jipprijoritizza s-saħħa mentali u l-benesseri tal-popolazzjoni tagħna.

Din l-istrateġija, imfassla biex tiġi implimentata matul il-ħames snin li ġejjin, tindirizza kemm l-isfidi li qed jevolvu kif ukoll dawk emerġenti, filwaqt li tirrifletti r-realtajiet li qed niffaċċjaw fil-livelli lokali u globali. Filwaqt li Malta tirreġistra waħda mill-inqas rati ta' mwiet b'suwiċidju fl-Ewropa (ikklassifikata fit-tieni post flimkien mal-Greċja fl-2017), huwa essenzjali li jiġi rikonoxxut li kull ħajja mitlufa għas-suwiċidju hija traġedja profonda. Ir-riperkussjonijiet jestendu lil hinn mill-individwu, u jħallu impatt dejjiemi fuq il-familji, il-ħbieb, u l-komunità usa'. Il-prevenzjoni tas-suwiċidju hija responsabbiltà kollettiva, li teħtieġ pjan komprensiv, iffukat fuq is-soċjetà u b'kollaborazzjoni sħiħa mill-Gvern.

Il-Gvern jibqa' sod fid-dedikazzjoni tiegħu għall-benesseri tal-individwi kollha, u joffri network robust ta' servizzi ta' intervent f'każi ta' kriżi. Dawn jinkludu s-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija li jopera fuq bażi 24/7 mid-Dipartiment tal-Emerġenza fl-Isptar Mater Dei, il-Crisis Resolution and Home Treatment Team, il-Crisis Intervention Home Treatment Service għat-tfal u l-adolexxenti, u l-helpline tal-1579.

Stadju importanti ewlieni f'dan l-impenn huwa l-għoti ta' kura integrata u ċċentrata fuq l-individwu biex jissaħħaħ l-aċċess għas-servizzi tas-saħħa mentali u jinkisbu l-aħjar riżultati. Qed isiru pjanijiet biex jiġi stabbilit Ċentru ta' Psikjatrija Akuta (APC) ġdid fil-viċinanza tal-Isptar Mater Dei biex jilqa' fih individwi li jkollhom sfidi akuti ta' saħħa mentali. Barra minn hekk, żona dedikata għall-psikjatrija fi ħdan id-Dipartiment tal-Emerġenza fl-Isptar Mater Dei se tiżgura mmaniġġjar effiċjenti u xieraq ta' emerġenzi psikjatriċi. Għal aktar tisħiħ, l-ispeċjalisti fil-mediċina tal-familja ngħataw is-setgħa ta' preskrizzjoni għal mediċini anti-depressanti u ansjolitiċi u se jirċievu taħriġ komprensiv biex jindirizzaw aħjar il-ħtiġijiet tas-saħħa mentali fil-komunità.

Din l-istrateġija ġiet żviluppata b'attenzjoni, iggwidata minn riċerka bbażata fuq evidenza xjentifika u b'mod partikolari mill-esperjenzi u n-narrattivi ta' dawk affettwati mis-suwiċidju, li għalihom nestendu l-gratitudni tagħna mill-qalb. Ħalli din l-istrateġija sservi ta' sinjal ta' tama għall-individwi li qed jiffaċċjaw sfidi ta' saħħa mentali, filwaqt li tenfasizza li l-appoġġ huwa disponibbli faċilment.

Konsultazzjoni Pubblika

Il-Ministeru għas-Saħħa u għall-Anzjanità Attiva pproduċa l-Istrateġija Nazzjonali għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju 2026-2031. Din l-istrateġija hija l-ewwel waħda għal Malta u ġiet prodotta bħala waħda mir-riżultati tanġibbli tal-parteċipazzjoni tas-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali fl-Azzjoni Konġunta ImpleMENTAL. Fl-abbozzar tal-Istrateġija, is-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali kellhom laqgħat interni u esterni ta' qabel il-konsultazzjoni ma' Bord Konsultattiv li ġie ffurmat apposta magħmul minn esperti minn ministeri u setturi differenti. Barra minn hekk, saret konsultazzjoni qabel il-pubblikazzjoni ma' aktar minn 40 parti kkonċernata ewlenija, inklużi diversi ministeri, entitajiet, Organizzazzjonijiet Nongovernattivi (NGOs, non-governmental organisations) u persuni bi mġiba suwiċidali preċedenti u dawk li tilfu lil xi ħadd minħabba s-suwiċidju. Wara l-fażi ta' qabel il-konsultazzjoni, inkiseb impenn politiku qawwi għall-Istrateġija Nazzjonali għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju. Sussegwentement, l-abbozz tal-Istrateġija ġie ppreżentat għal konsultazzjoni pubblika komprensiva mill-24 ta' Marzu 2025 sas-16 ta' Mejju 2025, fejn il-pubbliku ġenerali u l-partijiet interessati istituzzjonali ġew mistiedna sabiex jagħtu l-kontribut tagħhom. Ir-rispons kollu matul din il-konsultazzjoni ġie evalwat bir-reqqa u, fejn xieraq, integrat fl-Istrateġija finali. L-involviment ta' firxa wiesgħa ta' partijiet interessati żgura li l-Istrateġija tinkludi miżuri azzjonabbli mmirati biex jagħtu s-setgħa (empowerment) lill-individwi li jesperjenzaw ħsibijiet u mġiba suwiċidali, irawmu ambjent ta' appoġġ li jwassal għall-benesseri mentali, u javvanzaw l-iżvilupp ta' kura ċċentrata madwar il-persuna u mfassla għal bżonnijiet diversi.

Sommarju Eżekuttiv

Is-suwiċidju huwa problema tas-saħħa pubblika sinifikanti u kumplessa li tieħu l-ħajja ta' aktar minn 700,000 persuna kull sena (WHO, 2021). Is-suwiċidji jistgħu jiġu evitati. Hemm għadd ta' miżuri li jistgħu jittieħdu fil-livelli tal-popolazzjoni, tas-sottopopolazzjonijiet u individwali biex jiġu evitati s-suwiċidji u l-attentati ta' suwiċidju. It-tnaqqis fil-mortalità mis-suwiċidju ġie prijoritizzat bħala mira globali mill-Organizzazzjoni Dinjija tas-Saħħa (WHO, World Health Organization), wara li ġie deskritt bħala indikatur fl-Għanijiet ta' Żvilupp Sostenibbli tan-Nazzjonijiet Uniti (NU) taħt il-mira 3.4 (NU, 2017), fit-Tlettax-il Programm ta' Ħidma Ġenerali 2019–2023 tal-WHO (NU, 2017) u fil-Pjan ta' Azzjoni dwar is-Saħħa Mentali 2013–2020 tal-WHO (WHO, 2013). Bit-tfassil tat-tali miri, il-WHO għandha l-għan li tipprevjeni t-traġedja tas-suwiċidju milli tippersisti li tinvadi l-ħajja ta' miljuni ta' individwi bit-telf ta' xi ħadd li jħobbu (WHO, 2021).

Din hija l-ewwel strateġija nazzjonali għall-prevenzjoni tas-suwiċidju għal Malta, li ġiet prodotta mis-Servizzi tas-Saħħa Mentali, taħt l-awspiċi tal-Ministeru għas-Saħħa u għall-Anzjanità Attiva, f'kollaborazzjoni ma' partijiet ikkonċernati stmati minn diversi dixxiplini. L-inklużjoni ta' esperti b'esperjenza fil-proċess ta' konsultazzjoni saħħet ħafna t-tifsira u d-direzzjoni ta' din l-istrateġija. Il-konsultazzjonijiet ma' professjonisti u aġenziji mill-oqsma tas-saħħa, is-saħħa mentali, il-benesseri soċjali, l-edukazzjoni, l-infurzar tal-liġi, il-midja, u gruppi emarġinati, ipprovdew viżjoni komprensiva għal sforzi estensivi ta' prevenzjoni tas-suwiċidju u ta' intervent bikri.

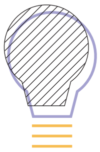
Din l-istrateġija tibni fuq il-prinċipji u l-azzjonijiet li fuqhom hija bbażata l-Istrateġija għas-Saħħa Mentali għal Malta 2020-2030 (Il-Ministeru għas-Saħħa, 2019), li tikkommetti għal approċċ komprensiv mill-gvern sħiħ għall-prevenzjoni tas-suwiċidju. Din l-istrateġija hija ppjanata fuq perjodu ta' ħames snin sal-2030, minħabba li d-demografija tal-popolazzjoni nazzjonali tagħna qiegħda tinbidel malajr u din tinvolvi implikazzjonijiet għall-kura tas-saħħa mentali, fejn dejjem għandu jitqies il-kuntest tal-multikulturaliżmu dejjem jikber tagħna u l-effetti varjati ta' wara l-COVID-19.

L-implimentazzjoni b'suċċess ta' din l-istrateġija tinvolvi

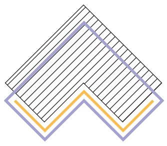
Attivitajiet konġunti u kollaborazzjoni transfruntiera minn diversi ministeri, aġenziji pubbliċi, u organizzazzjonijiet volontarji biex jipprovdu pjan ta' azzjoni komprensiv għall-prevenzjoni tas-suwiċidju fil-livell nazzjonali.

L-għoti ta' appoġġ u trattament f'waqtu u suffiċjenti lil persuni f'riskju ta' suwiċidju u lil dawk li jieħdu ħsiebhom.

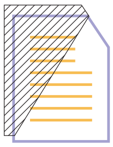
Taħriġ tal-*gatekeepers*, servizzi robusti ta' emerġenza u stabbilizzazzjoni, u ffukar fuq gruppi bi profil ta' riskju għoli. Dawn l-istrateġiji jikkumplimentaw strateġiji mmirati lejn aktar restrizzjoni tal-mezzi tas-suwiċidju.



Iżjed kuxjenza soċjali u titjib fil-litteriżmu dwar is-saħħa mentali.



Sforzi mtejba fir-rigward t'attivitajiet ta' prevenzjoni u promozzjoni tas-saħħa mentali.



Titjib tal-prattiċi tal-ġbir tad-data u l-pubblikazzjoni ta' rapport annwali dwar il-mortalità mis-suwiċidju biex jiġu infurmati l-politiki, il-programmi, u s-servizzi futuri.

Definizzjonijiet

Suwiċidju	Iċ-Ċentri għall-Kontroll u l-Prevenzjoni tal-Mard (CDC, Centers for Disease Control and Prevention) jiddefinixxu s-suwiċidju bħala "mewta kkawżata minn imġiba dannuża minn persuna fuqha nnifisha b'intenzjoni li tmut bħala riżultat tal-imġiba" (Crosby et al., 2011).
Ħsibijiet ta' Suwiċidju	Is-CDC jirreferu għal ħsibijiet ta' suwiċidju bħala "ħsibijiet li wieħed jagħmel aġir relatat mas-suwiċidju", li jistgħu jinkludu l-ħsieb dwar, il-kunsiderazzjoni, jew l-ippjanar ta' suwiċidju (Crosby et al., 2011).
Intenzjoni ta' Suwiċidju	Is-CDC jirreferu għal intenzjoni ta' suwiċidju bħala l-eżistenza ta' evidenza (espliċita u/jew impliċita) li fil-mument tal-korriment l-individwu kellu l-ħsieb li joqtol lilu nnifsu jew xtaq imut, u li l-individwu fehem il-konsegwenzi probabbli tal-azzjonijiet tiegħu (Crosby et al., 2011).
Pjan ta' Suwiċidju	Is-CDC jirreferu għal pjan ta' suwiċidju bħala ħsieb dwar azzjoni li tinbeda mill-persuna stess li tiffaċilita aġir li bih il-persuna tagħmel ħsara lilha nnifisha, li jinkludi aġir suwiċidali organizzat, li jista' jinvolvi deskrizzjoni ta' perjodu ta' żmien u tal-metodu li jkun sa jintuża (Crosby et al., 2011).
Attentat ta' Suwiċidju	Is-CDC jiddefinixxu attentat ta' suwiċidju bħala "aġir mhux fatali u potenzjalment dannuż imwettaq mill-persuna nnifisha bl-intenzjoni li tmut kawża tal-aġir, li tista' tirriżulta (jew le) f'korriment" (Crosby et al., 2011).
Ħsara Mhux Suwiċidali Kkawżata mill-Persuna Fuqha Nniffisha (NSSI, Non-Suicidal Self-Injury)	Is-CDC jiddefinixxu l-NSSI bħala "aġir imwettaq mill-persuna nnifisha deliberatament, li jirriżulta f'korriment jew il-potenzjal ta' korriment għall-istess persuna" mingħajr evidenza impliċita jew espliċita ta' intenzjoni ta' suwiċidju (Crosby et al., 2011). Eżempji komuni ta' NSSI jinkludu l-qtugħ, il-ħruq, il-grif, it-tħabbit jew id-daqqiet, u l-biċċa l-kbira tan-nies li jkorru lilhom infushom jużaw aktar minn metodu wieħed (Klonsky et al., 2014).
Ħsara Intenzjonata mill-Persuna Fuqha Nniffisha	Il-ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha tfisser li l-persuna tkorri jew tweġġa' lilha nnifisha deliberatament, bl-intenzjoni (jew le) li tmut. Il-ħsara intenzjonata tiġi f'ħafna forom, u taffettwa lil nies minn sfondi, etajiet u stili ta' ħajja differenti. Ir-raġunijiet għall-ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha huma differenti għal kull persuna u spiss ikunu kumplessi (L-istitut Awstraljan tas-Saħħa u l-Benesseri, 2024).

Lista ta' Taqsiriet

A&E
Accident and Emergency

AMSR
Assessing and Management of Suicide Risk

CDC
Centres for Disease Control and Prevention

CTC
Centro Tommaso Chetcuti

CAPES
Child and Adolescent Psychiatric Emergency Service

CYPS
Child and Young People's Services

CAYS
Child, Adolescent and Youth Services

CSDH
Commission on Social Determinants of Health

CMHTs
Community Mental Health Teams

CTO
Community Treatment Order

CSA
Correctional Services Agency

CRHT
Crisis Resolution and Home Treatment

CIHT
Crisis Intervention and Home Treatment

DKGS
Dar Kenn Għal Saħħtek

DHIR
Directorate for Health Information & Research

ECT
Electroconvulsive Therapy

ECS
Electronic Case Summaries

EPS
Emergency Psychiatric Service

EHIS
European Health Information Survey

ESPAD
European School Survey Project
on Alcohol and Other Drugs

EU
European Union

FSWS
Foundation for Social Welfare Services

GGH
Gozo General Hospital

HBSC
Health Behaviour in School-aged Children

HPDP
Health Promotion and Disease Prevention Directorate

KGH
Karin Grech Hospital

KPIs
Key Performance Indicators

LGBTIQ+
Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, Intersex and Queer

MAOT
Malta Association of Occupational Therapists

MAPN
Malta Association of Psychiatric Nurses

MAP
Malta Association of Psychiatrists

MCP
Malta Chamber of Psychologists

MCAST
Malta College for Arts, Science and Technology

MGRM
Malta Gay Rights Movement

MPPB
Malta Psychology Profession Board

MDH
Mater Dei Hospital

MHA
Ministry for Health and Active Ageing

MCH
Mount Carmel Hospital

MDTs
Multi-Disciplinary Teams

NCISH
National Confidential Inquiry into Suicide and Homicide by People with Mental Illness

NHIS
National Hospitals Information System

NMHS
National Mental Health Services

NSSS
National School Support Services

NGOs
Non-Governmental Organisations

NSSI
Non-Suicidal Self-Injury

OECD
Organisation for Economic Co-operation and Development

PLS
Psychiatry Liaison Service

RAWA
Recovery and Wellbeing Academy

SVPR
Saint Vincent De Paule Residence

SOGIGESC
Sexual Orientation, Gender Identity, Gender Expression and Sex Characteristics

SMR
Standardised Mortality Rate

SDGs
Sustainable Development Goals

TMS
Transcranial Magnetic Stimulation

UN
United Nations

WHO
World Health Organization

YPU
Young People's Unit

01 Daħla

Is-suwiċidju huwa problema tas-saħħa pubblika sinifikanti u kumplessa li tieħu l-ħajja ta' aktar minn 700,000 persuna kull sena (WHO, 2021).

Huwa fost il-kawżi ewlenin tal-mewt madwar id-dinja, b'mod partikolari fost iż-żgħażagħ li għandhom bejn 15 u 29 sena, li fosthom is-suwiċidju jibqa' t-tieni l-akbar kawża tal-mewt (WHO, 2021).

Minħabba l-piż globali persistenti tas-suwiċidju, l-Għanijiet ta' Żvilupp Sostenibbli (SDGs,. Sustainable Development Goals) tan-Nazzjonijiet Uniti inkorporaw xi miri relatati mas-suwiċidju. L-Għan 3 tal-SDGs huwa li "jiġu żgurati ħajjiet f'saħħithom u jiġi promoss il-benesseri għal kull persuna ta' kull età". Barra minn hekk, il-Mira 3.4 tal-SDGs għandha l-għan li tnaqqas terz tal-mortalità prematura minn mard li ma jittiħidx sal-2030, permezz tal-prevenzjoni, it-trattament u l-promozzjoni tas-saħħa mentali u l-benesseri. Fi ħdan il-Mira 3.4, ir-rata ta' suwiċidju hija indikatur (3.4.2) (NU, 2017).

Huwa stmat li jsiru aktar minn 20 attentat ta' suwiċidju għal kull mewta b'suwiċidju (WHO, 2021). Studju tal-Organizzazzjoni Dinjija tas-Saħħa li sar minn Nock et al. (2008) jistma l-prevalenza transnazzjonali tul il-ħajja (żball standard) ta' ħsibijiet, pjanijiet u attentati ta' suwiċidju għal 9.2% (0.1), 3.1% (0.1), u 2.7% (0.1), rispettivament. Fis-17-il pajjiż kollha li pparteċipaw f'dan l-istudju, 60% tat-tranżizzjonijiet minn ħsibijiet ta' suwiċidju għal pjan u attentat ta' suwiċidju seħħew fl-ewwel sena wara li bdew il-ħsibijiet.

Fl-2020, kien hemm 47,252 mewta minħabba ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha (suwiċidju) fl-UE, li jikkorrispondu għal 0.9% tal-imwiet kollha rrappurtati dik is-sena. Dan huwa l-ekwivalenti ta' medja ta' 10.2 imwiet għal kull 100,000 ruħ fil-popolazzjoni. Bħala medja, kien hemm kważi 11-il mewta għal kull 100,000 abitant li rriżultaw minn suwiċidju fl-UE fl-2016.

Fl-2017, fost l-Istati Membri tal-UE, Malta u l-Greċja kellhom it-tieni l-inqas rata standardizzata ta' mwiet għas-suwiċidju (it-tnejn 5 imwiet għal kull 100,000 ruħ). Ċipru kellu l-inqas rata standardizzata ta' mwiet (4 imwiet għal kull 100,000 abitant) filwaqt li l-Litwanja rreġistrat l-ogħla rata ta' suwiċidju b'26 mewta għal kull 100,000 abitant (Eurostat 2020).

Ħsara mhux suwiċidali kkawżata mill-persuna fuqha nniffisha (NSSI, Non-Suicidal Self-Injury) huwa aġir ta' suwiċidju ieħor li huwa l-aktar komuni fost l-adolexxenti u l-adulti żgħażagħ. Metaanaliżi riċenti minn Xiao et al. (2022) uriet li l-NSSI huwa assoċjat ma' prevalenza globali ogħla tul il-ħajja (sa 22.0%) fost il-popolazzjonijiet iżgħar. L-istorja tul il-ħajja tal-NSSI hija konsistentement marbuta ma' riskju akbar ta' suwiċidju (Grandclerc et al., 2016), bir-riċerka fost il-popolazzjonijiet iżgħar tindika żieda ta' bejn tliet darbiet u erba' darbiet fil-probabbiltà ta' attentat ta' suwiċidju (Szmajda et al., 2023; Hamza & Willoughby, 2016). Kemm fl-adolexxenti kif ukoll fl-adulti, ir-rati ta' NSSI huma l-ogħla fost il-popolazzjonijiet psikjatriċi, b'mod partikolari persuni li jirrapportaw karatteristiċi assoċjati ma' diffikultajiet emozzjonali, bħal affettività negattiva, depressjoni, ansjetà, u regolazzjoni ħażina tal-emozzjonijiet (Klonsky et al., 2014).

Is-suwiċidju jista' jipproduċi "katina ta' effetti", minħabba l-impatt mifrux tiegħu fuq il-komunità kollha tal-individwu li jmut b'suwiċidju. Madankollu, il-persuni affettwati bl-aktar mod drammatiku huma dawk l-eqreb tal-persuna li tkun mietet b'suwiċidju (jiġifieri, il-familja, il-ħbieb, il-kollegi, u/jew sħabhom tal-klassi).

Dawk bi mġiba suwiċidali ħafna drabi ma jfittxux l-għajnuna peress li s-suġġett tas-suwiċidju spiss ikollu ħafna stigma, u jwassal għall-mistħija u nuqqas ta' ftehim (WHO, 2019). Hemm ħafna ideat komuni sterjotipati u stigmatizzanti rigward is-suġġett tas-suwiċidju. F'Appendiċi 1 hemm lista ta' miti u fatti dwar is-suwiċidju. L-Inkjesta Konfidenzjali Nazzjonali tar-Renju Unit dwar is-Suwiċidju u l-Omiċidju minn Persuni b'Mard Mentali (NCISH, 2018) kif ukoll studji sistematiċi u metaanalitiċi (Walby et al., 2018; Stene-Larsen & Reneflot, 2017; Luoma 2002) juru li huma biss bejn kwart u terz tal-persuni li jmutu bis-suwiċidju li jkunu f'kuntatt mas-servizzi tas-saħħa mentali fis-sena qabel il-mewt b'suwiċidju. Ir-rati ta' kuntatt mal-kura tas-saħħa primarja huma ogħla, bejn 45% (Luoma, 2002) u 80% (Stene-Larsen & Reneflot, 2017). Madankollu, it-tobba tal-kura primarja huma f'riskju sinifikanti li ma jindunawx biżżejjed bir-riskju ta' suwiċidju peress li rarament jiġu mħeġġa jiskrinjaw għal suwiċidju meta l-ilment li jsir ikun ta' natura medika (Osborne et al., 2023; Horowitz et al., 2009).

Il-piż finanzjarju u ekonomiku stmat tas-suwiċidju jvarja skont ir-reġjun, il-metodoloġija u l-ambitu tal-istudji ta' riċerka. Madankollu, l-istudji jindikaw b'mod konsistenti li s-suwiċidju jimponi spejjeż sostanzjali fuq is-soċjetà. L-ispejjeż diretti normalment jinkludu l-infiq fuq il-kura tas-saħħa relatat mat-trattament mediku, ir-rispons ta' emerġenza, u s-servizzi ta' "coroner" L-ispejjeż indiretti jinkludu t-telf tal-produttività minħabba mewta prematura, tnaqqis fil-parteċipazzjoni fil-forza tax-xogħol, u l-katina ta' effetti fuq il-familji u l-komunitajiet (Segar et al., 2024).

Doran & Kinchin (2014) esploraw l-impatt tas-suwiċidju taż-żgħażagħ billi vvalutaw is-snin ta' ħajja mitlufa, is-snin ta' ħajja produttiva mitlufa, u l-valur ekonomiku tal-produttività mitlufa. Fl-istudju tagħhom tal-2014, sabu li madwar 6,912-il żagħżugħ u żagħżugħa li jgħixu fl-aktar pajjiżi żviluppati fid-dinja tilfu ħajjithom kawża ta' suwiċidju. Dawn l-imwiet li setgħu jiġu evitati rriżultaw f'telf ta' 406,730 sena ta' ħajja u spiża ta' $5.53 biljun fi dħul ekonomiku mitluf, bl-ispiża medja tas-suwiċidju stmata għal $802,939 għal kull persuna għal kull pajjiż.

Barra minn hekk, studju mwettaq fl-Irlanda minn Kennelly (2007) stima li l-ispiża ekonomika tas-suwiċidju kienet aktar minn €906 miljun fl-2001 u aktar minn €835 miljun fl-2002 (fi prezzijiet tal-2001). Dan huwa ekwivalenti għal ftit inqas minn 1% tal-prodott nazzjonali gross fl-Irlanda għal dawk is-snin. Aktar reċentement fi Franza, Segar et al. (2024) ikkonkludew li l-ispejjeż u l-piż totali tas-suwiċidji u l-attentati ta' suwiċidju kienu stmati għal €18.5 biljun u €5.4 biljun, rispettivament, esklużi l-ispejjeż relatati mal-piż ta' dawk li jieħdu ħsiebhom. L-ispejjeż diretti kienu stmati għal €566 miljun u €75 miljun, rispettivament, filwaqt li l-ispejjeż indiretti kienu €3.8 biljun u €3.5 biljun, rispettivament. Ir-riċerkaturi jissuġġerixxu li l-interventi tas-saħħa pubblika relatati mal-prevenzjoni tas-suwiċidju jistgħu potenzjalment jiffrankaw ħafna flus.

Ir-riċerka relatata mal-etjopatoġenesi tal-imġiba suwiċidali hija sostanzjali u ġew proposti diversi mudelli ta' tbassir u teoretiċi (Díaz-Oliván et al., 2021). Il-WHO (2023) u ċ-Ċentri għall-Kontroll u l-Prevenzjoni tal-Mard (CDC) (2021) iddelineaw diversi fatturi bijopsikosoċjali u ekonomiċi li jżidu r-riskju ta' suwiċidju. Madankollu, għandu jiġi rikonoxxut li l-fatturi ta' riskju jamplifikaw ir-riskju ta' suwiċidju għal popolazzjoni sħiħa tul il-ħajja kollha, iżda ma jipprevedux suwiċidji individwali fi kwalunkwe mument partikolari (Royal College of Psychiatrists [RCPsych], 2020). Dan huwa l-aktar minħabba l-okkorrenza relattivament rari tas-suwiċidju (Wasserman 2016; Gibbons 2013) u l-valur ta' tbassir pożittiv baxx konsegwenti tal-fatturi ta' riskju għas-suwiċidju (McHugh et al., 2019; Carter et al., 2017).

Il-WHO għalhekk hija tal-parir li l-prevenzjoni tas-suwiċidju ma tistax issir minn persuni jew organizzazzjonijiet li jaħdmu f'silos. Minflok, il-prevenzjoni tas-suwiċidju teħtieġ appoġġ mill-komunità kollha peress li l-komunità nnifisha tinsab fl-aħjar pożizzjoni biex tidentifika l-ħtiġijiet u l-prijoritajiet lokali. Il-komunitajiet jistgħu joffru appoġġ lill-persuni f'riskju u lill-familji tagħhom, iqajmu kuxjenza u jiġġieldu l-istigma, u b'hekk inaqqsu r-riskju ta' suwiċidju u jsaħħu l-fatturi protettivi. Barra minn hekk, il-komunitajiet irawmu sens ta' appartenenza u jipproteġu lill-persuni f'riskju mis-suwiċidju billi jibnu konnessjoni soċjali u jrawmu strateġiji adattivi biex wieħed ikampa (WHO, 2019; Coppens et al., 2014).

Meta jitqiesu dawn il-fatti impressjonanti, is-suwiċidju huwa pperċepit bħala xi ħaġa preventibbli, b'mod partikolari meta jkun hemm fis-seħħ strateġiji komprensivi u multisettorjali għall-prevenzjoni tas-suwiċidju (RCPsych, 2020). Tali strateġiji jirrikjedu kollaborazzjoni effettiva bejn is-setturi tas-saħħa u dawk mhux tas-saħħa kemm fil-livell governattiv kif ukoll f'dak mhux governattiv, b'konnessjonijiet b'saħħithom mal-midja u l-adozzjoni ta' approċċi fil-livell tal-komunità (RCPsych, 2020; WHO, 2019; WHO, 2014).

Fatturi Determinanti tas-Suwiċidju

Fatturi bijoloġiċi, psikoloġiċi, soċjali, kulturali u oħrajn jistgħu jinteraġixxu biex iwasslu għal imġiba suwiċidali. Riċerka meta-analitika riċenti minn Favril et al. (2022, 2023) iddeskriviet ir-riskju ta' mortalità mis-suwiċidju assoċjat ma' varjetà ta' dawn il-fatturi, u b'hekk ġabret fil-qosor fatturi ta' riskju prominenti għas-suwiċidju.

Id-diżordnijiet psikjatriċi jżidu r-riskju ta' suwiċidju b'mill-inqas erba' darbiet (Favril et al., 2023; Favril et al., 2023). Id-diżordnijiet tal-burdata, tal-personalità u dawk psikotiċi jżidu r-riskju l-aktar, bil-probabbiltà ta' suwiċidju tiżdied b'mill-inqas tmien darbiet għal dawn il-kundizzjonijiet (Favril et al., 2023; Favril et al., 2022). Riċerka meta-analitika turi li individwi bl-awtiżmu huma kważi tliet darbiet aktar probabbli li jmutu b'suwiċidju meta mqabbla ma' individwi mhux bl-awtiżmu, bin-nisa bl-awtiżmu juru riskju saħansitra ogħla, li joqrob lejn riskju relattiv miġbur ta' erbgħa, meta mqabbla ma' rġiel bl-awtiżmu (Santomauro et al., 2024). Id-diżordnijiet tal-użu tas-sustanzi (li jinkludu l-użu problematiku, l-abbuż, u d-dipendenza tad-droga u l-alkoħol) wkoll huma assoċjati ma' żieda fir-riskju ta' suwiċidju, għalkemm f'livelli aktar baxxi (Favril et al., 2023; Favril et al., 2022). Dawk li jweġġgħu lilhom infushom b'mod intenzjonat jew b'attentat ta' suwiċidju fil-passat ukoll huma f'riskju sinifikament elevat ta' suwiċidju (Favril et al., 2023; Favril et al., 2022). Il-fatturi ta' riskju marbuta mad-dominju tal-familja jinkludu rekord fil-familja ta' diżordnijiet mentali, attentati ta' suwiċidju, u mewt b'suwiċidju (b'mod partikolari fost il-ġenituri) (Favril et al., 2022).

Ir-riskju ta' suwiċidju tipikament jiżdied b'darbtejn għal mard fiżiku kroniku jew terminali, bħall-kanċer, il-mard pulmonari ostruttiv kroniku, u l-epilessija (Favril et al., 2023; Favril et al., 2022). Ġrajjiet negattivi fil-ħajja bħal kunflitt f'relazzjoni, kunflitt relatat mal-familja, problemi legali, u abbuż iġibu magħhom riskju sinifikanti ta' mortalità minn suwiċidju (Favril et al., 2022). Il-ġrajjiet negattivi fil-ħajja li jseħħu fi żmien xahar qabel il-mewt b'suwiċidju jistgħu jżidu r-riskju ta' suwiċidju b'għaxar darbiet (Favril et al., 2022).

F'termini ta' fatturi soċjodemografiċi, l-iżolament soċjali (Favril et al., 2022) u l-qgħad (Favril et al., 2023; Favril et al., 2022) huma l-fatturi ta' riskju l-aktar sinifikanti għas-suwiċidju. Id-diżordnijiet tal-burdata u s-suwiċidalità ġew marbuta b'mod qawwi mas-solitudni (McClelland et al., 2020; Beutel et al., 2017), bir-riċerka tissuġġerixxi li l-individwi li jħossuhom waħedhom huma aktar probabbli li jkollhom inqas emozzjonijiet pożittivi (Preece et al., 2021; Victor & Yang 2012) kif ukoll sodisfazzjon bil-ħajja aktar baxx u inqas reżiljenza (Zebhauser et al., 2014). Dawn il-karatteristiċi tal-aħħar instabu li huma aktar komuni fl-irġiel milli fin-nisa. Barra minn hekk, livell edukattiv baxx u status soċjoekonomiku baxx ukoll huma assoċjati ma' żieda ta' mill-inqas darbtejn fir-riskju ta' mortalità minn suwiċidju (Favril et al., 2023; Favril et al., 2022). Ir-riskju ta' mortalità minn suwiċidju jiżdied ukoll, għalkemm inqas, għal fatturi oħra bħat-twettiq ta' reat kriminali, il-kura mill-Istat fit-tfulija, u l-aċċess għall-armi tan-nar (Favril et al., 2023).

Diversi studji wrew assoċjazzjoni sinifikanti bejn id-diżordnijiet tal-użu tas-sustanzi u r-riskju ta' suwiċidju (Borges et al., 2017; Poorolajal et al., 2016; Darvishi et al., 2015; Wilcox et al., 2004). Il-metaanaliżi ta' Poorolajal et al. (2016) uriet probabbiltà akbar ta' ħsibijiet ta' suwiċidju, attentati ta' suwiċidju u mewt minn suwiċidju għal persuni b'diżordnijiet tal-użu tas-sustanzi, meta mqabbla mal-kontropartijiet tagħhom li huma f'saħħithom. Barra minn hekk, ir-riċerka wriet li l-użu akut tal-alkoħol meta persuna tkun qed tesperjenza ħsibijiet ta' suwiċidju jżid ir-riskju ta' attentati ta' suwiċidju (Borges et al., 2017). Minbarra dan, il-kookkorrenza ta' diżordnijiet tal-użu tas-sustanzi flimkien ma' diżordnijiet tas-saħħa mentali (dual diagnosis) taggrava r-riskju ta' mġiba suwiċidali (Wilcox et al., 2004). Dawn l-istudji kollettivament jenfasizzaw l-interazzjoni kumplessa bejn l-abbuż mis-sustanzi u s-suwiċidju, u jenfasizzaw l-importanza li jiġu indirizzati ż-żewġ kwistjonijiet fl-isforzi preventivi u ta' intervent.

Fl-aħħar deċennji, l-użu tal-midja soċjali u l-internet kiber b'mod drammatiku, u evolva minn pjattaformi għall-interazzjoni soċjali u d-divertiment għal għodod indispensabbli għax-xogħol u n-networking. Madankollu, din id-dipendenza akbar, f'xi każijiet, irriżultat f'użu problematiku jew kompulsiv li jfixkel il-ħajja ta' kuljum u jikkontribwixxi għal firxa ta' konsegwenzi negattivi. Madwar l-etajiet kollha, ir-riċerka wriet li l-użu problematiku tal-midja soċjali huwa marbut ma' rati ogħla ta' depressjoni, ansjetà, u tbatija psikoloġika (Hussain & Griffiths, 2018; Keles et al., 2019; Kennard et al., 2025; Lopes et al., 2022; Memon et al., 2018) li huma fatturi ta' riskju għas-suwiċidju. L-analiżi sistematika minn Sedgwick et al. (2019) turi li ż-żgħażagħ li jinvolvu ruħhom f'użu kbir jew problematiku tal-midja soċjali jew tal-internet huma aktar probabbli li jirrappurtaw ħsibijiet suwiċidali u tentattivi ta' suwiċidju meta mqabbla ma' sħabhom, b'proporzjonijiet ta' probabbiltà aġġustati għal tentattivi ta' suwiċidju li jvarjaw minn 1.03 sa 5.10 f'diversi studji kbar. Din l-assoċjazzjoni tibqa' anke wara li jitqiesu fatturi bħas-cyberbullying u d-disturbi fl-irqad, għalkemm dawn il-fatturi jistgħu jnaqqsu s-saħħa tar-relazzjoni. F'termini ta' abbuż ta' sustanzi, id-data mill-HBSC ġiet analizzata biex instab li l-adolexxenti b'użu tal-midja soċjali problematiku kellhom aktar minn darbtejn aktar probabbiltà li jużaw il-kannabis u aktar minn tliet darbiet aktar probabbiltà li jpejpu s-sigaretti meta mqabbla ma' sħabhom b'użu mhux problematiku (Boniel-Nissim et al., 2022).

Il-fatturi determinanti soċjali, li inizjalment ġew introdotti mill-Kummissjoni tal-WHO dwar il-Fatturi Determinanti Soċjali tas-Saħħa (CSDH, Commission

on Social Determinants of Health) (Solar & Irwin, 2010), jaffettwaw l-imġiba suwiċidali u l-ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha. Il-fatturi determinanti soċjali jinvolvu politiki makroekonomiċi (jiġifieri, politiki li huma kkonċernati bl-ekonomija kumplessiva tas-soċjetà, bħall-politiki tat-tassazzjoni), politiki pubbliċi (jiġifieri, politiki li għandhom x'jaqsmu ma' kwistjonijiet soċjetali wiesgħa, bħas-saħħa u l-edukazzjoni), politiki soċjali (jiġifieri, politiki kkonċernati bl-indirizzar ta' żvantaġġ, bħall-benesseri soċjali u l-akkomodazzjoni), oqfsa leġiżlattivi u/jew regolatorji, valuri kulturali u soċjetali, il-kapaċità/risponsività tas-sistema tas-saħħa u l-kopertura tal-kura tas-saħħa, u l-koeżjoni soċjali u l-kapital (jiġifieri, sa liema punt il-membri tas-soċjetà jappoġġjaw lil xulxin u għandhom għan komuni). Dawn il-fatturi determinanti huma kkultivati mill-governanza tas-soċjetà, jiġifieri l-istrutturi, il-proċessi, u l-prinċipji li jinfluwenzaw il-proċess tat-teħid tad-deċiżjonijiet tas-soċjetà (Pirkis et al., 2023). Riċessjoni ekonomika jew politiki ta' tassazzjoni li jkabbru l-inugwaljanzi jaggravaw ir-riskju ta' suwiċidju, filwaqt li l-miżuri ta' kontroll tal-inflazzjoni jew il-politiki attivi tas-suq tax-xogħol itaffu r-riskju ta' suwiċidju. Politiki pubbliċi u soċjali b'saħħithom li jindirizzaw il-fatturi determinanti soċjali tas-saħħa mentali għandhom il-potenzjal li jikkumpensaw għal fatturi ta' riskju individwali li jista' jkun li ma jkunux jistgħu jinbidlu. Għalhekk teżisti interazzjoni bidirezzjonali importanti bejn il-fatturi ta' riskju individwali msemmija hawn fuq u l-fatturi determinanti soċjali, li ma tistax tiġi injorata fil-kuntest ta' strateġiji ta' prevenzjoni ta' suwiċidju (Pirkis et al., 2023).

Fatturi Determinanti Lokali tas-Suwiċidju

Huwa rikonoxxut li hemm bżonn ta' riċerka suwiċidoloġika fil-Gżejjer Maltin. Ir-riċerka futura f'dan il-qasam hija ġġustifikata ħafna u għandha tkun prijorità ewlenija fl-aġenda lokali. Ir-riċerka hija imperattiva biex tinforma t-tfassil tal-politika futura mmirata lejn il-ħtiġijiet lokali tal-kura tas-saħħa mentali u soċjali.

Fi snin reċenti, Malta għaddiet minn trasformazzjoni demografika u soċjali mgħaġġla, u evolviet minn soċjetà tradizzjonalment konservattiva għal nazzjon aktar liberali u multikulturali minħabba tkabbir ekonomiku qawwi u migrazzjoni netta sinifikanti, partikolarment fost adulti fl-età tax-xogħol kemm minn pajjiżi tal-UE kif ukoll minn pajjiżi mhux tal-UE. Dan l-influss ikkumpensa għall-isfidi relatati ma' popolazzjoni li qed tixjieħ u fertilità baxxa, iżda poġġa wkoll pressjoni konsiderevoli fuq is-sistemi tas-saħħa, tas-saħħa mentali, u appoġġ soċjali ta' Malta. Filwaqt li l-ħaddiema barranin appoġġjaw l-espansjoni ekonomika u indirizzaw in-nuqqas ta' ħiliet, ikkontribwew ukoll għal pressjonijiet fuq il-pagi, kompetizzjoni fix-xogħol, u tħassib dwar id-drittijiet u l-kundizzjonijiet tax-xogħol tal-ħaddiema migranti. Minkejja sforzi ta' politika bħall-Istrateġija Nazzjonali Kontra r-Razziżmu, l-evidenza ta' diskriminazzjoni u ksenofobija tippersisti. Bidliet soċjali usa', inkluż l-urbanizzazzjoni, normi soċjali li qed jinbidlu, żieda fil-parteċipazzjoni tan-nisa fis-settur tax-xogħol, żieda fil-prezzijiet tal-proprjetà, u tnaqqis fil-kura bbażata fuq il-familja, komplew ipoġġu pressjoni fuq l-istrutturi tradizzjonali ta' appoġġ u żiedu r-riskju ta' esklużjoni soċjali għal gruppi vulnerabbli. Is-settur tas-saħħa mentali jiffaċċja sfidi kontinwi, inkluż nuqqas ta' staff u servizzi frammentati, għalkemm riformi reċenti kellhom l-għan li jsaħħu l-kura bbażata fuq il-komunità. Dawn il-bidliet demografiċi, ekonomiċi u soċjali żiedu l-istress psikosoċjali u d-domanda għal appoġġ għas-saħħa mentali, u poġġew kemm lill-migranti kif ukoll lill-popolazzjoni usa' f'riskju akbar għal diffikultajiet tas-saħħa mentali u suwiċidju.

Studju wieħed li rrieżamina l-evidenza disponibbli lokalment dwar il-fatturi determinanti soċjali tas-saħħa kkonferma relazzjoni inversa bejn l-istennija tal-għomor u l-kundizzjonijiet kroniċi tas-saħħa, kif ukoll relazzjoni inversa bejn l-imġiba tal-istil tal-ħajja u l-istatus soċjoekonomiku (Grima et al., 2018).

Il-pjaga soċjali tas-solitudni qiegħda tingħata aktar attenzjoni mill-akkademiċi lokali minħabba l-impatt sinifikanti tagħha fuq is-saħħa mentali u fiżika. Studju nazzjonali rappreżentattiv tal-popolazzjoni Maltija minn 11-il sena 'l fuq wera li 43.5% tal-individwi li joqogħdu fil-Gżejjer Maltin esperjenzaw xi grad ta' solitudni (Clark et al., 2019). Minn dawn, 41.3% ħassewhom moderatament waħedhom, 1.7% ħassewhom severament waħedhom, u 0.5% ħassewhom waħedhom b'mod sever ħafna. Barra minn hekk, l-istatistika mil-linja ta' appoġġ nazzjonali tal-Fondazzjoni għas-Servizzi tal-Benesseri Soċjali (FSWS), il-179, tiżvela żieda sostanzjali fit-telefonati relatati mas-solitudni fuq perjodu ta' sitt snin, li żdiedet minn 7% tat-telefonati totali fl-2018 (n = 648) għal 35% fl-2024 (n = 3,902). L-istudju mwettaq mill-Fakultà għall-Benesseri Soċjali fl-Università ta' Malta enfasizza diversi fatturi assoċjati mas-solitudni fost individwi li joqogħdu f'Malta, inkluż benesseri suġġettivi baxxi, strateġiji ta' kampar batuti skont il-persuna stess, saħħa ġenerali ħażina skont il-persuna stess, li dak li jkun jgħix waħdu, separazzjoni taż-żwieġ jew divorzju, li wieħed jormol, diżabbiltà, livell baxx ta' edukazzjoni, qgħad jew irtirar, nuqqas ta' sigurtà finanzjarja, u li wieħed jgħix f'dar taħt ipoteka (mortgage) (Clark et al., 2019).

Sar segwitu għall-istess studju f'Lulju 2022 li żvela żieda inkwetanti fil-prevalenza tas-solitudni fost il-popolazzjoni

Maltija, li żdiedet minn 43.5% fl-2019 għal 54.6% fl-2022, u affettwat lil 198,198 individwu (Azzopardi, 2022). L-indirizzar tas-solitudni jeħtieġ sforzi koordinati minn korpi tal-gvern nazzjonali u lokali, organizzazzjonijiet nongovernattivi, u l-komunità akkademika. Il-kollaborazzjoni msaħħa fost dawn il-partijiet ikkonċernati hija essenzjali biex is-solitudni tiġi miġġielda b'mod effettiv u biex tissaħħaħ il-konnessjoni soċjali fis-soċjetà Maltija.

L-assoċjazzjoni bejn l-alkoħol u l-abbuż tas-sustanzi, u ż-żieda fir-riskju ta' suwiċidju ġiet enfasizzata qabel. Fid-data tal-EHIS tal-2019 dwar Malta, il-parteċipanti ġew mistoqsija dwar id-drawwiet tagħhom tal-konsum tal-alkoħol matul is-sena preċedenti. Ta' min jinnota li madwar 32% iddikjaraw li astjenew mill-alkoħol kompletament fl-aħħar sena jew tul ħajjithom kollha. Għal dawk li kkunsmaw l-alkoħol, 22% irrappurtaw li xorbu minn jum sa jumejn fil-ġimgħa, filwaqt li 8% indikaw li jikkonsmawh kuljum. Meta kien ikkunsidrat ix-xorb bla rażan (binge drinking), definit bħala li tikkonsma sitt xarbiet jew aktar f'okkażjoni waħda; 9% ta' dawk li wieġbu l-istħarriġ irrapurtaw dan l-aġir darba fix-xahar, 46% irrapportaw inqas minn darba fix-xahar jew assolutament xejn u 31% irrapportaw li qatt ma kienu xorbu bla rażan f'ħajjithom. L-istudju żvela wkoll li 1% biss ammettew li jikkonsmaw ammont riskjuż ta' alkoħol kuljum jew kważi kuljum.

Il-Proġett Ewropew ta' Stħarriġ Skolastiku dwar l-Alkoħol u Drogi Oħrajn (ESPAD, European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) huwa sforz kollaborattiv fost il-pajjiżi Ewropej biex tinġabar data dwar l-użu tas-sustanzi fost l-istudenti ta' bejn il-15 u s-16-il sena. Il-metodoloġija tinvolvi kwestjonarju standardizzat mogħti lil kampjun rappreżentattiv ta' studenti f'kull pajjiż parteċipanti. L-istħarriġ ikopri diversi aspetti tal-użu tas-sustanzi, inkluż l-alkoħol, it-tabakk, u d-drogi illeċiti, kif ukoll fatturi assoċjati bħall-attitudnijiet, il-perċezzjonijiet, u l-imġiba relatati mal-użu tas-sustanzi.

Id-data tal-ESPAD għal Malta tal-2024 tiżvela xejriet inkwetanti fl-użu ta' sustanzi fost studenti ta' bejn il-15 u s-16-il sena (ESPAD Group, 2025). Madwar 11.5% tal-istudenti rrappurtaw li użaw il-kannabis f'ħajjithom, b'9.04% jindikaw użu fl-aħħar xahar. Dan jirrappreżenta żieda sinifikanti mill-4.7% irrappurtati fl-istħarriġ preċedenti tal-ESPAD (2019), li potenzjalment jirrifletti l-impatt tal-legalizzazzjoni riċenti tal-kannabis. Barra minn hekk, 1.5% tal-istudenti rrappurtaw użu ta' ecstasy tul ħajjithom, 1.33% rrappurtaw użu ta' kokaina tul ħajjithom, u 0.6% rrappurtaw użu ta' eroina tul ħajjithom. Barra minn hekk, 64.5% tal-istudenti rrappurtaw li kkunsmaw l-alkoħol mill-inqas darba fl-aħħar 12-il xahar, bi kważi wieħed minn kull għaxra jixrob f'20 okkażjoni jew aktar, li jissuġġerixxi espożizzjoni bikrija kontinwa għall-użu tal-alkoħol fost l-adolexxenti. Barra minn hekk, 37.1% tal-istudenti rrappurtaw li xorbu l-alkoħol fl-aħħar 30 jum, filwaqt li 33.3% rrappurtaw li esperjenzaw intossikazzjoni bl-alkoħol mill-inqas darba f'ħajjithom, bil-maġġoranza jindikaw biss episodju jew tnejn bħal dawn. Ta' min jinnota li Malta tispikka wkoll f'termini ta' differenzi bejn is-sessi fl-użu ta' drogi illeċiti, bil-prevalenza tul il-ħajja fost il-bniet taqbeż dik tas-subien b'sitt punti perċentwali (15% kontra 9.3%), li tenfasizza l-ħtieġa għal sforzi ta' prevenzjoni sensittivi għall-ġeneru.

Billi jiġi rikonoxxut u ndirizzat ir-rwol tal-użu tal-alkoħol u d-droga fit-tendenzi ta' suwiċidju, l-interventi jistgħu jitfasslu biex jipprovdu appoġġ u trattamenti komprensivi għal individwi f'riskju. Barra minn hekk, l-integrazzjoni ta' miżuri ta' prevenzjoni u trattament ta' abbuż minn sustanzi f'inizjattivi usa' ta' prevenzjoni tas-suwiċidju tista' ttejjeb l-effettività tagħhom u tippromwovi l-benesseri olistiku fi ħdan il-komunitajiet (Harkavy-Friedman & Oquendo, 2006; Lynskey et al., 2003).

L-istħarriġ tal-2022 dwar l-Imġiba tas-Saħħa fit-Tfal tal-Età tal-Iskola (HBSC) ġabar data minn kważi 280,000 adolexxenti ta' bejn il-11, it-13, u l-15-il sena minn 44 pajjiż u reġjun fl-Ewropa, l-Asja ċentrali, u l-Kanada (Boniel-Nissim et al., 2024). Ir-riżultati indikaw li l-adolexxenti li kienu utenti qawwija iżda mhux problematiċi tal-midja soċjali u l-internet irrappurtaw appoġġ aktar b'saħħtu mill-pari u konnessjonijiet soċjali. Dan jaqbel mar-riċerka preċedenti li turi li l-pjattaformi tal-midja soċjali jistgħu jippromwovu b'mod effettiv is-saħħa mentali u jipprevjenu s-suwiċidju billi jipprovdu komunitajiet aċċessibbli ta' appoġġ mill-pari, itejbu l-benesseri emozzjonali, jibnu r-reżiljenza, u jappoġġjaw l-irkupru (Naslund et al., 2016). Barra minn hekk, kampanji diġitali strutturati wrew li huma ta' suċċess fiż-żieda tal-litteriżmu tas-saħħa mentali, fit-tnaqqis tal-istigma, u fl-inkoraġġiment ta' mġiba ta' tiftix għall-għajnuna fost iż-żgħażagħ (Sontag-Padilla et al., 2018). Madankollu, l-istħarriġ tal-HSBC tal-2022 wera li l-użu problematiku tal-midja soċjali (SMU) fost l-adolexxenti żdied għal 11% fl-2022, minn 7% fl-2018. Malta rrappurtat it-tieni l-ogħla prevalenza ta' SMU problematika bi 18%, eżatt wara r-Rumanija bi 22%, filwaqt li l-medja ġenerali tal-HBSC kienet ta' 11%. Il-prevalenza ta' SMU problematika hija sinifikament ogħla fost il-bniet ta' 11-il sena f'6 pajjiżi u reġjuni biss, inkluża Malta. Barra minn hekk, Malta kellha l-ogħla proporzjon ta' adolexxenti f'riskju ta' logħob problematiku, b'19%. Ix-xejriet ta' mġiba diġitali fost iż-żgħażagħ kienu marbuta mill-qrib ma' kif aċċessaw, involvew ruħhom ma', u poġġew il-fiduċja fis-sistemi ta' appoġġ fid-dar, ma' ħbieb u sħabhom, fl-iskola,

u fil-komunitajiet tagħhom. Ir-rapport *Il-Benesseri tat-Tfal u ż-Żgħażagħ f'Malta* minn Cefai et al. (2024) jenfasizza s-SMU għolja fost din il-popolazzjoni, partikolarment l-adolexxenti ta' bejn il-11 u l-15-il sena, iwissi dwar ir-riskji ta' SMU problematika, u jirrakkomanda l-eżerċizzju fiżiku, l-isports, u attivitajiet ibbażati fuq in-natura għall-benesseri tagħhom.

Minbarra l-indirizzar ta' dawn ix-xejriet fl-imġiba bħala parti minn strateġija ta' prevenzjoni tas-suwiċidju, huwa imperattiv li jitqiesu l-fatturi usa' li jħallu impatt fuq il-benesseri, kif enfasizzat minn rapporti reċenti dwar il-kuntentizza u l-benesseri tat-tfal u ż-żgħażagħ f'Malta. Ir-Rapport Dinji dwar il-Kuntentizza (Helliwell et al., 2024) żvela li l-individwi taħt it-30 sena f'Malta huma l-inqas kuntenti fl-Unjoni Ewropea. Malta kklassifikat fis-57 post fid-dinja minn 143 pajjiż, u kisbet punteġġ ta' 6.45 fuq skala minn 1 sa 10. Dan kien jirrappreżenta tnaqqis ta' kważi 0.4 punti meta mqabbel mal-perjodu mill-2006 sal-2010.

Barra minn hekk, il-ħruġ reċenti tar-rapport dwar *Il-Benesseri tat-Tfal u ż-Żgħażagħ f'Malta* (Cefai et al., 2024) ipprovda aktar tagħrif. L-għan ewlieni ta' dan l-istudju kien li jidentifika l-esperjenzi u l-ħtiġijiet tal-benesseri tat-tfal u ż-żgħażagħ li jgħixu f'Malta, bl-għan li jifformula miżuri ta' politika li jistgħu jtejbu l-benesseri tagħhom. Daħal f'diversi aspetti tal-benesseri suġġettiva tat-tfal, u eżamina kif dawn ivarjaw skont l-età, il-ġeneru, in-nazzjonalità/il-lingwa, id-diżabbiltà, u l-istatus soċjoekonomiku. Bl-adozzjoni ta' approċċ favur id-drittijiet tat-tfal, l-istudju qies lit-tfal bħala parteċipanti attivi li kapaċi jesprimu l-perspettivi tagħhom stess u għalhekk huma ntitolati li jipparteċipaw fir-riċerka. Il-ġbir tad-data kien jinvolvi l-użu ta' tliet kwestjonarji distinti mfassla apposta għal tfal li kellhom bejn 7 u 8 snin, tfal li kellhom bejn 8 snin u 11-il sena, u tfal li kellhom bejn 11 u 15-il sena, rispettivament, b'total ta' 364 tifel u tifla u żagħżugħ u żagħżugħa li mlew il-kwestjonarju. Fost dawk li kellhom bejn 7 u 8 snin, 17.3% esperjenzaw bullying u rrappurtaw li ġew attakkati fiżikament darbtejn jew aktar fix-xahar ta' qabel, 21.7% kienu soġġetti għal rimarki derogatorji, u 23.1% iffaċċjaw esklużjoni mill-pari tagħhom. Skont ir-rapport, għalkemm dawk li kellhom bejn 11 u 15-il sena ġeneralment irrappurtaw livell għoli ta' kuntentizza f'ħajjithom, is-sitwazzjoni reali żvelata mid-data kienet inqas ottimista. Barra minn hekk, kwart tat-tfal li kellhom bejn 11 u 15-il sena ffaċċjaw ġlied fl-iskola fil-biċċa l-kbira tal-ġranet, bi 11% oħra jesperjenzaw dan kuljum. Minbarra dan, 9% tal-adolexxenti ammettew li spiss jirrikorru li jweġġgħu lilhom infushom bħala mekkaniżmu biex ikampaw.

L-evalwazzjoni tal-PISA 2022 għal Malta inkludiet kampjun rappreżentattiv ħafna ta' 3,127 student ta' 15-il sena f'46 skola lokali. L-evalwazzjoni enfasizzat diversi tħassib rigward is-sigurtà tal-istudenti, is-sens ta' appartenenza, il-benesseri emozzjonali, u l-bullying, meta mqabbla mal-medji tal-OECD. 64% biss tal-istudenti Maltin iħossu sens ta' appartenenza fl-iskola, notevolment taħt il-medja tal-OECD ta' 75%, u 26% jirrappurtaw li jħossuhom barranin – ċifra sinifikament ogħla mis-17% tal-OECD (OECD, 2023). Il-benesseri emozzjonali naqas, b'24% tal-istudenti jirrappurtaw sodisfazzjon baxx bil-ħajja, żieda minn 20% fl-2018 u qabeż il-medja tal-OECD ta' 18% fl-2022. Il-perċezzjonijiet tas-sigurtà juru li 9% tal-istudenti jħossuhom mhux siguri fil-klassijiet (medja tal-OECD: 7%), filwaqt li 7% iħossuhom mhux siguri meta jivvjaġġaw lejn l-iskola (medja tal-OECD: 8%). Il-bullying għadu prevalenti, b'29% tas-subien u 24% tal-bniet jesperjenzaw bullying mill-inqas darba fix-xahar, u dan jaqbeż il-medji tal-OECD ta' 21% u 20%, rispettivament, għalkemm l-inċidenti ta' tixrid ta' xnigħat naqsu minn 15% għal 9% mill-2018 (OECD, 2023). Dawn is-sejbiet jenfasizzaw il-ħtieġa għal interventi ta' politika mmirata lejn it-trawwim ta' ambjenti skolastiċi inklużivi, it-titjib tal-benesseri tal-istudenti, u t-tnaqqis tal-bullying, f'konformità mal-parametri referenzjarji internazzjonali.

Il-fehim tal-bosta dimensjonijiet tal-benesseri suġġettiva u l-indirizzar tal-isfidi ffaċċjati minn gruppi ta' età differenti jistgħu jikkontribwixxu b'mod sinifikanti għall-ħolqien ta' ambjent aktar ta' appoġġ u inklużiv għaż-żgħażagħ f'Malta.

Statistika Lokali Dwar is-Suwiċidju

Rata Standardizzata tal-Mortalità Minħabba Ħsara Intenzjonata mill-Persuna Fuqha Nniffisha

Ir-Rata Standardizzata tal-Mortalità (SMR, Standardised Mortality Rate) minħabba ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha f'Malta tikkumpara b'mod favorevoli mal-medja tal-Unjoni Ewropea (UE) minn 27 pajjiż, bir-rati f'Malta jkunu konsistentement aktar baxxi mill-medja tal-EU-27 (Id-Direttorat għall-Informazzjoni u Riċerka għas-Saħħa (DHIR, Directorate for Health Information & Research), 2025; Eurostat, 2023) (Fig. 1, Tabella 1). L-iSMR qiegħda tonqos kemm fl-UE kif ukoll f'Malta, fejn il-medja tal-EU-27 qiegħda tonqos b'rata aktar mgħaġġla. Filwaqt li n-numru ta' mwiet minn suwiċidju f'Malta huwa żgħir u favorevoli, xorta waħda huma meħtieġa aktar sforzi biex jiġu evitati l-imwiet minn suwiċidju. Ir-Rata Standardizzata tal-Mortalita (SMR) ikkonfermata għas-suwiċidju f'Malta fl-2023 kienet ta' 5.39 imwiet għal kull 100,000 ruħ, filwaqt li l-iSMR proviżorja għall-2024 hija ta' 4.31 imwiet għal kull 100,000 ruħ (DHIR, 2025). Din iċ-ċifra proviżorja

għall-2024 tista' tiżdied xi ftit wara l-analiżi finali. L-iSMR f'Malta dejjem tkun ogħla għall-irġiel milli għan-nisa, u dan huwa konsistenti ma' pajjiżi oħra tal-Unjoni Ewropea (DHIR, 2025; Eurostat, 2023). It-Tabella 1 turi r-rata ta' mortalità mis-suwiċidju skont is-sena u s-sess għal Malta, bi tqabbil mal-medja tal-EU-27.

Huwa diffiċli li wieħed jikkummenta dwar ix-xejriet lokali, minħabba n-numru relattivament żgħir ta' mwiet minn suwiċidju u meta jitqies li Malta ma għandhiex reġistru formali tal-mortalità minn suwiċidju, li joħloq sfida f'termini ta' rappurtar preċiż ta' mwiet minn suwiċidju. Madankollu, jidher li r-Rata Standardizzata tal-Mortalità għal kull 100,000 ruħ fil-popolazzjoni laħqet l-ogħla punt matul l-2014, bi tnaqqis gradwali minn dak iż-żmien 'l hawn.

In-numru ta' mwiet minn suwiċidju fost ir-residenti u mhux residenti skont is-sess huwa muri fit-Tabella 2. Din hija l-unika informazzjoni li hija kkategorizzata skont dawk li huma residenti u dawk li mhumiex residenti.

L-aħħar data dwar il-mortalità bis-suwiċidju għal Malta tindika li l-ogħla rati ta' suwiċidju fl-2023 ġew osservati fost l-irġiel ta' bejn il-45 u l-64 sena, bi 13.3 mewt għal kull 100,000 persuna, u fl-2024 fost l-irġiel ta' 65 sena jew aktar, bi 12.3 mewt għal kull 100,000 persuna. Ir-rati ta' mortalità bis-suwiċidju fost in-nisa jibqgħu konsiderevolment aktar baxxi; madankollu, ġiet osservata żieda żgħira fil-grupp ta' età bejn il-45 u l-64 sena matul l-aħħar tliet snin, b'rati ta' 1.6 mewt għal kull 100,000 fl-2022 u l-2023, li telgħu għal 3.2 mewt għal kull 100,000 fl-2024. Huwa importanti li wieħed jinnota li din l-osservazzjoni bħalissa ma turix xejra definittiva.

L-iSMR standardizzata skont l-età u s-sess għall-individwi b'diżordnijiet mentali li jkunu ntbagħtu d-dar minn faċilità tas-saħħa mentali hija favorevoli meta mqabbla mal-medja tal-OECD minn 14-il pajjiż, bl-iSMR nazzjonali fl-2020 tkun ta' 0.07/10,000 fi żmien 30 jum minn meta jintbagħtu d-dar (OECD-14 12.4/10,000) u 0.29 fi żmien sena minn meta jintbagħtu d-dar (OECD-14 35.5/10,000) (Organizzazzjoni għall-Kooperazzjoni u l-Iżvilupp Ekonomiċi (OECD, Organisation for Economic Co-operation and Development), 2021).

Fatturi ta' Riskju għal Imġiba Suwiċidali

Inġabret data dwar in-numru ta' każijiet ta' dħul l-isptar minħabba ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha (Tabella 3) u data dwar il-metodi l-aktar komuni ta' ħsara intenzjonali (Tabella 4) mis-Sistema ta' Informazzjoni tal-Isptarijiet Nazzjonali (NHIS, National Hospitals Information System) u din ġiet ikkodifikata bl-użu tas-sistema ICD-10. L-NHIS tiġbor data mill-każijiet kollha ta' pazjenti li jintbagħtu d-dar mill-isptarijiet f'Malta u Għawdex, inkluż

Figura 1

Xejriet fir-Rata Standardizzata tal-Mortalità għal kull 100,000 ruħ f'Malta kontra l-medja tal-UE, skont is-sena minħabba ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha (DHIR 2025; Eurostat 2023).

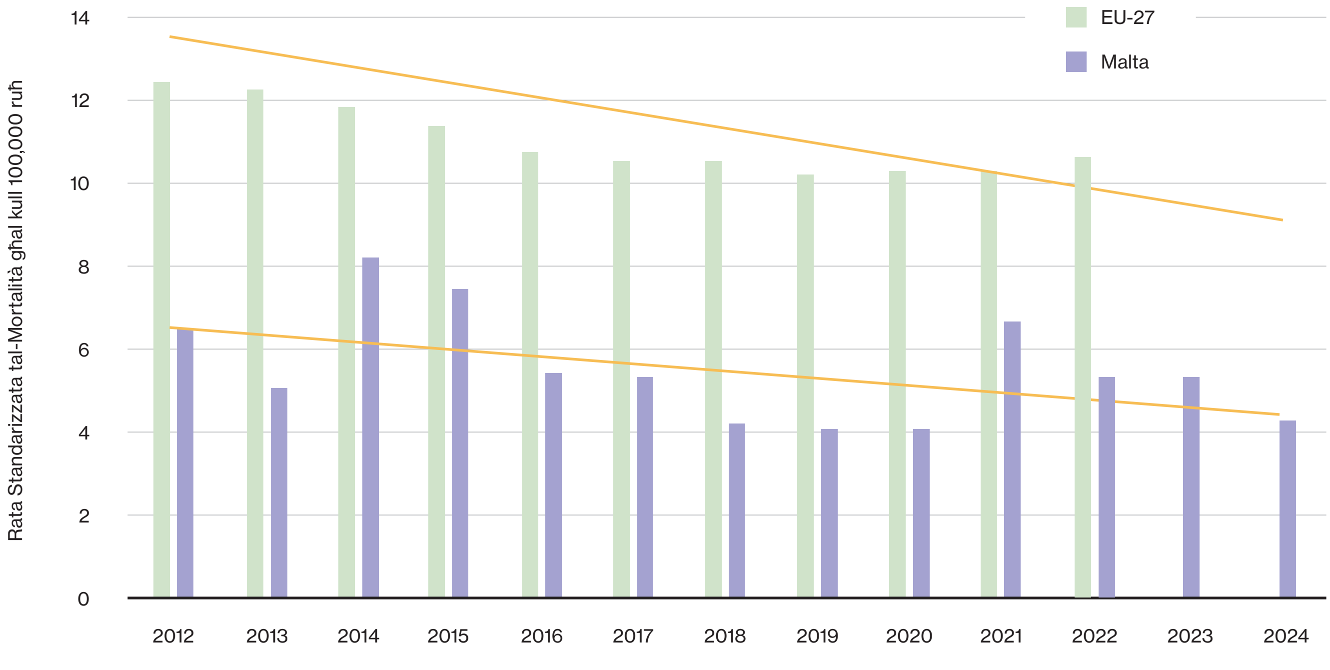


Tabella 1

Rata standardizzata tal-mortalità f'Malta kontra l-medja tal-UE, għal kull 100,000 ruħ skont is-sena u s-sess minħabba ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha (DHIR 2025; Eurostat 2023).

Total	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
EU-27	12.38	12.25	11.81	11.39	10.75	10.49	10.49	10.19	10.26	10.24	10.58		
Malta	6.40	5.02	8.15	7.39	5.33	5.23	4.11	3.95	3.98	6.59	5.21	5.39	4.31
Irġiel													
EU-27	20.69	20.28	19.52	18.75	17.76	17.21	17.2	16.76	16.86	16.75	17.22		
Malta	11.13	9.63	16.01	11.43	8.92	8.55	7.33	7.2	5.06	9.09	9.15	9.23	6.67
Nisa													
EU-27	5.22	5.30	5.15	5.03	4.66	4.65	4.66	4.43	4.49	4.55	4.77		
Malta	2.87	0.40	2.36	3.20	1.69	1.97	0.85	0.38	2.72	3.88	1.50	1.15	1.69

N.B. L-istatistika tar-Rata Standardizzata tal-Mortalità (SMR għal Malta tapplika esklussivament għar-residenti u ma tinkludix informazzjoni fuq dawk li mhumiex residenti, skont il-metodoloġija standard tal-istatistika.

Figura 2

Xejriet fir-Rata Standardizzata tal-Mortalità għal kull 100,000 ruħ f'Malta minħabba ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha skont is-sena u s-sess (DHIR, 2025).

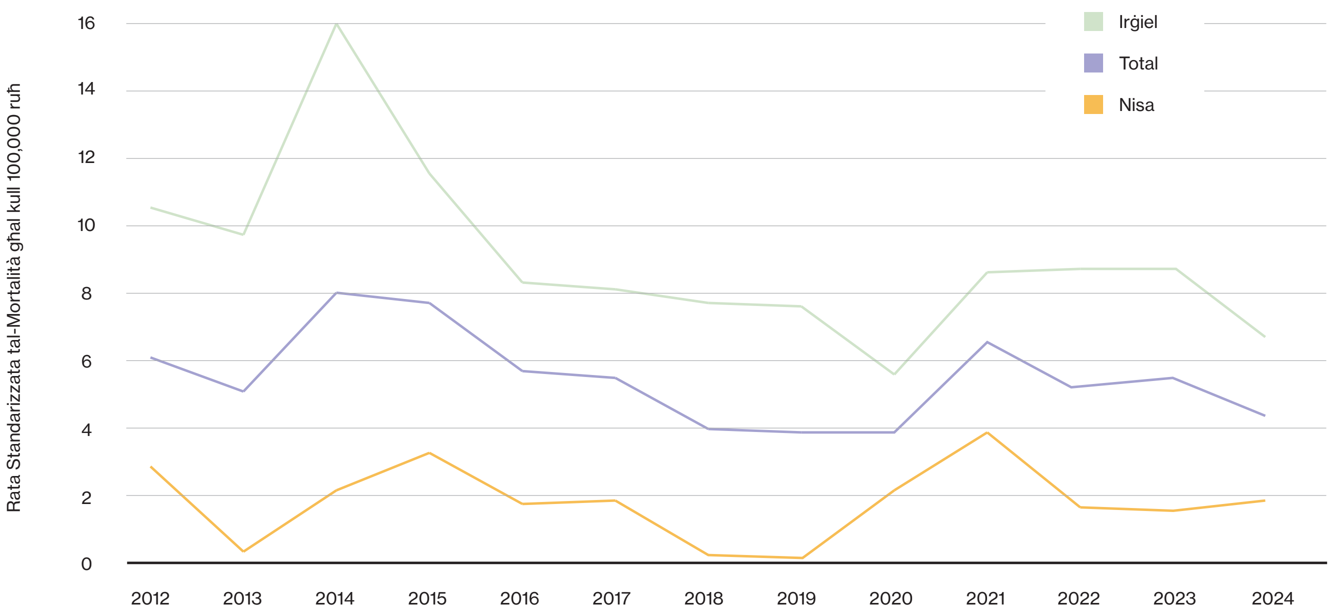


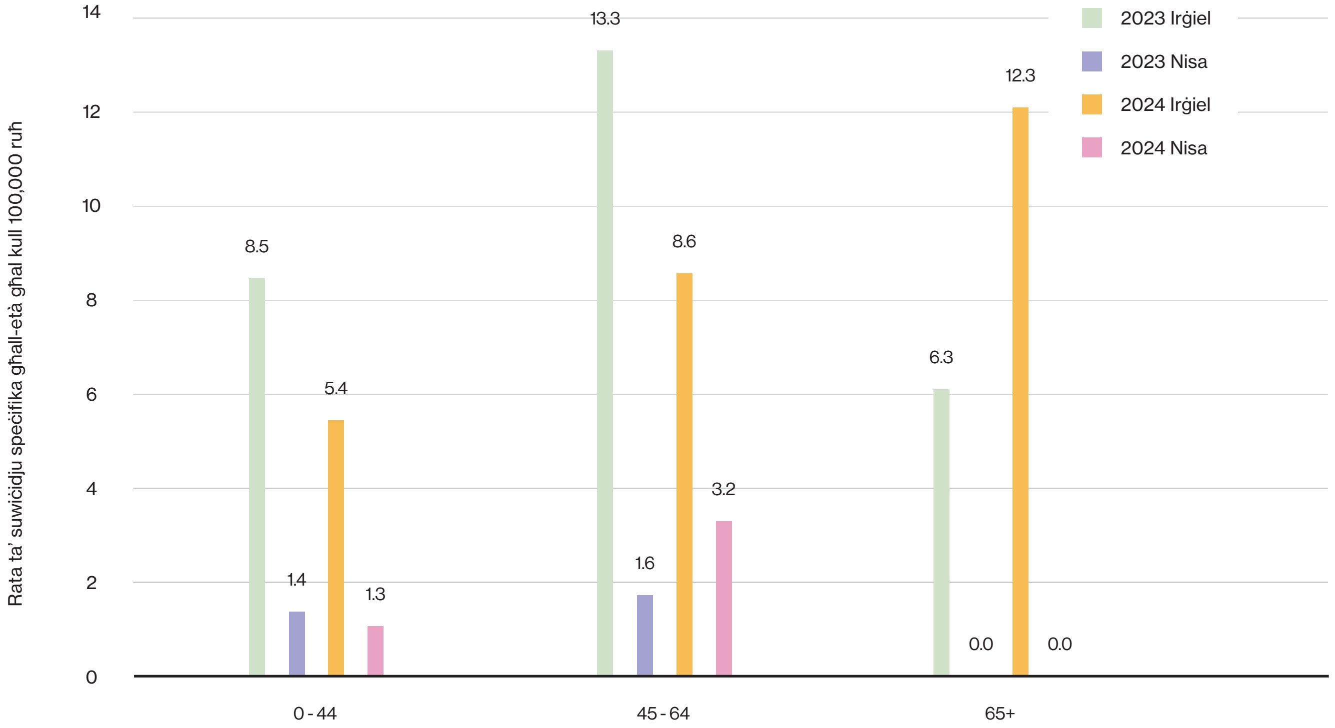
Tabella 2

Numru ta' mwiet fost ir-residenti u mhux residenti skont is-sess u s-sena minħabba suwiċidju f'Malta (DHIR, 2025).

Sena	Residenti			Sena	Mhux Residenti		
	Irġiel	Nisa	Total		Irġiel	Nisa	Total
2012	19	6	25	**2012**	2	2	4
2013	21	1	22	**2013**	5	0	5
2014	27	5	32	**2014**	4	0	4
2015	27	7	34	**2015**	4	1	5
2016	19	5	24	**2016**	2	1	3
2017	20	5	25	**2017**	1	0	1
2018	21	2	23	**2018**	1	2	3
2019	20	1	21	**2019**	2	0	2
2020	14	8	22	**2020**	0	0	0
2021	25	10	35	**2021**	2	0	2
2022	23	4	27	**2022**	2	1	3
2023	25	3	28	**2023**	0	0	0

Figura 3

Rata ta' suwiċidju speċifika għall-età għal kull 100,000 ruħ fl-2023 (ikkonfermata) u 2024 (proviżorja), skont il-grupp ta' età u s-sess (DHIR, 2025).



l-Isptar Mater Dei (MDH), l-Isptar Mount Carmel (MCH) u l-Isptar Ġenerali ta' Għawdex (GGH). Għall-MDH u l-MCH, id-data tal-każijiet li jintbagħtu d-dar toriġina primarjament mis-Sommarji tal-Każijiet Elettroniċi (ECS, Electronic Case Summaries), filwaqt li d-data tal-każijiet li jintbagħtu d-dar tasal direttament mingħand il-GGH għal dawk li jintbagħtu d-dar minn Għawdex.

Analiżi lonġitudinali retrospettiva tal-każijiet lokali ta' dħul f'faċilità tas-saħħa mentali minn Warwicker et al. (2023) eżaminat id-data tad-dħul matul il-perjodi ta' qabel il-pandemija, tal-pandemija, u ta' wara l-pandemija minn diversi servizzi, b'fokus partikolari fuq l-impatt tal-pandemija tal-COVID-19 fuq l-istanzi ta' mġiba suwiċidali. Ir-riżultati indikaw żidiet notevoli fil-ħsieb ta' suwiċidju, ħsara suwiċidali mill-persuna fuqha nniffisha, u ħsara mhux suwiċidali kkawżata mill-persuna fuqha nniffisha (NSSI) bejn l-2019 u l-2021. Eżami dettaljat tad-data juri żieda sostanzjali fl-inċidenti fejn il-persuni jweġġgħu lilhom infushom, b'mod partikolari fost l-adolexxenti u l-adulti żgħażagħ (Warwicker et al., 2023).

Verifika retrospettiva ta' 5 snin tal-imġiba tat-tfal u l-adolexxenti li jweġġgħu lilhom infushom minn Grech & Axiak (2016) uriet li madwar 38% tal-minorenni kollha li ddaħħlu fl-Isptar Mount Carmel kienu għamlu ħsara lilhom infushom qabel ma daħlu. Ir-riżultati ssuġġerew li sess maskili u struttura tal-familja ta' ġenitur wieħed kienu fatturi ta' riskju sinifikanti biex it-tfal u l-adolexxenti Maltin iweġġgħu lilhom infushom.

Analiżi qasira tad-data miġbura mit-tim tal-Crisis Resolution and Home Treatment (CRHT) turi li bejn l-2022 u l-2023, 130 persuna ġew riferuti lis-CRHT wara attentat ta' suwiċidju. L-attentati kienu jinvolvu doża eċċessiva ta' mediċina, tgħalliq, tiċrit tal-ġilda mill-persuna stess, u li l-persuna tniffed lilha nnifisha. L-attentati kienu l-aktar komuni fost in-nisa (n=75, 57.7%), persuni mpjegati (n=98, 75.4%), u b'età medja ta' 35.8 sena. L-istat ċivili ma kellux impatt fuq ir-riżultati. Madwar terz (36.2%) tal-attentati kollha ta' suwiċidju twettqu minn ċittadini mhux Maltin. Il-problemi fir-relazzjonijiet, inkluż li koppja tħassar u diżarmonija fiż-żwieġ/fir-relazzjoni, kienu l-fatturi preċipitanti ewlenin (n=60, 46.2%), segwiti minn problemi tal-familja (n=19, 14.6%). Persuni li ppruvaw jagħmlu suwiċidju u li sussegwentement ġew ittrattati mis-CRHT kienu dijanjostikati l-iżjed b'Diżordni ta' Aġġustament u/jew Reazzjoni Akuta ta' Stress (n=47, 36.2%), Depressjoni (n=21, 16.2%) u Borderline Personality Disorder (n=17, 13.1%). Żewġ studji lokali li investigaw l-imwiet mis-suwiċidju fil-Gżejjer Maltin twettqu minn Renaud (2019) u Camilleri (2021). Flimkien, iż-żewġ studji jinvestigaw il-prevalenza u l-karatteristiċi ta' individwi li mietu bis-suwiċidju fil-Gżejjer Maltin bejn l-1995 u l-2018. L-istudju ta' Renaud (2019) identifika riskju akbar ta' suwiċidju għal individwi li kienu rġiel, li kellhom bejn 30 u 49 sena, ma kinux miżżewġin jew kienu separati, kienu qiegħda jew kienu pensjonanti. L-istudju ta' Camilleri (2021) identifika wkoll riskju akbar ta' suwiċidju għal individwi li kienu rġiel iżda nnota żieda fir-riskju ta' suwiċidju f'kategorija ta' età differenti, jiġifieri, l-individwi li għandhom bejn 46 u 60 sena. Il-fatturi ta' riskju soċjodemografiċi kollettivi huma enfasizzati fil-Figura 4.

Fl-istudju ta' Camilleri (2021), id-data nkisbet mir-rapporti tal-pulizija ta' kull waħda mit-359 mewta minn suwiċidju rreġistrata bejn l-2003 u l-2017. F'dan l-istudju, 19.2% (N = 69) ta' dawk kollha li mietu bis-suwiċidju kellhom kuntatt mas-servizzi tas-saħħa mentali. Problemi tas-saħħa mentali ġew annotati mill-pulizija biss fi 33.1% (N = 119) tal-imwiet mis-suwiċidju. Id-dijanjożijiet psikjatriċi speċifiċi ġew irreġistrati fi 13.9% (N = 50) biss tal-każijiet kollha, bid-depressjoni tkun l-aktar dijanjożi komuni rrappurtata.

B'kuntrast, l-istudju ta' Renaud (2019) kiseb id-data mir-rekords mediċi ta' 635 persuna li mietu bis-suwiċidju bejn l-1995 u l-2018. Aktar minn nofs (57.0%, N = 211) ta' dawk li mietu bis-suwiċidju investigati minn Renaud (2019) kellhom kuntatt mas-servizzi tas-saħħa mentali (6.3% aktar minn sena qabel; 93.7% anqas minn sena qabel), bil-maġġoranza tal-utenti tas-servizzi jkunu nisa (74.0%).

Camilleri (2021) u Renaud (2019) it-tnejn jinnutaw żewġ quċċati staġjonali fir-rata nazzjonali tas-suwiċidju, li jirriflettu żieda fl-imwiet mis-suwiċidju fir-rebbiegħa u fis-sajf. Ir-rata ta' suwiċidju f'Malta hija l-ogħla fid-distrett tal-Port tat-Tramuntana meta mqabbel ma' distretti oħra (Camilleri, 2021). L-aktar postijiet komuni għas-suwiċidju huma d-dar (Camilleri, 2021; Renaud, 2019) u l-garaxxijiet (Camilleri, 2021). Għall-individwi li jagħżlu li jaqbżu mill-għoli, is-swar huma l-post ippreferut għas-suwiċidju, b'mod partikolari fid-distrett tal-Port tan-Nofsinhar fejn jinsabu l-biċċa l-kbira tas-swar (Camilleri, 2021). Individwi mid-Distrett tat-Tramuntana li jmutu billi jaqbżu mill-għoli għandhom it-tendenza li jagħmlu dan fil-pont tal-Mosta, li jinsab fl-istess distrett (Camilleri, 2021). Minbarra l-postijiet imsemmija minn Camilleri (2021), Renaud (2021) tinnota wkoll għadd sinifikanti ta' suwiċidji li jsiru fl-Irdum ta' Ħad-Dingli u l-Fossa ta' Laskri fil-Belt.

It-tgħalliq huwa l-metodu ta' suwiċidju li jiġi rreġistrat l-aktar; madankollu, hemm differenza peress li l-qbiż mill-għoli huwa nnotat li huwa l-aktar metodu komuni ta' suwiċidju għan-nisa (DHIR, 2023; Camilleri, 2021; Renaud, 2019). Iċ-ċifri mir-Reġistru Nazzjonali tal-Mortalità (2017-

Tabella 3

Numru ta' każijiet ta' dħul l-isptar minħabba ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha fl-2020, skont il-grupp ta' età u s-sess (NHIS 2023).

	Gruppi ta' Eta (snin)						
	0-19	**20-39**	**40-59**	**60-79**	**≥80**	**Mhux speċifikat**	**Total**
Nisa	25	57	50	14	0	0	146
Irġiel	46	70	34	12	6	2	170
Total	71	127	84	26	6	2	316

Tabella 4

L-aktar metodi komuni ta' ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha għas-sena 2020, bl-intenzjoni ta' suwiċidju jew mingħajrha, skont il-grupp ta' età u s-sess (NHIS, 2023).

	Gruppi ta' Eta (snin)					
	0-19	**20-39**	**40-59**	**60-79**	**≥80**	
Nisa	Avvelenament (Y10)	Avvelenament (Y10)	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	Awtoavvelenament intenzjonat (X64)	#1
	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	Avvelenament (Y10)	Awtoavvelenament intenzjonat (X60)	Mezz mhux speċifikat (X83)	#2
	Mezz mhux speċifikat (X83)	Mezz mhux speċifikat (X83)	Mezz mhux speċifikat (X83)	Avvelenament (Y10)	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	#3
Irġiel	Awtoavvelenament intenzjonat (X69)	Mezz mhux speċifikat (X83)	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	Awtoavvelenament intenzjonat (X64)	#1
	Tgħalliq (X70)	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	Awtoavvelenament intenzjonat (X64)	Mezz mhux speċifikat (X83)	Mezz mhux speċifikat (X83)	#2
	Mezz mhux speċifikat (X83)	Oġġett bil-ponta (X70)	Tgħalliq (X70)	Tgħalliq (X70)	Awtoavvelenament intenzjonat (X61)	#3

2021) juru li l-aktar modi komuni ta' suwiċidju huma t-tgħalliq (n=81), il-qbiż mill-għoli (n=20), it-teħid ta' doża eċċessiva ta' sustanza (n=9), u l-isparar ta' arma tan-nar (n=6), f'ordni mill-kbir għaż-żgħir fil-gruppi kollha tal-età. Renaud (2019) iddeskriviet ukoll relazzjoni bejn il-gruppi ta' età iżgħar u tendenza akbar ta' suwiċidju permezz tal-awtoavvelenament mill-gassijiet, u relazzjoni bejn il-gruppi ta' età akbar u s-suwiċidju permezz ta' għarqa jew it-tgħaddis. Dan l-aħħar studju rrapporta wkoll it-tliet metodi ta' suwiċidju l-aktar komuni skont il-ġeneru (Figura 5).

Hija meħtieġa aktar riċerka prospettiva u lonġitudinali bbażata fuq it-triangulazzjoni tad-data sabiex jinsiltu fatturi predittivi ċari tal-ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha u s-suwiċidju fil-kuntest lokali. Din hija pproġettata li żżid is-sensittività u l-preċiżjoni tat-tobba f'termini tad-detezzjoni tar-riskju ta' suwiċidju u tnaqqas il-preġudizzji tar-rappurtar.

Figura 4

Fatturi ta' riskju soċjodemografiċi għas-suwiċidju f'Malta. Adattati minn Camilleri (2021) u Renaud (2019).

Raġel	Bejn 30 u 60 sena
Waħdu/Waħidha jew Separat/a	Qiegħed/da jew Penzjonant/a

Figura 5

L-aktar metodi komuni ta' suwiċidju skont il-ġeneru, adattati minn Renaud (2019).

♂	♀
01 Tgħalliq, strangolazzjoni, u soffokazzjoni	**01** Qbiż mill-għoli
02 Qbiż mill-għoli	**02** Tgħalliq, strangolazzjoni, u soffokazzjoni
03 Arma tan-nar	**03** It-teħid ta' doża eċċessiva ta' sustanza

02 Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali

Is-Sistema Tas-Saħħa Mentali

L-istrateġija ta' Malta intitolata "Strateġija għas-Saħħa Mentali għal Malta 2020-2030 - Bini tar-Reżiljenza Trasformazzjoni tas-Servizzi" ġiet ippubblikata f'Lulju 2019.

L-azzjonijiet fi ħdan l-istrateġija huma miġbura f'erba' gruppi tematiċi

01

Il-promozzjoni tas-saħħa mentali u l-benesseri billi jiġu ndirizzat il-fatturi determinanti usa' tas-saħħa.

02

It-trasformazzjoni tal-qafas li fih jiġu pprovduti s-servizzi tas-saħħa mentali.

03

L-appoġġ għall-persuni kollha b'diżordnijiet mentali u l-familji tagħhom.

04

Il-bini tal-kapaċità u t-trawwim tal-innovazzjoni biex tittejjeb il-prestazzjoni tas-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali.

L-implimentazzjoni tal-istrateġija għall-prevenzjoni tas-suwiċidju ġiet fdata lit-Tim Maniġerjali tas-Servizzi tas-Saħħa Mentali, li se jirrapporta direttament lill-Uffiċjal Mediku Ewlieni dwar il-progress irreġistrat.

Fl-istimi tal-Baġit għall-2024, il-gvern Malti alloka 69 miljun ewro għas-servizzi tas-saħħa mentali, ekwivalenti għal 6.8% tal-baġit totali tas-saħħa. Ma kienx hemm baġit speċifiku allokat għall-implimentazzjoni ta' din l-istrateġija.

Fis-sena 2024, il-proporzjon ta' dħul ta' pazjenti b'mod involontarju fl-Isptar Mount Carmel (MCH) (n=996) għan-numru totali ta' dħul fl-MCH (n=2336) kien ta' 0.43. Il-proporzjon ta' dħul ta' rġiel (n=1514) għan-numru totali ta' dħul fl-MCH (n=2336) kien ta' 0.65. Il-proporzjon ta' dħul involontarju ta' rġiel (n=642) għan-numru totali ta' dħul involontarju (n=996) kien ta' 0.64. Il-proporzjon ta' dħul psikjatriċi ta' rġiel għal nisa fl-Isptar Ġenerali ta' Għawdex (GGH) għal raġunijiet psikjatriċi huwa bejn wieħed u ieħor l-istess bħal dak osservat f'Malta bi 3:2.

Fl-2024, il-proporzjon ta' dħul involontarju fl-Unità Psikjatrika għal Soġġorn Qasir ta' Għawdex (SSPU) (n=52) għan-numru totali ta' dħul fl-SSPU (n=165) kien ta' 0.32. Il-proporzjon ta' dħul ta' rġiel (n=116) għan-numru totali ta' dħul fl-SSPU (n=165) kien ta' 0.70. Il-proporzjon ta' dħul involontarju ta' rġiel (n=31) għan-numru totali ta' dħul involontarju (n=52) kien ta' 0.60. Fis-sena 2024, kien hemm 117-il dħul fl-Unità Psikjatrika għal Soġġorn Twil (LSPU) għal kura psikjatrika estiża. B'kollox, 282 pazjent ġew rikoverati fiż-żewġ unitajiet psikjatriċi fi ħdan l-Isptar Ġenerali ta' Għawdex fis-sena 2024.

Fl-2024, it-tim tal-Crisis Resolution and Home Treatment (CRHT) irċieva 409 riferimenti, bi 375 individwu jirċievu kura psikjatrika intensiva bbażata fil-komunità mit-tim, li jirrappreżenta żieda ta' 16% meta mqabbel mal-2023. L-età medja tal-utenti tas-servizz kienet ta' 35.75 sena (SD = 13.74), bin-nisa jiffurmaw 53% tal-każijiet totali. Il-maġġoranza tar-riferimenti oriġinaw mir-reġjuni Ċentrali (36%) u tan-Nofsinhar (34%) ta' Malta, filwaqt li inqas riferimenti ġew mir-reġjun tat-Tramuntana. Madwar terz (32%) tal-utenti tas-servizz ġew riferuti minħabba ideazzjoni suwiċidali, u 16% wara attentat ta' suwiċidju. Raġunijiet oħra għar-riferiment inkludew depressjoni (16%), ansjetà u stress (16%), tbatija mentali akuta inklużi dawk li jirriżultaw minn diffikultajiet relazzjonali (11%), u diżordnijiet mentali severi bħal psikożi u manija (10%). Figura 6 tippreżenta d-distribuzzjoni dijanjostika fuq l-utenti tas-servizz tas-CRHT fl-2024.

L-istaff fil-Young People's Unit (YPU) fl-Isptar Mount Carmel ipprovda total ta' 127 konsultazzjoni ta' emerġenza lil minorenni li ppreżentaw ruħhom fid-Dipartiment tal-Aċċidenti u l-Emerġenza (A&E) fl-Isptar Mater Dei permezz tas-Servizzi ta' Emerġenza Psikjatrika għat-Tfal u l-Adoloxxenti (CAPES). Huma pprovdew ukoll kura psikjatrika intensiva bbażata fil-komunità lil 187 minorenni permezz tal-Crisis Intervention and Home Treatment (CIHT). Barra minn hekk, 120 minorenni kellhom bżonn dħul fl-YPU fl-Isptar Mount Carmel. Fl-2024, il-minorenni nisa aċċessaw servizzi psikjatriċi aktar ta' spiss meta mqabbla mal-kontropartijiet irġiel tagħhom, li jinkludu l-maġġoranza tal-każijiet fil-CAPES (53.5%), is-CIHT (55.1%), u l-YPU (58.3%).

Data mill-Linja t'Għajnuna Nazzjonali tas-Saħħa Mentali 1579 tiżvela li fis-sena 2024 ġew riċevuti 9,830 telefonata. Mit-total tat-telefonati, 3.5% biss (n=343) kienu relatati mas-suwiċidju, b'Figura 7 turi d-distribuzzjoni ta' kull xahar ta' dawn it-telefonati relatati mas-suwiċidju. Perjodi notevoli fit-telefonati relatati mas-suwiċidju kienu April, Mejju, u Ottubru, li jaqblu mal-bidliet staġjonali li ġew marbuta b'mod wiesa' ma' żieda fis-suwiċidju fir-riċerka (Christodoulou et al., 2012; Galvão et al., 2018). Ta' min jinnota li n-nisa li ċemplu konsistentament kienu aktar numerużi minn dawk irġiel li ċemplu. Il-ġbir ta' varjabbli aktar dettaljati jista' jgħin biex jiġu identifikati oqsma ta' tħassib jew opportunitajiet għal titjib, u b'hekk jiggwida l-proċessi futuri tat-teħid ta' deċiżjonijiet rigward l-allokazzjoni tar-riżorsi u t-titjib tas-servizz. Huwa importanti wkoll li tingħata importanza l-linja ta' appoġġ nazzjonali tal-Fondazzjoni għas-Servizzi tal-Benesseri Soċjali (FSWS), il-179, li ilha topera għall-aħħar 29 sena u li tirċievi wkoll telefonati ridiretti mil-linja ta' għajnuna emozzjonali armonizzata tal-UE, il-116 123. Fl-2023 u l-2024, il-linja ta' appoġġ irreġistrat 79 u 58 telefonata relatati ma' mġiba ta' awto-ħsara inkluż suwiċidju, li jirrappreżentaw 0.7% u 0.5% tat-total tat-telefonati rispettivament.

Skont id-data minn stħarriġ tal-Eurofound mill-2021/22, madwar 10% tal-popolazzjoni Maltija rrappurtaw ħtiġijiet tal-kura tas-saħħa mhux issodisfati matul il-pandemija tal-COVID-19, li minnhom każ wieħed minn kull ħamsa kien relatat mal-kura tas-saħħa mentali (OECD u l-Osservatorju Ewropew għas-Sistemi u għall-Politiki tas-Saħħa, 2023). Il-perċentwal ta' ħtiġijiet tal-kura tas-saħħa mentali mhux issodisfati kien konsiderevolment aktar baxx barra mill-pandemija. Is-sehem ta' nies li rrappurtaw ħtiġijiet tal-kura tas-saħħa mentali mhux issodisfati minħabba raġunijiet finanzjarji kien ta' 2.1% fl-2014 u 1.6% fl-2019 (Rens et al., 2022). Ta' min jinnota li l-identifikazzjoni u s-sodisfazzjon adegwati tal-ħtiġijiet tal-kura tas-saħħa mentali tal-popolazzjonijiet tal-migranti u r-refuġjati għadhom ta' tħassib kbir f'Malta (Borg et al., 2022), b'mod partikolari peress li l-għadd ta' interpreti u medjaturi kulturali li huma inkorporati fis-sistema tas-saħħa huwa skars.

F'konformità mal-istandards u l-valuri stabbiliti fl-Istrateġija għas-Saħħa Mentali għal Malta, l-NMHS qed jagħmlu ħilithom biex il-parti prinċipali tal-kura titmexxa minn dħul fi sptar psikjatriku istituzzjonali lejn il-kura tas-saħħa mentali fil-komunità. F'dawn l-aħħar snin, sar ħafna investiment fl-iżvilupp ta' servizzi tas-saħħa mentali bbażati fil-komunità, bħat-tim tal-Crisis Resolution and Home Treatment (CRHT) li joffri alternattiva għad-dħul fi sptar psikjatriku, Timijiet tas-Saħħa Mentali fil-Komunità li joffru segwitu fit-tul u appoġġ multidixxiplinari għal persuni b'diżordnijiet tas-saħħa mentali, u timijiet ta' sensibilizzazzjoni mmexxija mill-infermiera li joffru appoġġ u kura intensivi għal persuni bi ħtiġijiet kumplessi ta' saħħa mentali (Azzopardi-Muscat et al., 2017). Peress li dawn is-servizzi huma offruti fil-komunità tal-individwi, dawn jgħinu biex inaqqsu l-istigma u jtejbu l-aċċessibbiltà tal-pazjenti (Scerri et al., 2023).

L-Att dwar is-Saħħa Mentali (2012) jistipula b'mod ċar li l-persuni b'diżordnijiet mentali għandhom id-dritt li "jieħdu sehem attiv fit-tfassil tal-pjan ta' kura multidixxiplinarja" (MHA Cap 525, Article 3 (1)(h)). Ir-riċerka wriet b'mod konsistenti li t-teħid ta' deċiżjonijiet flimkien iżomm mal-prinċipji fundamentali tal-mudell ta' rkupru tal-kura (Chmielowska et al., 2023; Jørgensen & Rendtorff 2017; Slade 2017), b'rieżami integrattiv li juri li l-prattika tiegħu twassal għal diversi benefiċċji għall-pazjenti, inkluż iżda mhux limitati għal: sintomoloġija mnaqqsa, awtostima mtejba, żieda fis-sodisfazzjon u aderenza aħjar mat-trattament, u rati mnaqqsa ta' dħul fl-isptar (Alguera-Lara et al., 2017). Għalhekk, huwa essenzjali li l-persuni fi kriżijiet suwiċidali jkunu involuti fit-teħid ta' deċiżjonijiet, meta u jekk possibbli, sabiex ikunu jistgħu jibbenefikaw minn riżultati pożittivi tat-trattament u kollaborazzjoni terapewtika. Ta' min jinnota li l-persuni bi storja ta' mġiba suwiċidali u dawk li tilfu lil xi ħadd minħabba suwiċidju ġew ikkonsultati għall-kitba ta' din l-istrateġija.

Figura 6

Distribuzzjoni tad-dijanjożijiet tal-utenti tas-servizzi tas-CRHT fis-sena 2024.

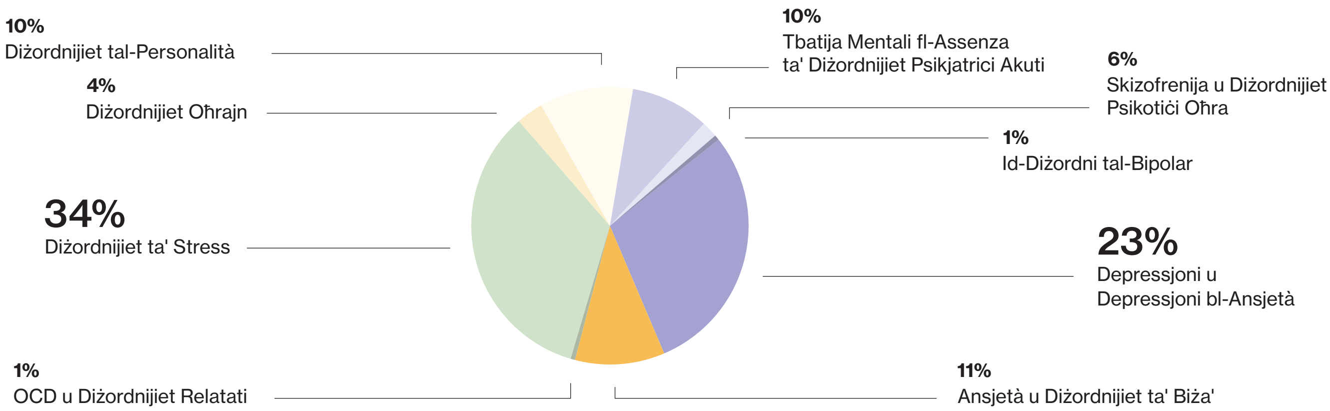
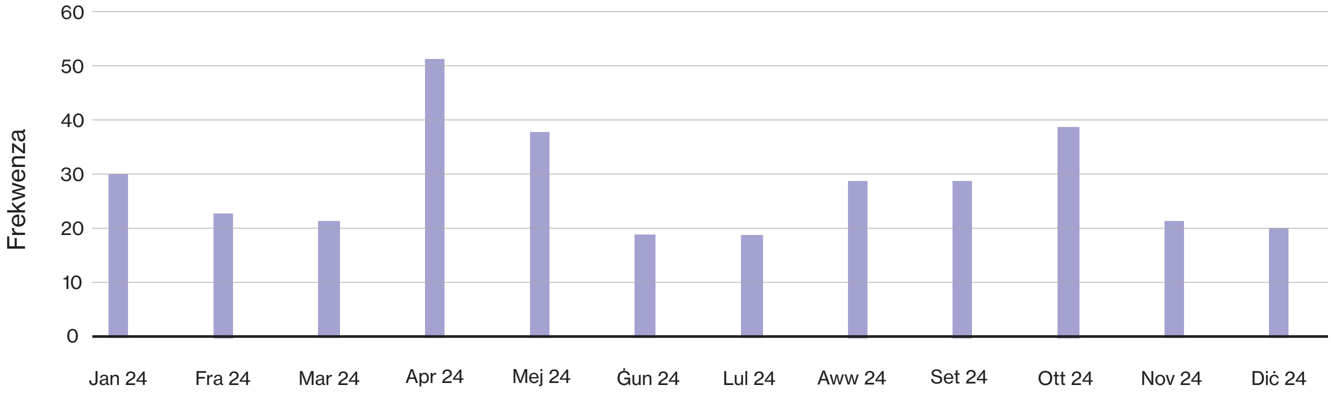


Figura 7

Distribuzzjoni tat-telefonati relatati mas-suwiċidju rċevuti mill-Helpline Nazzjonali għas-Saħħa Mentali 1579 fis-sena 2024.



Is-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali

Is-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali (NMHS, Mental Health Services) huma pprovduti minn timijiet multidixxiplinarji (MDTs, multi-disciplinary teams) li jevalwaw l-istat mentali tal-pazjenti, jipprovdu kura esperta u trattament imfassal għall-ħtiġijiet uniċi tal-pazjenti, u jappoġġaw lill-pazjenti u lill-qraba tagħhom b'mod olistiku u ffokat fuq il-persuna. L-MDTs tipikament jitmexxew minn psikjatri u jinkludu wkoll tobba trainees psikjatriċi, infermiera psikjatriċi u/jew infermiera ġenerali b'interess speċjali fis-saħħa mentali, psikologi, terapisti okkupazzjonali, ħaddiema soċjali u professjonisti tal-kura tas-saħħa alleati oħra. L-Att dwar is-Saħħa Mentali jistipula li l-persuni b'diżordnijiet mentali għandhom id-dritt li "jieħdu sehem attiv fit-tfassil tal-pjan ta' kura multidixxiplinarja" (MHA Cap 525, Article 3 (1)(h)).

L-NMHS huma pprovduti kemm fil-komunità kif ukoll fl-isptarijiet. Bl-avvanzi reċenti fis-servizzi tas-saħħa mentali tal-komunità u l-momentum sussegwenti lejn il-kura mhux istituzzjonalizzata, it-Timijiet tas-Saħħa Mentali fil-Komunità (CMHTs, Community Mental Health Teams) saru l-pedament tal-kura. Bħalissa hemm 6 Timijiet tas-Saħħa Mentali fil-Komunità (CMHTs) f'Malta: 2 fir-reġjun tat-Tramuntana (l-Imtarfa u t-tim li jdur bejn il-Mosta u l-Qawra); 2 fir-reġjun Ċentrali (Ħal Qormi u l-Floriana); u 2 fir-reġjun tan-Nofsinhar (Raħal Ġdid u Bormla). Hemm ukoll klinika ta' outpatients ibbażata fl-isptar Mount Carmel, iċ-Centro Tommaso Chetcuti (CTC), u klinika psikjatrika tal-outpatients fl-Isptar Ġenerali ta' Għawdex li tipprovdi servizzi lill-popolazzjoni kollha f'Għawdex. Is-CMHTs joperaw minn kliniki li jistgħu jinstabu fiċ-ċentri tal-kura tas-saħħa primarja jew bħala kliniki awtonomi fil-komunità. Is-CMHT huwa servizz multidixxiplinari tas-saħħa mentali li jipprovdi evalwazzjoni, interventi terapewtiċi, u trattament ibbażat fuq l-evidenza xjentifika lil pazjenti adulti b'mard mentali suspettat jew iddijanjostikat minn moderat sa sever. Il-persuni li jiġu riferuti lis-CMHT reġjonali tagħhom tipikament jeħtieġu l-input tal-kura sekondarja speċjalizzata għal raġunijiet ta' kumplessità, severità, nuqqas ta' rispons għat-trattament, jew livell insuffiċjenti ta' kura jew għarfien speċjalizzat mit-timijiet tal-kura primarja jew prattikanti ġenerali personali. L-ekwivalenti tas-CMHT għal pazjenti tfal u adolexxenti bi problemi u diżordnijiet tas-saħħa mentali huma s-Servizzi tat-Tfal u ż-Żgħażagħ (CYPS, Child and Young People's Services), li huma bbażati fl-Isptar San Luqa, l-Imsida.

Meta l-persuni b'diżordnijiet tas-saħħa mentali juru sintomi psikjatriċi li ma jistgħux jiġu kkontrollati fi ħdan ambjent tal-komunità u/jew juru riskju sinifikanti ta' ħsara lilhom infushom jew lill-oħrajn, ikun meħtieġ dħul psikjatriku f'faċilità tas-saħħa mentali. Id-dħul jista' jsir jew fuq bażi volontarja jew fuq bażi mhux volontarja kif previst fl-Att dwar is-Saħħa Mentali (2012). L-Isptar Mount Carmel huwa l-unika faċilità psikjatrika għall-inpatients f'Malta. F'Għawdex, hemm żewġ unitajiet psikjatriċi bħala parti mill-Isptar Ġenerali t'Għawdex. Il-kura bbażata fuq l-evidenza xjentifika li tingħata fi ħdan faċilità tas-saħħa mentali għall-inpatients hija wkoll ta' natura multidixxiplinarja b'interventi terapewtiċi pprovduti minn diversi professjonisti fit-tim multidixxiplinari.

Servizzi Speċjalizzati

Minbarra s-servizzi msemmija hawn fuq, l-NMHS jipprovdu wkoll diversi servizzi speċjalizzati fir-rigward ta' Diżordnijiet tal-Użu tas-Sustanzi (li jinkludu l-użu problematiku, l-abbuż, u d-dipendenza tad-droga u l-alkoħol) u/jew Dijanjożi Doppja (dual diagnosis) (inpatient fl-MCH u l-komunità), il-Psikjatrija tax-Xjuħija (inpatient fl-MCH, kura residenzjali fl-SVPR/KGH u l-komunità), Diżabilità Intellettwali (inpatient fl-MCH, kura residenzjali u l-komunità), Diżordnijiet tal-Ikel (inpatient u outpatient fid-DKGS), Newropsikjatrija (outpatient fl-MDH), Saħħa Mentali Perinatali (inpatient fl-MDH u outpatient) u l-Benesseri tal-Istudenti (l-Università ta' Malta u l-Kulleġġ Malti għall-Arti, ix-Xjenza u t-Teknoloġija [MCAST]). L-NMHS joffru wkoll is-Psychiatry Liaison Service fi ħdan l-MDH, li jipprovdi evalwazzjoni tas-saħħa mentali għall-pazjenti li juru sintomi psikjatriċi matul l-ammissjoni medika tagħhom fl-MDH. Is-Psychiatry Liaison Service jeżamina wkoll il-pazjenti li jmorru fid-Dipartiment tal-Inċidenti u l-Emerġenzi fl-MDH bi kriżi tas-saħħa mentali. Ta' min jinnota li hemm ukoll kollaborazzjoni bejn l-NMHS u l-organizzazzjonijiet volontarji nongovernattivi (NGOs), fil-provvista ta' programmi ta' akkomodazzjoni riabilitattiva u akkommodazzjonijiet tal-għajxien appoġġjati fil-komunità.

Deskrizzjoni qasira tas-servizzi kollha offruti mill-NMHS hija pprovduta fl-Appendiċi 2. Il-perkorsi ta' riferiment għal kull servizz huma delineati skont il-kriterji uniċi ta' kull servizz.

Servizzi ta' Emerġenza għal Persuni fi Kriżi ta' Saħħa Mentali

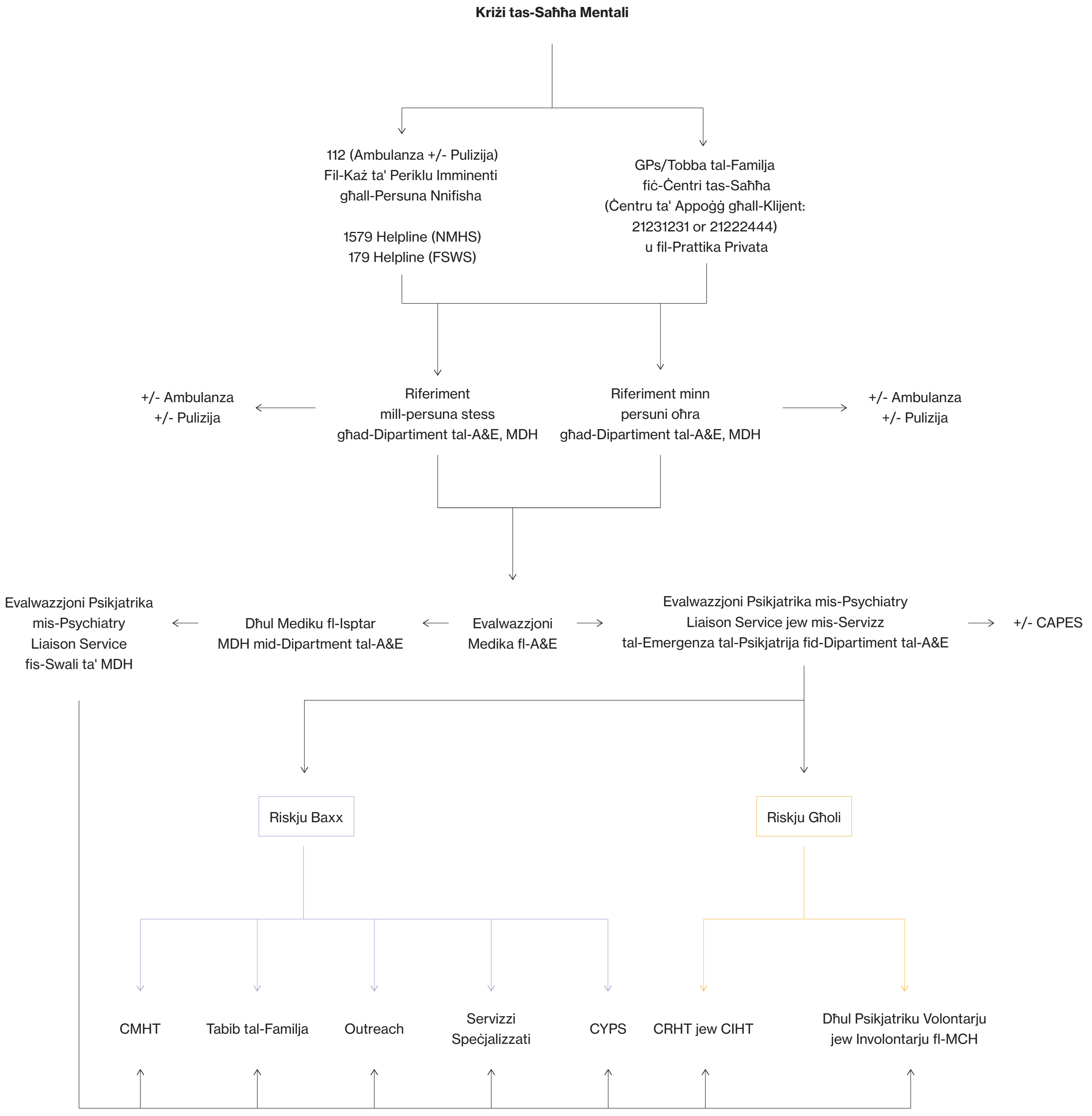
L-NMHS joffru s-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS, Emergency Psychiatric Service) 24 siegħa kuljum, li huwa bbażat fid-Dipartiment tal-Inċidenti u l-Emerġenzi (A&E) fi ħdan l-MDH. Permezz ta' dan is-servizz, psikjatri u/jew tobba trainees psikjatriċi superjuri li jkunu għassa joffru evalwazzjoni u trattament tas-saħħa mentali akuta lill-persuni li jmorru fid-Dipartiment tal-A&E fi kriżi tas-saħħa mentali jew b'diżordnijiet psikjatriċi akuti. L-EPS huwa sostnut minn infermiera tas-saħħa mentali binhar. L-EPS huwa sostnut ukoll mis-Servizzi ta' Emerġenza Psikjatrika tat-Tfal u l-Adolexxenti (CAPS), li huma offruti minn infermiera speċjalizzati li jwettqu evalwazzjonijiet għaż-żgħażagħ ta' bejn it-3 u t-18-il sena li jmorru d-Dipartiment tal-Emerġenza b'mod simili.

Wara evalwazzjoni psikjatrika ta' emerġenza, il-persuna fi kriżi tas-saħħa mentali jew b'diżordni psikajtrika akuta tiġi riferuta għall-aktar servizz xieraq, skont il-perkorsi ta' kura murija fil-Figura 8. Il-perkorsi ta' kura deskritti japplikaw għal persuni li qatt ma ġew f'kuntatt ma' servizzi tas-saħħa mentali u li mhumiex appoġġjati minn xi wieħed mit-timijiet imsemmija hawn fuq.

It-tim tal-Crisis Resolution and Home Treatment (CRHT) għall-adulti u t-tim tal-Crisis Intervention and Home Treatment (CIHT) għall-minorenni huma servizzi intensivi bbażati fil-komunità li jservu bħala alternattiva għad-dħul fi sptar psikjatriku meta l-profil tar-riskju tal-individwu jkun adattat għall-kura psikjatrika fil-komunità. Iż-żewġ servizzi joffru kura psikjatrika f'waqtha u b'kumpassjoni lil individwi fi kriżi tas-saħħa mentali jew b'diżordnijiet psikjatriċi akuti għal perjodu ta' 3 sa 4 ġimgħat. Wara dan il-perjodu ta' żmien, it-timijiet jippruvaw jiffaċilitaw it-tranżizzjoni bla xkiel, professjonali u mhux trawmatika għal servizzi tas-saħħa mentali fil-komunità fit-tul bħat-Timijiet tas-Saħħa Mentali tal-Komunità (CMHTs) reġjonali u s-Servizzi għat-Tfal u ż-Żgħażagħ (CYPS). Fl-aħħar mill-aħħar, l-utenti tas-servizz għandhom is-setgħa li jindirizzaw il-ħtiġijiet tas-saħħa mentali tagħhom u jsaħħu r-reżiljenza tagħhom permezz ta' interventi u psikoedukazzjoni bbażati fuq l-evidenza xjentifika. Ukoll, l-utenti tas-servizzi huma mħeġġa jrawmu kapaċitajiet adattivi biex ikampaw ħalli jkunu jistgħu jevitaw, jew inaqsu, is-severità ta' kriżijiet futuri u jiksbu ħajja sodisfaċenti u ta' kwalità tajba.

Barra minn hekk, l-NMHS tħaddem helpline telefoniku nazzjonali 24 siegħa kuljum permezz tal-hotline b'4 ċifri - 1579. Il-helpline jieħdu ħsiebu professjonisti tal-psikoloġija li jipprovdu appoġġ emozzjonali u psikoloġiku bla ħlas u immedjat, pariri professjonali u gwida prattika lil kull min jesperjenza diffikultà mentali. Il-helpline jgħin ukoll lill-persuni fi kriżi tas-saħħa mentali, jew lill-qraba tagħhom, biex jistgħu jaċċessaw l-aktar servizz tas-saħħa mentali rilevanti.

Figura 8
Perkorsi ta' kura għal kriżi tas-saħħa mentali.



03 Involviment tal-Partijiet Ikkonċernati

L-implimentazzjoni tal-Istrateġija għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju f'Malta teħtieġ sforz multidimensjonali minħabba n-natura komprensiva u inklużiva tagħha. Din l-istrateġija, imfassla biex tindirizza s-suwiċidju fis-setturi kollha tas-soċjetà, teħtieġ kooperazzjoni u komunikazzjoni sostnuti bejn firxa varjata ta' partijiet ikkonċernati. Din tinkludi d-dipartimenti tal-gvern, l-awtoritajiet lokali, l-istituzzjonijiet edukattivi, l-organizzazzjonijiet mhux statutorji u tal-komunità, l-utenti tas-servizzi, l-NGOs u l-imsieħba soċjali. L-involviment kollaborattiv u l-parteċipazzjoni minn dawn l-entitajiet huma essenzjali għas-suċċess tal-istrateġija, peress li jġibu perspettivi u għarfien espert diversi.

Barra minn hekk, l-involviment attiv ta' organizzazzjonijiet ewlenin tat-twassil tas-servizzi huwa ta' importanza kbira. Dawn l-organizzazzjonijiet jinkludu diversi setturi bħall-kura tas-saħħa, l-edukazzjoni, is-servizzi soċjali, is-servizzi korrettivi, is-servizzi fil-komunità, l-isport, u l-istituzzjonijiet reliġjużi. Twaqqaf Bord Konsultattiv magħmul minn partijiet ikkonċernati biex jiffaċilita l-kontribut minn dawn l-entitajiet fi sforz biex l-istrateġija tkun tista' tindirizza l-ħtiġijiet u l-isfidi speċifiċi f'kull settur. L-inklużjoni ta' persuni bi storja ta' mġiba suwiċidali u dawk li tilfu lil xi ħadd minħabba s-suwiċidju żżid dimensjoni kruċjali mal-iżvilupp tal-istrateġija. Il-kontribut tagħhom jipprovdi perspettivi siewja dwar ir-realtajiet tas-suwiċidju u l-impatt tiegħu fuq l-individwi u l-komunitajiet.

Il-proċess ta' konsultazzjoni pubblika kellu rwol ċentrali fit-tfassil tal-Istrateġija għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju. Ipprovda pjattaforma għall-individwi u l-organizzazzjonijiet b'interess fis-saħħa mentali biex jikkontribwixxu l-għarfien u l-esperjenza tagħhom. Aktar minn 40 parti kkonċernata, inklużi persuni li għexu esperjenza, il-qraba ta' persuni li għexu esperjenza, il-professjonisti, u l-gruppi tal-komunità, ħadu sehem f'dan il-proċess. Il-kontribut tagħhom matul il-konsultazzjonijiet għen biex jinforma l-iżvilupp tal-istrateġija, u b'hekk żgura li tkun ibbażata fuq esperjenzi u ħtiġijiet tad-dinja reali.

Dawn huma xi wħud mit-temi li ħarġu mill-proċess ta' konsultazzjoni li jinfurmaw lill-istrateġija.

Billi tindirizza dawn il-prijoritajiet b'mod koordinat, Malta tista' taħdem biex tnaqqas l-inċidenza tas-suwiċidju u tippromwovi l-benesseri mentali fil-popolazzjoni kollha.

Lista tal-partijiet ikkonċernati kollha kkonsultati tista' tinstab fl-Appendiċi 3.

Kollaborazzjoni ma’ Partijiet Ikkonċernati Oħra

- It-trawwim ta’ kollaborazzjoni bejn is-setturi.
- It-tisħiħ tal-kollaborazzjoni mal-NGOs.
- L-adozzjoni ta’ approċċ empatiku u kompassjonali fid-diskussjonijiet u l-proċessi ta’ implimentazzjoni.

Promozzjoni tas-Saħħa Mentali u Prevenzjoni

- Ir-rikonoxximent tal-impatt ta’ kampanja effettiva u kontinwa tas-saħħa mentali, b’riferiment xieraq lin-numri u s-servizzi ta’ emerġenza.
- Il-promozzjoni tal-għarfien dwar is-saħħa mentali.
- It-tħeġġiġ tar-rappurtar responsabbli fil-midja.
- It-tneħħija tal-istigma.
- L-iffokar fuq l-għarfien u l-edukazzjoni matul il-ħajja kollha, u n-normalizzazzjoni tad-diskussjonijiet relatati mas-saħħa mentali.

Investiment fis-Servizzi tas-Saħħa Mentali u t-Twassil Tagħhom

- It-twaqqif ta’ strutturi robusti ta’ tmexxija u governanza.
- It-tfassil ta’ interventi għal gruppi demografiċi speċifiċi.
- L-użu ta’ sejbiet tar-riċerka u l-evalwazzjonijiet ibbażati fuq l-evidenza xjentifika biex jinfurmaw it-teħid ta’ deċiżjonijiet.
- Il-prijoritizzazzjoni tal-intervent bikri u l-aċċess għas-servizzi kliniċi.
- L-istabbiliment ta’ perkorsi ta’ riferiment preċiżi biex jiffaċilitaw l-aċċess għas-servizzi tas-saħħa mentali, speċjalment f’sitwazzjonijiet ta’ emerġenza u kriżi.
- Ir-rikonoxximent u t-tnaqqis tal-biża’ u l-istigma assoċjati mal-faċilitajiet tas-saħħa mentali.

Appoġġ lill-Ħaddiema tal-Kura tas-Saħħa Mentali

- L-indirizzar tal-burnout u ż-żamma tal-ħaddiema tal-kura tas-saħħa permezz ta’ appoġġ organizzattiv u kundizzjonijiet imtejba ta’ impjieg, b’induzzjoni u superviżjoni xierqa.

04 Strateġija ta' Implimentazzjoni

L-istrateġija ta' implimentazzjoni hija sostnuta minn sitt pilastri li huma essenzjali għall-prevenzjoni tas-suwiċidju. Kull pilastru jikkonsisti f'għanijiet strateġiċi, li minnhom joħorġu azzjonijiet u objettivi rilevanti. Pjan ta' azzjoni huwa aċċessibbli fl-Appendiċi 4.

Is-sitt oqsma strateġiċi ewlenin huma

01

Koordinazzjoni u Organizzazzjoni

02

Appoġġ u Trattament

03

Restrizzjoni tal-Aċċess għall-Mezzi

04

Kuxjenza u Għarfien

05

Prevenzjoni u Attivitajiet ta' Promozzjoni tas-Saħħa

06

Assigurazzjoni tal-Kwalità u Għarfien Espert

Pilastru 01

Koordinazzjoni u Organizzazzjoni

Għan Strateġiku 1
Il-prevenzjoni tas-suwiċidju tiġi inkorporata u kkoordinata b'mod organizzattiv.

Is-Servizzi tas-Saħħa Mentali (NMHS) fil-Ministeru għas-Saħħa u għall-Anzjanità Attiva (MHA, Ministry for Health & Active Ageing) iddelineaw l-ewwel Strateġija għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju għal Malta. L-implimentazzjoni b'suċċess ta' din l-istrateġija teħtieġ approċċ li jinkorpora l-gvern sħiħ u jinvolvi attivitajiet konġunti u kollaborazzjoni transfruntiera minn diversi ministeri, aġenziji pubbliċi, u organizzazzjonijiet volontarji biex jipprovdu pjan ta' azzjoni komprensiv għall-prevenzjoni tas-suwiċidju fil-livell nazzjonali.

Ir-responsabbiltà għall-koordinazzjoni u l-implimentazzjoni tal-Istrateġija Nazzjonali għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju se tkun prinċipalment tal-NMHS. It-Tim Maniġerjali Superjuri fi ħdan l-NMHS se jirrapporta dwar il-progress irreġistrat lill-Uffiċjal Mediku Ewlieni. Kumitat magħmul minn firxa wiesgħa ta' partijiet ikkonċernati li ġejjin minn diversi ministeri, entitajiet u Organizzazzjonijiet Nongovernattivi (NGOs) u individwi li tilfu lil xi ħadd u/jew intlaqtu minn suwiċidju għandu jissorvelja l-implimentazzjoni tal-azzjonijiet ippjanati kif deskritt f'dan il-Kapitolu.

Azzjonijiet Implimentati

01

It-twaqqif ta' Kumitat Konsultattiv mal-partijiet ikkonċernati mill-Ministeru għas-Saħħa u għall-Anzjanità Attiva, il-partijiet ikkonċernati interministerjali, il-partijiet ikkonċernati ekstraministerjali, u l-NGOs fil-qasam tal-kura mentali u soċjali.

02

Il-ħatra ta' membru tal-istaff mit-Tim tal-Crisis Resolution and Home Treatment (CRHT) fil-Kumitat Konsultattiv biex jiġbor tagħrif dwar persuni fi kriżijiet tas-saħħa mentali u suwiċidali.

03

It-twettiq ta' proċess ta' konsultazzjoni wiesa' mal-partijiet ikkonċernati u ma' dawk li jfasslu l-politika biex jinfurmaw l-azzjonijiet strateġiċi meħtieġa.

Azzjonijiet Ippjanati

01

It-twaqqif ta' kumitat fil-Ministeru għas-Saħħa u għall-Anzjanità Attiva biex imexxi u jikkoordina l-azzjonijiet tal-istrateġija.

02

It-twaqqif ta' kumitat magħmul minn partijiet ikkonċernati interministerjali u ekstraministerjali, NGOs u entitajiet oħra biex jiffaċilitaw l-azzjonijiet tal-istrateġija.

03

It-twettiq ta' evalwazzjoni tal-istrateġija, inklużi azzjonijiet imwettqa u KPIs miksuba.

Indikaturi Ewlenin tal-Prestazzjoni

01

Rieżami tal-istrateġija.

02

Numru ta' laqgħat mill-Kumitat tal-Istrateġija u Diversi Partijiet Ikkonċernati

Appoġġ u Trattament

Għan Strateġiku 2A
Il-gatekeepers jkunu kompetenti fit-trattament ta' persuni f'riskju ta' suwiċidju u gruppi ta' riskju.

Id-detezzjoni u/jew l-iskrinjar għar-riskju ta' suwiċidju u l-appoġġ għas-saħħa mentali huma pprovduti permezz ta' gatekeepers identifikati, ħalli l-persuni fi kriżi jkunu jistgħu jiġu megħjuna f'firxa wiesgħa ta' ambjenti.

Il-gatekeepers huma individwi u gruppi professjonali li għandhom probabbiltà akbar li jiltaqgħu ma' persuni fi kriżijiet suwiċidali minħabba n-natura tal-okkupazzjoni tagħhom. Il-gatekeepers jistgħu jinkludu professjonisti tas-saħħa u l-kura soċjali, pulizija, u għalliema, fost l-oħrajn. Il-gatekeepers għandhom ikunu f'pożizzjoni li jintervjenu b'mod xieraq billi jidentifikaw individwi li juru sinjali ta' twissija ta' riskju ta' suwiċidju u li jirreferu lil individwi bħal dawn għal servizzi xierqa.

It-taħriġ tal-gatekeepers għandu l-għan li jżid l-għarfien u l-fehim tal-parteċipanti dwar l-imġiba suwiċidali u li jżid il-kapaċità tal-parteċipanti li jirrispondu b'mod effettiv. It-taħriġ li jiġi pprovdut jeħtieġ li jkun adattat biex jindirizza l-ħtiġijiet partikolari tar-riċevituri tiegħu.

Azzjonijiet Implimentati

01

Professjonist akkreditat tas-saħħa mentali ta taħriġ dwar l-Evalwazzjoni u l-Immaniġġjar tar-Riskju ta' Suwiċidju (AMSR, Assessing and Management of Suicide Risk) lill-professjonisti kollha tas-saħħa mentali fil-komunità tal-NMHS.

Azzjonijiet Ippjanati

01

Professjonist akkreditat tas-saħħa mentali se jipprovdi taħriġ dwar l-evalwazzjoni u l-immaniġġjar tar-riskju ta' suwiċidju lill-professjonisti kollha tas-saħħa mentali għall-inpatients tal-NMHS.

02

L-implimentazzjoni ta' analiżi tal-ħtiġijiet ta' taħriġ għall-professjonisti tal-kura tas-saħħa bħala gatekeepers.

03

Il-provvista ta' opportunitajiet ta' taħriġ u riżorsi edukattivi għall-professjonisti tal-kura tas-saħħa biex tissaħħaħ il-kunfidenza u l-proficjenza tagħhom fil-valutazzjoni u l-immaniġġjar tar-riskju ta' suwiċidju, filwaqt li trawwem is-sensittività lejn popolazzjonijiet vulnerabbli u b'riskju għoli.

04

L-identifikazzjoni ta' gatekeepers li jibbenefikaw minn taħriġ biex jiffaċilitaw l-iskoperta u l-intervent bikri għal individwi f'riskju għoli ta' suwiċidju u l-provvista ta' taħriġ dwar il-valutazzjoni u l-ġestjoni tar-riskju ta' suwiċidju.

05

L-appoġġ lill-gatekeepers fl-istabbiliment ta' protokolli fuq il-post tax-xogħol/fl-iskejjel biex jiġi mminimizzat ir-riskju ta' suwiċidju u biex jipprovdu appoġġ f'waqtu lil persuni f'riskju u persuni oħra li jistgħu jiġu affettwati.

06

It-titjib tal-kollaborazzjoni bejn l-NMHS u l-korp tal-pulizija peress li l-pulizija spiss ikunu l-ewwel persuni fuq il-post, b'mod partikolari f'sitwazzjonijiet ta' riskju għoli. Għandu jiġi żgurat li l-pulizija jkunu mgħammra bil-ħiliet meħtieġa – li jinkludu komunikazzjoni effettiva, intervent fiżiku, u teknika ta' deeskalazzjoni – għall-involviment ma', l-appoġġ, u t-trasferiment ta' persuni fi kriżi b'mod sikur, rispettuż u dinjituż filwaqt li jipprovdu l-appoġġ xieraq lill-qraba tal-persuni jekk ikunu preżenti.

07

It-titjib tal-kollaborazzjoni bejn l-NMHS u t-tobba tal-kura primarja inklużi l-GPs u tobba tal-familja fis-settur pubbliku u privat permezz ta' mezzi ta' komunikazzjoni mtejba u l-għoti ta' taħriġ minn speċjalisti fil-psikjatrija.

Indikaturi Ewlenin tal-Prestazzjoni

01

Numru ta' professjonisti tas-saħħa mentali li jaħdmu fl-ambjent ta' inpatients li jlestu t-taħriġ b'suċċess.

02

Numru ta' gatekeepers li jlestu t-taħriġ b'suċċess.

03

Feedback minn stħarriġiet ta' sodisfazzjon wara t-taħriġ.

04

Numru ta' laqgħat mal-gatekeepers.

05

Numru ta' protokolli li huma stabbiliti.

06

Numru ta' GPs/GP trainees/Tobba tal-Familja li jattendu taħriġ ipprovdut minn speċjalisti fil-psikjatrija.

Għan Strateġiku 2B
Jiġu pprovduti biżżejjed appoġġ psikosoċjali u strutturi ta' kura għall-persuni fi kriżi.

Servizzi xierqa u f'waqthom tal-kura tas-saħħa mentali huma prerekwiżiti essenzjali għall-prevenzjoni ta' suwiċidju b'suċċess. Il-WHO (2018) tippromwovi l-provvista ta' assistenza faċli u aċċessibbli għal persuni li qed jesperjenzaw kriżi tas-saħħa mentali u għal persuni affettwati minn imġiba suwiċidali, permezz tal-forniment ta' servizzi psikjatriċi ta' emerġenza 24 siegħa kuljum.

Emerġenza u Stabbilizzazzjoni

Il-helpline għas-saħħa mentali 1579 tnieda f'Novembru 2022 bl-għan li jipprovdi appoġġ emozzjonali u psikoloġiku bla ħlas u immedjat, pariri professjonali u gwida prattika lil kull min jesperjenza diffikultà mentali. Il-helpline jopera 24 siegħa kuljum u huwa pprovdut minn professjonisti mħarrġa fil-psikoloġija. Il-helpline jista' jkun l-ewwel punt ta' kuntatt għall-persuni li qed jesperjenzaw kriżi tas-saħħa mentali jew għal min jieħu ħsiebhom. Meta jikkuntattjaw il-helpline, dawn l-individwi jkunu jistgħu jiġu megħjuna minnufih u jiġu diretti lejn l-aktar servizz xieraq tas-saħħa mentali.

Is-servizzi ta' emerġenza fil-qasam tas-saħħa mentali huma disponibbli 24 siegħa kuljum u huma pprovduti mid-dipartiment tal-A&E fl-Isptar Mater Dei u fl-Isptar Ġenerali t'Għawdex. Is-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS) fl-Isptar Mater Dei jipprovdi evalwazzjoni u trattament rapidi għal persuni fi kriżi. Is-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija għat-Tfal u l-Adoloxxenti (CAPES) jopera mid-dipartiment tal-A&E fl-MDH u jappoġġja lit-tfal u lill-adoloxxenti fi kriżi.

Wara valutazzjoni ta' emerġenza mill-EPS, il-persuni fi kriżi jistgħu jiġu appoġġjati aktar mit-tim tal-Crisis Resolution and Home Treatment (CRHT) għall-adulti u t-tim tal-Crisis Intervention and Home Treatment (CIHT) għall-minorenni. Iż-żewġ servizzi jipprovdu kura psikjatrika intensiva u bbażata fil-komunità lil individwi li qed jesperjenzaw kriżi tas-saħħa mentali (li tista' tinvolvi suwiċidalità) bħala alternattiva għad-dħul fi sptar psikjatriku. It-timijiet ta' kriżi jsegwu lill-klijent għal perjodu ta' 3-4 ġimgħat u wara dan jistgħu jiġu diretti lejn servizzi oħra.

Azzjonijiet Implimentati

01

It-twaqqif tat-Tim tal-Crisis Resolution and Home Treatment (CRHT) f'Diċembru 2021.

02

It-twaqqif tal-Helpline għas-Saħħa Mentali 24/7 f'Novembru 2022.

03

Il-provvista ta' segwitu psikjatriku universali fi ħdan il-komunità lil persuni li ppruvaw iwettqu suwiċidju u lil persuni li ntbagħtu d-dar mill-faċilitajiet tas-saħħa mentali.

04

Is-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS) u s-Psychiatry Liaison Service (PLS) jappoġġjaw lid-Dipartiment tal-Emerġenza (A&E) fl-evalwazzjoni, it-trattament u l-immaniġġjar ta' persuni b'mard mentali akut jew bi kriżi tas-saħħa mentali sabiex il-pazjenti jkunu jistgħu jirċievu kura speċjalizzata u olistika. Għalhekk, id-dħul ta' każi akuti fil-futur għandu jkun f'ċentri ta' kura li jieħdu ħsieb kemm il-kura tas-saħħa fiżika kif ukoll dik mentali.

Azzjonijiet Ippjanati

01

Il-provvista ta' taħriġ kontinwu lill-professjonisti tas-saħħa mentali li jaħdmu fis-servizzi kollha ta' Emerġenza u Stabbilizzazzjoni biex jiġi żgurat li jkollhom biżżejjed għarfien biex jappoġġjaw persuni fi kriżi u jtaffu r-riskju bl-aktar mod effettiv possibbli.

02

It-taħriġ tal-professjonisti tal-A&E ta' qabel dħul l-isptar dwar id-deeskalazzjoni verbali, evalwazzjoni ta' saħħa mentali akuta u valutazzjoni tar-riskju ta' suwiċidju biex tittejjeb il-kura qabel l-isptar.

03

Il-bini ta' Ċentru tas-Saħħa Mentali Akuta (APC) fl-Isptar Mater Dei biex jipprovdi kura tas-saħħa mentali akuta u rikoveru l-isptar f'ambjent destigmatizzat, dinjituż, u terapewtiku. Għaldaqstant, pazjenti li għandhom bżonn din it-tip ta' kura għandhom jiddaħħlu f'faċilitajiet tas-saħħa li jipprovdu kemm kura tas-saħħa fiżika kif ukoll mentali.

04

Il-faċilitazzjoni ta' kollaborazzjoni strutturata u kontinwa ma' psikjatri, trainees psikjatriċi, u staff tal-infermiera fi ħdan it-Tim tal-Psikjatrija u s-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS) fid-Dipartiment tal-A&E. Din il-kollaborazzjoni għandha l-għan li tintegra sistematikament l-għarfien espert u l-għarfien dirett tagħhom biex tindirizza l-isfidi u ttejjeb il-forniment tas-servizzi għal individwi li jippreżentaw kriżijiet tas-saħħa mentali, inklużi dawk li jesperjenzaw kriżijiet suwiċidali.

05

L-iżgurar li t-tim tas-CRHT ikollu riżorsi tajbin b'għadd adegwat ta' professjonisti multidixxiplinari u l-investiment f'taħriġ kontinwu għall-ħaddiema.

06

Il-prijoritizzazzjoni tad-dritt tal-pazjenti għall-privatezza u d-dinjità matul l-evalwazzjoni psikjatrika fid-Dipartiment tal-A&E fl-Isptar Mater Dei billi tiġi żgurata żona privata għall-evalwazzjoni tas-saħħa mentali. Għaldaqstant, pazjenti bħal dawn għandhom jiddaħħlu f'ċentri ta' kura li jipprovdu kemm kura tas-saħħa fiżika kif ukoll mentali.

07

Biex jiġi mħares l-benesseri tal-impjegati, jitħeġġeġ l-użu ta' appoġġ psikoloġiku organizzattiv għall-frontliners inkluż iżda mhux limitat għal persunal tas-servizzi ta' emerġenza inkluż il-pulizija, l-A&E, il-ħaddiema tad-difiża ċivili u tal-forzi armati, il-persunal tal-NMHS, u l-professjonisti tal-kura tas-saħħa primarja.

08

L-iżvilupp ulterjuri tas-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS) u l-iżgurar li jkun hemm riżorsi tajbin biex jiġu pprovduti evalwazzjoni u kura psikjatrika f'waqthom lil persuni li jippreżentaw ruħhom bi kriżi tas-saħħa mentali, b'mod partikolari persuni li jkunu fi kriżi ta' suwiċidju.

09

It-twessigħ tal-ambitu tas-servizz CRHT biex jinkludi firxa usa' ta' gruppi kliniċi li jesperjenzaw kriżijiet tas-saħħa mentali u/jew li jeħtieġu kura psikjatrika intensiva fid-dar, u l-estensjoni tas-servizz biex jopera fuq bażi ta' 24 siegħa kuljum, sebat ijiem fil-ġimgħa, soġġett għad-disponibbiltà tar-riżorsi.

10

L-iżvilupp ta' protokoll ta' riferiment rapidu għall-psikoloġija fi ħdan l-NMHS għal individwi f'riskju għoli ta' suwiċidju jew dawk li dan l-aħħar ippruvaw jagħmlu suwiċidju.

Indikaturi Ewlenin tal-Prestazzjoni

01

Numru ta' interventi mill-istaff tal-1579.

02

Numru ta' interventi mis-CRHT u s-CIHT.

03

Rata ta' dħul fl-isptar tal-klijenti osservati mis-CRHT, is-CIHT u l-CAPES.

04

Numru ta' professjonisti tas-saħħa mentali li jaħdmu fit-tim tas-CRHT.

05

Protokolli ġodda mfassla mit-tim tas-CRHT bl-iskop tal-espansjoni tas-servizz.

06

Numru ta' sessjonijiet ta' taħriġ mogħtija lil professjonisti tas-saħħa mentali li jaħdmu fis-servizzi ta' Emerġenza u Stabbilizzazzjoni.

07

Numru ta' sessjonijiet ta' taħriġ ipprovduti lil fornituri tal-kura ta' qabel l-isptar.

08

Żvilupp taċ-Ċentru Psikjatriku Akut u l-iżgurar ta' żona privata għall-valutazzjoni tas-saħħa mentali fid-Dipartiment tal-A&E.

09

Żvilupp ta' protokoll ta' riferiment rapidu għall-psikoloġija għal individwi f'riskju.

Għan Strateġiku 3
Jiġu pprovduti biżżejjed appoġġ psikosoċjali u strutturi ta' kura għall-gruppi ta' riskju għoli.

Il-WHO (2023a) tenfasizza li l-gruppi ta' riskju għoli li ġejjin huma f'riskju akbar ta' suwiċidju:

- persuni b'diżordnijiet mentali (b'mod partikolari, id-depressjoni u d-diżordnijiet tal-użu tas-sustanzi (li jinkludu l-użu problematiku, l-abbuż, u d-dipendenza tad-droga u l-alkoħol),
- persuni b'attentat ta' suwiċidju preċedenti,
- persuni li jesperjenzaw kriżi u li sussegwentement jiffaċċjaw nuqqas ta' kapaċità li jkampaw mal-istress tal-ħajja, bħall-problemi finanzjarji, it-tmiem tar-relazzjonijiet jew l-uġigħ u l-mard kroniku,
- persuni li jesperjenzaw kunflitt, diżastru, vjolenza, abbuż, jew telf u sens ta' iżolament,
- gruppi vulnerabbli li jesperjenzaw diskriminazzjoni, bħar-refuġjati u l-migranti; nies indiġeni; persuni leżbjani, gay, bisesswali, transġeneru, intersesswali u queer (LGBTIQ); u priġunieri.

L-individwi b'diżordnijiet kroniċi, mard terminali u wġigħ kroniku huma partikolarment f'riskju ta' suwiċidju (Kwon & Lee, 2023; Nafilyan et al., 2022; Calati et al., 2015). Il-professjonisti li jipprovdu kura lil dawn l-individwi jeħtieġ li jkollhom ħila kbira li jagħtu aħbarijiet koroh sabiex ikunu jistgħu jagħmlu dan bl-aktar mod kompassjonali u sensibbli possibbli. Huma għandhom jiżguraw ukoll li jingħata biżżejjed appoġġ psikosoċjali lil tali persuni peress li dawn il-morbiditajiet jistgħu jikkawżaw deterjorament fil-kwalità tal-ħajja tan-nies (Siboni et al., 2019; Strine et al., 2008).

Barra minn hekk, ir-riċerka wriet li r-riskju ta' suwiċidju jiżdied meta l-pazjenti jkunu qed jittranżizzjonaw mill-kura psikjatrika bħala inpatients għall-kura fil-komunità (Chung et al., 2019; Chung et al., 2017). Dan kien rifless matul grupp fokali mal-utenti tas-servizzi lokali, li qiesu dan il-perjodu ta' tranżizzjoni bħala "punt kritiku" minħabba s-sens akbar ta' vulnerabbiltà u n-nuqqas ta' appoġġ li ħassew matul dan il-punt tal-kura.

Minbarra l-gruppi ta' hawn fuq, il-persuni f'riskju ta' suwiċidju lokalment (kif imsemmi fil-Kapitolu 2) jinkludu (i) l-irġiel, (ii) il-persuni fil-kategoriji ta' età ta' 30 sa 60 sena, (iii) il-persuni li mhumiex miżżewġin jew huma separati, u (iv) il-persuni li huma qiegħda jew pensjonanti. Għandu jiġi żgurat li l-azzjonijiet fl-istrateġija jkunu mmirati b'mod partikolari lejn gruppi ta' riskju għoli.

L-iżvilupp ta' intervent għall-prevenzjoni tas-suwiċidju għal gruppi ta' riskju għoli huwa kritiku biex tiġi mminimizzata r-rata ta' suwiċidju. Fuq livell globali, huwa inkwetanti li ħafna persuni f'riskju mhumiex qed jiġu identifikati u/jew offruti t-trattament tas-saħħa mentali li jista' jipprevjeni l-mewt suwiċidali (RCPsych, 2020). Għandhom isiru sforzi fuq livell lokali biex jiġu żgurati l-identifikazzjoni u l-involviment f'waqthom ta' individwi f'riskju.

Azzjonijiet Implimentati

01

L-istabbiliment ta' servizzi ta' traduzzjoni u interpretar biex tiġi ffaċilitata l-komunikazzjoni ma' utenti tas-servizzi li ma jitkellmux bl-Ingliż, għall-aċċess għall-NMHS kemm fl-isptar kif ukoll fil-komunità.

02

L-istabbiliment ta' protokoll biex jiggwida t-tranżizzjoni bla xkiel minn kura bħala inpatients għal kura fil-komunità għall-pazjenti tal-NMHS.

03

L-offerta ta' servizzi psikoloġiċi, ta' ħidma soċjali u servizzi tas-saħħa alleati oħra fl-Isptar Mater Dei, iċ-Ċentru tal-Onkoloġija Sir Anthony Mamo u l-Isptar tar-Riabilitazzjoni Karin Grech biex jappoġġjaw lill-persuni b'mard akut, kroniku u terminali b'mod olistiku.

04

L-istabbiliment tal-Klinika għall-Benesseri tal-Ġeneru f'Novembru 2018, li tinkorpora l-appoġġ psikosoċjali bħala parti minn pakkett ta' kura multidixxiplinari.

05

Il-Ministeru għall-Affarijiet Interni, is-Sigurtà u l-Impjiegi ħarreġ lill-impjegati kollha tal-Aġenzija għas-Servizzi Korrettivi (CSA, Correctional Services Agency) fl-ewwel għajnuna għas-saħħa mentali u qed jespandi u jħarreġ kontinwament it-tim psikosoċjali tiegħu fl-Unità tal-Kura u r-Riintegrazzjoni fil-Faċilità Korrettiva ta' Kordin biex jippromwovi r-riabilitazzjoni tal-ħabsin u jissalvagwardja l-benesseri mentali tagħhom (TVM News, 2023; l-Uffiċċju Nazzjonali tal-Awditjar, 2021).

Azzjonijiet Ippjanati

01

L-infurzar tal-protokoll ta' tranżizzjoni mis-servizzi tas-saħħa mentali bħala inpatient għal dawk fil-komunità li jipproponi livelli ggradati ta' appoġġ skont il-ħtiġijiet uniċi tal-pazjenti, biex tiġi żgurata tranżizzjoni bla xkiel tal-kura.

02

L-għoti ta' taħriġ lill-gatekeepers biex tkun tista' ssir detezzjoni bikrija u jkun hemm rispons bikri għal dawk f'riskju għoli ta' suwiċidju.

03

L-inkoraġġiment tal-użu tas-servizzi eżistenti permezz tal-promozzjoni tas-saħħa mentali sabiex il-kura psikjatrika u l-appoġġ psikoloġiku jiġu aċċessati fil-ħin.

04

Il-kollaborazzjoni mal-NGOs u aġenziji oħra biex jiġi stabbilit perkors ta' riferiment jew kura bla xkiel għas-servizzi ta' intervent wara sitwazzjoni biex jiġi żgurat l-għoti ta' appoġġ psikoloġiku għall-individwi li jkunu tilfu lil xi ħadd u/jew li jkunu ntlaqtu minn suwiċidju.

05

Il-kollaborazzjoni mal-NGOs, il-kunsilli lokali, u atturi oħra tal-komunità biex tippromwovi attivitajiet li jikkultivaw sens ta' komunità, tiġi promossa l-koeżjoni soċjali, u b'hekk tiġi evitata s-solitudni fost il-gruppi vulnerabbli.

06

Il-kollaborazzjoni mal-NGOs u aġenziji oħra biex tiġi promossa l-adozzjoni ta' servizzi tas-saħħa mentali anċillari u speċjalizzati fil-komunità.

07

L-iżvilupp ulterjuri ta' servizzi li joffru appoġġ għas-saħħa mentali għall-komunità LGBTIQ, b'mod partikolari għal persuni b'disforja tas-sessi.

08

Żieda fil-kapaċità u żvilupp ulterjuri tas-servizzi fil-qasam tad-dipendenza biex jiġi żgurat l-għoti ta' appoġġ adegwat għas-saħħa mentali lil persuni b'diżordnijiet tal-użu tas-sustanzi, inkluż l-użu problematiku tal-alkoħol f'konformità mal-Politika Nazzjonali dwar l-Alkoħol 2025-2030.

09

Il-promozzjoni ta' korsijiet ta' reżiljenza pprovduti mid-Direttorat għall-Promozzjoni tas-Saħħa u l-Prevenzjoni tal-Mard (HPDP, Health Promotion and Disease Prevention Directorate).

10

It-tħeġġiġ tal-prattiċi kontra r-razziżmu u kontra l-ksenofobija f'konformità mal-Istrateġija Kontra r-Razziżmu 2021-2023 mid-Direttorat għad-Drittijiet tal-Bniedem u l-Pjan ta' Azzjoni tal-UE għall-Ġlieda Kontra r-Razziżmu 2020-2025.

11

L-offerta ta' taħriġ ta' kompetenza kulturali lill-professjonisti tas-saħħa mentali li jaħdmu fi ħdan l-NMHS.

12

L-offerta ta' taħriġ dwar l-għoti ta' aħbarijiet ħżiena lill-professjonisti tal-kura tas-saħħa, b'mod partikolari t-tobba li jaħdmu f'ambjenti ta' mediċina ġenerali u kura paljattiva.

13

L-introduzzjoni ta' mediċini antidipressanti ġodda bi profili ta' effetti sekondarji aktar favorevoli li jitqiegħdu fuq il-formularju governattiv peress li t-trattament antidipressanti ġie ppruvat li jnaqqas ir-riskju ta' suwiċidju u ma ġiex assoċjat ma' riskju akbar ta' suwiċidju mal-bidu tat-teħid (RCPsych, 2020).

Indikaturi Ewlenin tal-Prestazzjoni

01
Numru ta’ sessjonijiet ta’ traduzzjoni u interpretazzjoni offruti għall-utenti tas-servizz tal-NMHS.

02
Numru ta’ pazjenti appoġġjati matul it-tranżizzjoni minn kura bħala inpatient għal kura fil-komunità.

03
Numru ta’ dħul mill-ġdid f’faċilità psikjatrika fi żmien xahrejn mit-tranżizzjoni għal NMHS fil-komunità.

04
Numru ta’ sessjonijiet ta’ taħriġ ipprovduti lill-gatekeepers biex jippermettu skoperta u intervent bikri.

05
Stabbiliment ta’ riferiment jew perkors ta’ kura għal servizzi ta’ postvenzjoni.

06
Klassifikazzjonijiet nazzjonali tas-solitudni rrappurtata mill-persuni infushom.

07
Numru ta’ individwi LGBTIQ+ li jaċċessaw appoġġ għas-saħħa mentali.

08
Numru ta’ individwi b’diżordnijiet tal-użu tas-sustanzi li jaċċessaw appoġġ għas-saħħa mentali.

09
Numru ta’ persuni li jattendu għal korsijiet ta’ reżiljenza organizzati mill-HPDP.

10
Numru ta’ professjonisti tas-saħħa mentali li jattendu taħriġ dwar il-kompetenza kulturali.

11
Numru ta’ professjonisti tal-kura tas-saħħa li jattendu taħriġ dwar l-għoti ta’ aħbarijiet ħżiena.

12
Antidipressanti ġodda introdotti fuq il-formularju governattiv.

Pilastru 03

Restrizzjoni tal-Mezzi ta' Suwiċidju

Għan Strateġiku 4
Titnaqqas ir-rata ta' suwiċidju billi jiġi ristrett l-aċċess għall-mezzi ta' suwiċidju.

Il-limitazzjoni tal-aċċess għall-mezzi ta' suwiċidju hija intervent universali bbażat fuq l-evidenza xjentifika għall-prevenzjoni tas-suwiċidju. Ir-restrizzjoni tal-mezzi għandha tkun speċifika għax-xejriet u l-ħtiġijiet speċifiċi ta' kull pajjiż, skont il-metodi li jikkawżaw l-aktar imwiet. Ħafna persuni li jaħsbu li jmutu b'suwiċidju jesperjenzaw ambivalenza dwar l-għajxien jew il-mewt, u ħafna minnhom jagħmlu dan fi żmien ta' diffikultà akuta. Ir-restrizzjoni ta' mezzi letali tfixkel l-ippjanar ta' suwiċidju u tagħmel il-mezzi ta' suwiċidju inqas faċilment aċċessibbli, u b'hekk tagħti lill-persuna li qed tikkunsidra s-suwiċidju aktar żmien biex tgħaddi d-diffikultà akuta, qabel ma tieħu azzjoni fatali (WHO, 2023).

F'Malta, l-aktar modi komuni ta' suwiċidju fl-irġiel huma (i) it-tgħalliq, l-istrangolazzjoni jew is-soffokazzjoni, (ii) il-qbiż minn post għoli u (iii) bl-użu ta' arma tan-nar, f'ordni dixxendenti. Fin-nisa, l-aktar modi komuni ta' suwiċidju f'ordni dixxendenti huma (i) il-qbiż minn post għoli, (ii) it-tgħalliq, l-istrangolazzjoni jew il-fgar u (iii) l-awtoavvelenament permezz ta' medikazzjoni (Camilleri, 2021; Renaud, 2019).

Filwaqt li huwa ta' sfida li jiġu identifikati approċċi effettivi biex titnaqqas l-inċidenza ta' suwiċidju bit-tgħalliq, hemm il-potenzjal li jitnaqqsu mezzi oħra ta' suwiċidju. Ir-restrizzjoni tal-aċċess għall-hotspots użati għall-qbiż tista' tinkiseb billi l-aċċess għas-siti jsir aktar diffiċli. Il-hotspots għas-suwiċidju permezz ta' qbiż ġew identifikati minn studju mwettaq minn Camilleri fl-2021. L-istudju sab li l-perċezzjoni tal-pubbliku ġenerali kienet li l-biċċa l-kbira tas-suwiċidji bil-qbiż iseħħu fl-irdum ta' Ħad-Dingli, madankollu, id-data turi li l-biċċa l-kbira tas-suwiċidji bil-qbiż iseħħu fis-swar tal-Belt u l-pont tal-Mosta. F'dan tal-aħħar ġie installat ċint preventiv fl-2016 bil-għan li jfixkel l-attentati ta' suwiċidju. Għalkemm ma hemm l-ebda riċerka ppubblikata li tkejjel l-effikaċja ta' dan iċ-ċint, artiklu wieħed f'gazzetta kien irrapporta tnaqqis tas-suwiċidji fil-pont tal-Mosta fl-2017, sena wara l-installazzjoni taċ-ċint (Times of Malta, 2017).

L-Awtorità tal-Mediċini (2022) ppermettiet leġiżlazzjoni li tirrestrinġi d-disponibbiltà ta' prodotti mediċinali bħall-analġeżiċi, billi ordnat li jingħataw daqsijiet iżgħar tal-pakketti, bl-intenzjoni li tissalvagwardja kontra l-użu ħażin, doża eċċessiva, jew dewmien fit-tfittxija ta' attenzjoni medika.

Fl-ambjenti tal-kura tas-saħħa, speċjalment fil-faċilitajiet tas-saħħa mentali, huwa kruċjali li jiġu mminimizzati r-riskji ambjentali għall-ħsara u s-suwiċidju billi tiġi żgurata infrastruttura sikura li tipprevjeni l-qbiż mill-għoli, it-tixbit mal-ħitan tal-konfini, u l-punti tal-irbit. Sabiex il-faċilitajiet tas-saħħa mentali jkunu postijiet ta' kura sikuri, huwa wkoll imperattiv li jittaffew riskji oħra billi jiġu żgurati l-ħżin sikur tal-medikazzjonijiet, it-tneħħija ta' materjali ta' rbit u l-konfiska ta' sustanzi illeċiti. Barra minn hekk, il-pazjenti ma għandux ikollhom aċċess għal oġġetti li huma perikolużi jew li jistgħu jwasslu biex jagħmlu ħsara lilhom infushom jew lil ħaddieħor jew jiffaċilitaw il-ħrib tagħhom jew ta' ħaddieħor meta jkunu fi sptar psikjatriku. Għandu jiġi mfittex bilanċ bejn is-sikurezza kontra l-privatezza u d-dinjità biex jiġu żgurati ambjenti terapewtiċi xierqa u l-aħjar kura tal-pazjenti (Kummissjoni dwar il-Kwalità tal-Kura, 2023).

Azzjonijiet Implimentati

01

Il-ħażna sikura ta' drogi perikolużi fis-swali kollha tal-inpatients, f'konformità mal-Ordinanza dwar il-Mediċini Perikolużi (2020) u l-Politika dwar il-Mediċini Kkontrollati.

02

Matul il-perjodu fl-isptar psikjatriku, il-membri tal-istaff awtorizzati regolarment ifittxu lill-pazjenti u/jew l-affarijiet tagħhom biex jiżguraw is-sikurezza tal-pazjenti, il-viżitaturi u l-istaff. Peress li t-tiftix huwa intruživ u jista' jaffettwa d-drittijiet tal-pazjenti, għandu jsir kull sforz biex jiġu evitati jew ikkalmati s-sitwazzjonijiet li fihom jista' jkun hemm bżonn li jiġu kkunsidrati t-tiftixiet, u biex tiġi mħarsa d-dinjità tal-pazjenti meta jitwettqu t-tiftixiet.

Azzjonijiet Ippjanati

01

It-tqegħid ta' posters b'messaġġi pożittivi u ta' tama fil-hotspots, bil-għan li dawk li jikkontemplaw is-suwiċidju jerġgħu jikkunsidraw l-azzjonijiet ippjanati tagħhom.

02

It-tqegħid ta' kabini tat-telefown f'hotspots tas-suwiċidju li għandhom aċċess dirett għall-112.

03

Il-bini ta' ċnut preventivi u/jew ostakli f'aktar hotspots tas-suwiċidju, kif identifikati permezz tar-riċerka lokali.

04

Pattulji regolari tal-pulizija fil-hotspots.

05

Il-minimizzazzjoni tal-aċċess għall-punti tal-irbit fil-faċilitajiet tas-saħħa mentali, b'mod partikolari meta jiġu ddisinjati bini, swali, jew sptarijiet ġodda.

Indikaturi Ewlenin tal-Prestazzjoni

01

Numru ta’ posters imqiegħda fil-hotspots.

02

Numru ta’ kabini tat-telefown imqiegħda fil-hotspots.

03

Numru ta’ ċnut u/jew barrieri preventivi mwaqqfa.

04

Numru ta’ rondi tal-pulizija fil-hotspots.

Għan Strateġiku 5
Titjib fir-rappurtar tal-midja responsabbli u l-litteriżmu dwar is-saħħa mentali fis-soċjetà.

Hemm evidenza li r-rapporti tal-midja dwar is-suwiċidju jistgħu jtejbu jew idgħajfu l-isforzi għall-prevenzjoni tas-suwiċidju. Żieda fl-imwiet mis-suwiċidju spiss tiġi osservata wara li jinxterdu stejjer ta' mewt mis-suwiċidju, filwaqt li l-istejjer iċċentrati fuq li tingħeleb kriżi suwiċidali għandhom fattur protettiv u spiss jirriżultaw f'inqas suwiċidji (WHO, 2023b).

It-tixrid u l-applikazzjoni tar-"Rakkomandazzjonijiet għall-Midja dwar ir-Rappurtar ta' Ħsara Mhux Suwiċidali Kkawżata mill-Persuna Fuqha Nniffisha u Suwiċidju" maħruġa mill-Assoċjazzjoni Maltija tal-Psikjatri (2021) kienet inizjattiva importanti għall-prevenzjoni lokali tas-suwiċidju. Is-sensitizzazzjoni tal-midja dwar l-importanza tar-rappurtar responsabbli hija l-pedament biex titnaqqas l-istigma dwar il-mard mentali u s-suwiċidju, kif ukoll biex jitnaqqsu l-imwiet tas-suwiċidju. Il-midja hija għodda ta' valur għall-komunikazzjoni ta' trajettorji u messaġġi pożittivi dwar is-saħħa mentali, u għat-tixrid ta' informazzjoni dwar is-servizzi tal-kura tas-saħħa u l-perkorsi ta' kura eżistenti.

It-tqajjim tal-kuxjenza u l-promozzjoni huma azzjonijiet strateġiċi li jikkontribwixxu għall-isforzi ġenerali għall-prevenzjoni tas-suwiċidju billi jinfluwenzaw lil dawk li jieħdu d-deċiżjonijiet u l-opinjoni pubblika, l-attitudnijiet u l-imġiba. Billi jtejbu l-għarfien, il-komunitajiet josservaw żieda fl-imġiba tat-tiftix tal-għajnuna u d-domanda għas-servizzi, biex b'hekk tinħoloq opportunità ottimali għal detezzjoni u intervent bikrija (WHO, 2021).

Fl-2023 tnediet kampanja dwar is-saħħa mentali intitolata "Ħu Ħsieb" taħt l-awspiċi tal-Ministeru għas-Saħħa. Il-kampanja adottat kemm approċċ universali kif ukoll wieħed immirat. L-għanijiet ewlenin kienu li tiżdied il-promozzjoni ta' drawwiet tal-ħajja tajbin għas-saħħa li jwasslu għal benesseri mentali u fiżika, u li jitħeġġeġ it-tiftix tal-għajnuna permezz ta' servizzi tas-saħħa mentali disponibbli jew permezz tal-Helpline ddedikata għas-Saħħa Mentali – 1579.

L-inizjattivi dwar il-promozzjoni tas-saħħa mentali għadhom għaddejjin, b'diversi partijiet ikkonċernati distinti jippruvaw iqajmu kuxjenza dwar l-importanza tal-benesseri mentali matul il-ħajja kollha. Minkejja li s-setturi tas-saħħa u l-edukazzjoni jinsabu fuq quddiem nett ta' dawn l-isforzi, il-kunsilli lokali u diversi NGOs ukoll ħadu ħsieb li jqajmu kuxjenza u joħolqu sens ta' appartenenza fil-komunità. Barra minn hekk, l-NMHS u l-HPDP jikkollaboraw biex jorganizzaw materjal diġitali ta' informazzjoni u tqajjim ta' kuxjenza għall-Jum Dinji għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju, fl-10 ta' Settembru kull sena. Hekk kif id-domanda pubblika u professjonali għall-għarfien dwar is-saħħa mentali qed tiżdied, kif qed tiżdied ukoll id-domanda għas-servizzi tas-saħħa mentali wara l-pandemija tal-COVID-19, diversi aġenziji bdew jorganizzaw seminars, webinars, u fora oħra għall-iskambju tal-għarfien dwar il-benesseri mentali.

Is-suwiċidju huwa kwistjoni serja tas-saħħa pubblika li titlob l-attenzjoni. Ir-rappurtar fil-midja jista' jikkollabora ma' sforzi ta' promozzjoni tas-saħħa mentali biex jittejjeb il-litteriżmu tas-saħħa mentali, titnaqqas l-istigma billi jiġu spjegati l-ideat żbaljati dwar il-mard mentali u s-suwiċidju, u biex jipprovdi informazzjoni dwar fejn tfittex l-għajnuna biex b'hekk jinkoraġġixxi eżiti aħjar tas-saħħa mentali.

Azzjonijiet Implimentati

01

Il-kollaborazzjoni mal-midja u l-qsim ta' linji gwida dwar ir-rappurtar ta' mġiba suwiċidali, f'konformità mal-linji gwida tal-WHO.

02

Il-kollaborazzjoni mal-HDPD u NGOs speċjalizzati għal kampanji ta' tqajjim ta' kuxjenza u/jew interventi.

Azzjonijiet Ippjanati

01
L-iżvilupp ta' protokoll biex jiġu nnotifikati l-kumpaniji tal-midja li ma jsegwux il-linji gwida maqsuma dwar ir-rappurtar ta' mġiba suwiċidali, biex tiġi ffaċilitata r-reviżjoni tan-narrattiva tagħhom.

02
Il-ħidma mad-Dipartiment tal-Edukazzjoni biex jiġi inkorporat formalment it-taħriġ tar-reżiljenza fil-kurrikulu tal-iskola tul il-perjodu kollu tal-edukazzjoni obbligatorja.

03
It-titjib tal-infrastruttura diġitali użata biex tipprovdi gwida ċara dwar azzjonijiet xierqa waqt kriżi tas-saħħa mentali u biex turi b'mod prominenti informazzjoni dwar is-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali disponibbli, riżorsi ta' awtogħajnuna, u taħriġ fir-reżiljenza.

04
L-użu ta' diversi pjattaformi diġitali biex tintlaħaq udjenza wiesgħa filwaqt li jiġu promossi l-messaġġi ta' tqajjim ta' kuxjenza dwar is-saħħa mentali.

05
Il-ħidma mal-kunsilli lokali biex jiġu appoġġjati l-inizjattivi tal-benesseri mentali u biex tittejjeb il-koeżjoni soċjali fil-komunità, bil-għan li jitrawwem sens ta' appartenenza u tiġi evitata s-solitudni.

Indikaturi Ewlenin tal-Prestazzjoni

01
L-iżvilupp ta' protokoll għal djar tal-midja li ma jsegwux il-linji gwida maqsuma dwar ir-rappurtar ta' mġiba suwiċidali.

02
Numru ta' laqgħat/komunikazzjonijiet ma' djar tal-midja, kunsilli lokali, id-Dipartiment tal-Edukazzjoni.

03
L-istabbiliment ta' infrastruttura diġitali faċli għall-utent għall-NMHS.

04
Numru ta' kampanji diġitali ta' sensibilizzazzjoni dwar is-saħħa mentali, bl-użu tal-midja.

Pilastru 05

Prevenzjoni u Attivitajiet ta' Promozzjoni tas-Saħħa

Għan Strateġiku 6
L-approvazzjoni ta' attivitajiet ta' promozzjoni tas-saħħa mentali u prevenzjoni u l-prijoritizzazzjoni tal-benesseri matul il-kors tal-ħajja.

Il-prevenzjoni tas-suwiċidju trid tkun immirata lejn stadji differenti matul il-kors tal-ħajja biex jiġu miġġielda l-fatturi differenti li jikkawżaw l-istress fil-ħajja fl-istadji differenti tal-ħajja. L-attivitajiet ta' prevenzjoni tal-mard u promozzjoni tas-saħħa jinkludu l-promozzjoni tal-benesseri (prevenzjoni primarja), intervent bikri, irkupru u intervent wara sitwazzjoni.

Il-kampanji tas-saħħa pubblika mid-Direttorat għall-Promozzjoni tas-Saħħa u l-Prevenzjoni tal-Mard (HPDP) iffokaw fuq il-benesseri mentali bħala forma ta' prevenzjoni primarja f'dawn l-aħħar snin. Id-Direttorat tal-HPDP iwassal programmi regolari online bil-għan li jgħin lill-individwu jsaħħaħ ir-reżiljenza, u juża l-motto strateġiku "Turn Challenge into Change and Stress into Success: Build Your Resilience" [Ibdel Sfida f'Bidla u Stress f'Suċċess: Ibni r-Reżiljenza Tiegħek]. Isiru sessjonijiet kull ġimgħa fi gruppi żgħar għal perjodu ta' 7 ġimgħat, fejn tiġi pprovduta informazzjoni, tiġi mħeġġa diskussjoni, u jiġu nkoraġġuti l-attivitajiet tad-dar. Qiegħed jiġi offrut ukoll taħriġ tar-reżiljenza adattat skont l-età mid-Dipartiment tal-Edukazzjoni lit-tfal tal-iskola fuq bażi ad hoc.

Barra minn hekk, l-Akkademja għall-Irkupru u l-Benesseri (RAWA, Recovery and Wellbeing Academy) ġiet varata mill-NMHS fl-2023. Ir-RAWA pproduċiet korsijiet b'mod konġunt bejn professjonisti tas-saħħa mentali u persuni li għexu esperjenza ta' mard mentali li kienu disponibbli mingħajr ħlas għall-pubbliku. Il-korsijiet kellhom l-għan li jippromwovu l-metodi ta' kif wieħed jgħin lilu nnifsu għal benesseri mentali aħjar, li jżidu l-għarfien dwar is-saħħa mentali, u li jtejbu l-litteriżmu tas-soċjetà dwar is-saħħa mentali u jappoġġjaw l-irkupru. Barra minn hekk qiegħda ssir kollaborazzjoni ma' Akkademji Ewropej oħra.

L-użu problematiku tal-midja soċjali fost l-adolexxenti ntwera li jaffettwa b'mod negattiv il-benesseri tagħhom u jista' jżid ir-riskju ta' mġiba suwiċidali. B'reazzjoni għal dan, l-iskejjel f'Malta implimentaw firxa ta' miżuri, inklużi politiki ċari dwar l-użu aċċettabbli tal-internet u ta' devices, edukazzjoni bbażata fuq il-kurrikulu dwar drawwiet għall-użu tal-midja soċjali b'mod tajjeb u responsabbli, taħriġ għall-edukaturi, u sessjonijiet ta' informazzjoni għall-ġenituri - primarjament permezz tal-inizjattiva BeSmartOnline!, li tippromwovi użu sikur u bbilanċjat tal-internet fost it-tfal, il-ġenituri u l-edukaturi. F'dan il-kuntest, l-istrateġija tiddeskrivi żewġ prijoritajiet ewlenin: it-titjib tar-riżorsi u l-ambjenti li jappoġġjaw is-saħħa u l-benesseri taż-żgħażagħ u t-trawwim ta' djalogu miftuħ dwar il-benesseri diġitali biex titnaqqas l-istigma, titqajjem kuxjenza u jittejjeb il-litteriżmu diġitali.

L-intervent bikri jista' jiġi ffaċilitat permezz ta' sensibilizzazzjoni pubblika akbar dwar sinjali ta' twissija bikrija ta' diffikultà u/jew diżordnijiet mentali, permezz ta' skrinjar fil-kura primarja, u permezz ta' identifikazzjoni mill-gwardjani. Is-servizzi ta' Emerġenza u Stabbilizzazzjoni li ġew enfasizzati fil-Pilastru 2A jagħlqu d-distakk bejn l-intervent bikri u l-irkupru, ladarba l-utenti tas-servizzi jidħlu fis-sistema tas-saħħa mentali.

Is-servizzi kollha tal-inpatients u fil-komunità li jaqgħu taħt l-NMHS eventwalment se jirċievu taħriġ dwar l-evalwazzjoni u l-immaniġġjar tar-riskju ta' suwiċidju biex jippromwovu t-trażżin rigoruż ta' persuni li qed jesperjenzaw kriżi ta' suwiċidju. Barra minn hekk, huwa ppjanat li l-ippjanar formali tas-sikurezza jsir parti integrali mis-servizzi akuti kollha tas-saħħa mentali bħala mezz ta' salvagwardja u prevenzjoni tas-suwiċidju.

Is-servizzi ta' intervent wara sitwazzjoni jibqgħu ta' importanza kbira għal persuni li tilfu lil xi ħadd minħabba suwiċidju jew li ġew affettwati b'mod sinifikanti minn imġiba suwiċidali bi kwalunkwe mod ieħor. Billi jaċċessaw is-servizzi ta' intervent wara sitwazzjoni, l-individwi affettwati jiġu mgħammra bl-għodod biex jipproċessaw avvenimenti trawmatiċi u biex isaħħu l-benesseri mentali tagħhom, u b'hekk jipprevjenu mġiba ta' suwiċidju addizzjonali min-naħa tal-individwu affettwat.

Sabiex il-professjonisti tas-saħħa mentali u professjonisti oħra tal-kura tas-saħħa jkunu jistgħu jagħmlu xogħolhom b'mod effettiv, il-benesseri tagħhom jeħtieġ li tiġi żgurata. Għal dan il-għan, l-appoġġ għandu jkun disponibbli faċilment u aċċessibbli faċilment kif u meta meħtieġ, mingħajr ebda forma ta' ġudizzju jew preġudizzju.

Azzjonijiet Implimentati

01

L-istabbiliment tal-Akkademja għall-Irkupru u l-Benesseri, li se tkompli toffri korsijiet.

02

Il-kollaborazzjoni mad-Direttorat tal-HPDP għal kampanji ta' tqajjim ta' kuxjenza u/jew interventi.

03

It-taħriġ ta' parti mill-forza tax-xogħol tal-NMHS fl-evalwazzjoni u l-immaniġġjar tar-riskju ta' suwiċidju.

04

L-għoti ta' appoġġ lill-professjonisti tas-saħħa mentali u lil professjonisti oħra tal-kura tas-saħħa fuq il-post tax-xogħol permezz ta' skemi organizzattivi ta' appoġġ psikoloġiku.

Azzjonijiet Ippjanati

01

It-titjib tal-aċċess tal-adolexxenti għal servizzi tas-saħħa mentali kunfidenzjali u mingħajr ġudizzju li jindirizzaw kwistjonijiet li jirriżultaw mill-użu problematiku tat-teknoloġija diġitali.

02

Il-promozzjoni ta' djalogu miftuħ dwar il-benesseri diġitali fost il-familji, l-iskejjel u l-komunitajiet billi jiġu implimentati kampanji ta' sensibilizzazzjoni u edukattivi.

03

L-għoti ta' taħriġ speċjalizzat għall-professjonisti tal-kura tas-saħħa biex jiġu mgħammra bil-ħiliet meħtieġa biex iwasslu interventi effettivi u inklużivi għal individwi b'użu problematiku tat-teknoloġija diġitali.

04

Il-formalizzazzjoni u l-approvazzjoni tad-dokument tal-pjan ta' sigurtà li għandu jintuża fi ħdan l-NMHS u t-tħeġġiġ tal-użu tiegħu f'ambjenti akuti, u kwalunkwe ambjent kliniku ieħor fejn jitqies ta' benefiċċju għall-utenti tas-servizz.

05

L-għoti ta' taħriġ intern dwar l-ippjanar tas-sigurtà lill-professjonisti li jaħdmu fi ħdan l-NMHS akuti.

06

It-tkomplija tal-kollaborazzjoni mal-HPDP għal attivitajiet ta' promozzjoni tas-saħħa mentali u prevenzjoni tas-suwiċidju, bl-użu tal-midja diġitali bħala mezz f'kull opportunità applikabbli.

07

Il-ħidma mas-servizzi tal-kura primarja biex tiġi enfasizzata l-importanza ta' intervent bikri permezz ta' skrinjar għad-depressjoni u l-imġiba suwiċidali u jiġi offrut taħriġ u appoġġ speċjalizzat kif meħtieġ.

08

Il-promozzjoni tal-proġett nazzjonali biex individwi jkunu mgħammra bl-Ewwel Għajnuna tas-Saħħa Mentali, disponibbli permezz tal-kunsilli lokali kollha f'Malta u Għawdex, b'kollaborazzjoni mas-Segretarjat Parlamentari għall-Gvern Lokali.

09

Kollaborazzjoni ma' NGOs, kunsilli lokali, u atturi oħra tal-komunità biex joffru taħditiet dwar il-litteriżmu u l-għarfien dwar is-saħħa mentali.

Indikaturi Ewlenin tal-Prestazzjoni

01

Numru ta' professjonisti tal-kura tas-saħħa li jlestu b'suċċess taħriġ għall-użu problematiku tat-teknoloġija diġitali.

02

Approvazzjoni ta' dokument formali ta' pjan ta' sigurtà għall-NMHS.

03

Numru ta' professjonisti tas-saħħa mentali tal-NMHS li jlestu b'suċċess taħriġ intern dwar l-ippjanar tas-sigurtà.

04

Numru ta' kampanji ta' promozzjoni u għarfien dwar is-saħħa mentali.

05

Statistika fuq is-suċċess ta' kampanji online dwar is-saħħa mentali.

06

Numru ta' laqgħat mas-servizzi tal-kura primarja.

07

Numru ta' sessjonijiet ta' taħriġ speċjalizzat ipprovduti lill-ħaddiema tas-saħħa primarja fir-rigward tal-iskrinjar għad-depressjoni u l-imġiba suwiċidali.

08

Numru ta' individwi li jlestu l-kors tal-Ewwel Għajnuna għas-Saħħa Mentali.

09

Numru ta' taħditiet ta' sensibilizzazzjoni fil-komunità li jkunu saru.

Assigurazzjoni tal-Kwalità u Għarfien Espert

Għan Strateġiku 7
Titjib tal-prattiċi tal-ġbir tad-data fir-rigward tal-imġiba suwiċidali biex jiġu infurmati l-politiki, il-programmi u s-servizzi futuri.

L-approċċ tagħna għall-prevenzjoni tas-suwiċidju huwa ppjanat u mwassal tajjeb, permezz ta' approċċ li jinkorpora l-gvern sħiħ u s-soċjetà b'kollaborazzjoni ma' partijiet oħra bħall-NGOs u persuni li għexu esperjenza relatata. Intejbu l-approċċ tagħna permezz ta' monitoraġġ, evalwazzjoni, u rieżami regolari.

L-effettività tal-azzjonijiet tagħna se tiġi mmonitorjata u mkejla permezz ta' indikaturi ewlenin tal-prestazzjoni magħżula f'mumenti distinti fiż-żmien.

Id-dokumentazzjoni tal-azzjonijiet tinġabar fil-ħin u tiġi analizzata kull sena. Ir-riżultati mbagħad jiġu diskussi mit-tim ta' monitoraġġ u kwalunkwe azzjoni tiġi rranġata kif jitqies meħtieġ.

Bħalissa, sistema mħallta li tgħaqqad noti miktuba bl-idejn u rekords diġitali qed tintuża fis-Servizzi Nazzjonali tas-Saħħa Mentali. Madankollu, hemm bżonn urġenti li dawn is-sistemi jissaħħu u jiġu ssimplifikati billi ssir tranżizzjoni għal pjattaforma mingħajr karti u interoperabbli. Fis-snin li ġejjin, il-ħolqien tas-sistema ta' Electronic Medical Records (EMR) fis-Servizzi Nazzjonali tal-Kura tas-Saħħa kollha f'Malta u Għawdex se jtejjeb l-eżattezza, l-aċċessibbiltà u l-puntwalità tad-dejta, u b'hekk tippermetti monitoraġġ, analiżi u teħid ta' deċiżjonijiet aktar effettivi ibbażati fuq l-evidenza biex jappoġġjaw l-isforzi ta' prevenzjoni tas-suwiċidju.

Azzjonijiet Implimentati

01

Is-sottomissjoni ta' proposta għal reġistru elettroniku dwar il-ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha.

Azzjonijiet Ippjanati

01

F'armonija ma' partijiet interessati ewlenin oħra, l-NMHS se tieħu rwol ewlieni fil-koordinazzjoni u l-implimentazzjoni tas-sistema tal-Electronic Medical Records (EMR) fis-Servizzi Nazzjonali tal-Kura tas-Saħħa kollha f'Malta u Għawdex. Din il-kollaborazzjoni se tiżgura li l-NMHS, flimkien ma' entitajiet nazzjonali oħra tas-saħħa, tkun fuq quddiem nett fit-tranżizzjoni minn rekords ta' noti miktuba bl-idejn għal sistema ta' rekords diġitali tas-saħħa unifikata u sigura.

02

Il-biljetti ta' riferiment (Tickets of Referral - TORs) kollha minn forrnituri ta' kura tas-saħħa fil-komunità se jiġu sottomessi direttament permezz tal-portal tal-pazjent-tabib 'myHealth' u pproċessati elettronikament fi ħdan l-NMHS. Barra minn hekk, TORs interni rreferuti minn Servizzi Nazzjonali oħra tal-Kura tas-Saħħa se jiġu ġestiti permezz tas-sistema l-ġdida tal-EMR. Dan se jiżgura li r-riferimenti kollha jiġu mmaniġġjati b'mod diġitali, u b'hekk tittejjeb l-effiċjenza, l-eżattezza, u l-aċċessibbiltà tat-TORs fl-NMHS.

Indikaturi Ewlenin tal-Prestazzjoni:

01

Numru ta' laqgħat kollaborattivi b'rabta mal-iżvilupp tas-sistema tal-Electronic Medical Records (EMR).

02

Analiżi annwali tal-azzjonijiet u l-KPIs relatati mal-Istrateġija Nazzjonali għall-Prevenzjoni tas-Suwiċidju.

03

Diġitalizzazzjoni tal-biljetti ta' riferimenti applikabbli kollha tal-NMHS.

Referenzi

Arpin, S. N., & Mohr, C. D. (2019). Transient loneliness and the perceived provision and receipt of capitalization support within eventdisclosure interactions. Personality and Social Psychology Bulletin, 45(2), 240–253.

Australian Institute of Health & Welfare, Suicide & self-harm monitoring: Intentional self-harm hospitalisations (2024). Retrieved from https://www.aihw.gov.au/suicide-self-harm-monitoring/data/intentional-self-harm-hospitalisations

Azzopardi, A. (2022, September 15). Revisiting our rituals. Malta Today. Retrieved from https://www.maltatoday.com.mt/comment/blogs/118713/revisiting_our_rituals

Azzopardi, A., Clark, M., & Bonnici, J. (2019). The prevalence of loneliness in Malta: A nationally representative study of the Maltese population. Msida: Faculty of Social Wellbeing, University of Malta.

Azzopardi, A., Clark, M., Bonnici, J., & Cuff, A. (2022). Survey on loneliness - 2022 Faculty for Social Wellbeing. Malta: University of Malta. Faculty for Social Wellbeing.

Azzopardi-Muscat N, Buttigieg S, Calleja N, Merkur S (2017). Malta: Health system review. Health Systems in Transition, 2017; 19(1):1–137.

Beutel, M. E., Klein, E. M., Brähler, E., Reiner, I., Jünger, C., Michal, M., ... & Tibubos, A. N. (2017). Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. BMC Psychiatry, 17(1), 1-11.

Boniel-Nissim, M., van den Eijnden, R. J. J. M., Furstova, J., Marino, C., Lahti, H., Inchley, J., Šmigelskas, K., Vieno, A., & Badura, P. (2022). International perspectives on social media use among adolescents: Implications for mental and social well-being and substance use. Computers in Human Behavior, 129, 107144. https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107144

Boniel-Nissim M, Marino C, Galeotti T, Blinka L, Ozoliņa K, Craig W et al. (‎ 2024)‎ . A focus on adolescent social media use and gaming in Europe, central Asia and Canada: Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey. World Health Organization. Regional Office for Europe. https://iris.who.int/handle/10665/378982. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

Borg, A., Sammut, A., Grech, A., Lautier, E. C., Priebe, S., & Azzopardi-Muscat, N. (2022). Developing the 2020-2030 mental health strategy for Malta: Addressing the needs of a small island state undergoing rapid socioeconomic transition. Health Policy, 126(8), 744–748. https://doi.org/10.1016/j.healthpol.2022.06.001

Borges, G., Bagge, C. L., Cherpitel, C. J., & Conner, K. R. (2017). A meta-analysis of acute use of alcohol and the risk of suicide attempt. Psychological Medicine, 47(5), 949–957. https://doi.org/10.1017/S003329171600297X

Calati, R., Laglaoui Bakhiyi, C., Artero, S., Ilgen, M., & Courtet, P. (2015). The impact of physical pain on suicidal thoughts and behaviors: Metaanalyses. Journal of Psychiatric Research, 71, 16–32. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2015.09.004

Camilleri, M. S. (2021). The Investigation of Suicide in Malta (PhD Thesis). University of Huddersfield. Retrieved from https://eprints.hud.ac.uk/id/eprint/35587

Care Quality Commission. (2023). The built environment: Reducing harm by ligature in practice - Care Quality Commission. Retrieved from https://www.cqc.org.uk/guidance-providers/mhforum-ligature-guidance/built-environment

Carter, G., Milner, A., McGill, K., Pirkis, J., Kapur, N., Spittal, M. J. (2017). Predicting suicidal behaviours using clinical instruments: systematic review and meta-analysis of positive predictive values for risk scales. BJPsych, 210(6):387–95. Retrieved from http://dx.doi.org/10.1192/bjp.bp.116.182717

Cefai, C., Spiteri, R., Galea, N. & Briguglio, M. (2024). The wellbeing of children and young people in Malta: the Malta wellbeing INDEX project. Malta: University of Malta & The Malta Foundation for the Wellbeing of Society.

Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (2023). Suicide: Risk and protective factors. CDC Archives [Internet]. Retrieved from https://www.cdc.gov/violenceprevention/suicide/riskprotectivefactors.html

Cerel, J., Brown, M. M., Maple, M., Singleton, M., van de Venne, J., Moore, M., & Flaherty, C. (2018). How Many People Are Exposed to Suicide? Not Six. Suicide and Life-Threatening Behavior, 49(2). https://doi.org/10.1111/sltb.12450

Chmielowska, M., Zisman-Ilani, Y., Saunders, R., & Pilling, S. (2023). Trends, challenges, and priorities for shared decision making in mental health: The first umbrella review. International Journal of Social Psychiatry, 69(4), 002076402211402.

Christodoulou, C., Douzenis, A., Papadopoulos, F.C., Papadopoulou, A., Bouras, G., Gournellis, R. and Lykouras, L. (2012), Suicide and seasonality. Acta Psychiatrica Scandinavica, 125: 127-146. https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2011.01750.x

Chung, D., Hadzi-Pavlovic, D., Wang, M., Swaraj, S., Olfson, M., & Large, M. (2019). Meta-analysis of suicide rates in the first week and the first month after psychiatric hospitalisation. BMJ open, 9(3), e023883. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-023883

Chung, D. T., Ryan, C. J., Hadzi-Pavlovic, D., Singh, S. P., Stanton, C., & Large, M. M. (2017). Suicide Rates After Discharge From Psychiatric Facilities: A Systematic Review and Metaanalysis. JAMA psychiatry, 74(7), 694–702. https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2017.1044

Clark, M., Azzopardi, A., & Bonnici, J. (2019). The prevalence of loneliness in Malta: A nationally representative study of the Maltese population. University of Malta: Faculty for Social Wellbeing. Retrieved from https://www.um.edu.mt/library/oar/bitstream/123456789/76594/1/The_prevalence_of_loneliness_in_Malta_a_nationally_representative_study_of_the_Maltese_population_2019.pdf

Clark, M., Bonnici, J., & Azzopardi, A. (2021). Loneliness in Malta: Findings from the first National Prevalence Study. Journal of Social and Personal Relationships, 38(9), 2751-2771.

Coppens, E., Van Audenhove, C., Iddi, S., Arensman, E., Gottlebe, K., Koburger, N., ... & Hegerl, U. (2014). Effectiveness of community facilitator training in improving knowledge, attitudes, and confidence in relation to depression and suicidal behavior: Results of the OSPI-Europe intervention in four European countries. Journal of Affective Disorders, 165, 142–150.

Crosby, A. E., Ortega, L., Melanson, C. (2011). Self-directed Violence Surveillance: Uniform Definitions and Recommended Data Elements, Version 1.0. Atlanta (GA): Centers for Disease Control and Prevention (CDC), National Center for Injury Prevention and Control. Retrieved from https://www.cdc.gov/suicide/pdf/self-directed-violence-a.pdf

Darke, S., Ross, J., & Lynskey, M. (2004). Attempted suicide among entrants to three treatment modalities for heroin dependence in the Australian Treatment Outcome Study (ATOS): Prevalence and risk factors. Drug and Alcohol Dependence, 73(1), 1–10. https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2003.09.001

Darvishi, N., Farhadi, M., Haghtalab, T., & Poorolajal, J. (2015). Alcohol-related risk of suicidal ideation, suicide attempt, and completed suicide: a meta-analysis. PLoS ONE, 10(5), e0126870. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0126870

Directorate for Health Information and Research (DHIR) (2025). National Mortality Register. DHIR, Ministry for Health, Malta.

Doran, C. M., & Kinchin, I. (2020). Economic and epidemiological impact of youth suicide in countries with the highest human development index. PLoS One, 15(5), e0232940.

England, K., Buttigieg, D., & Calleja, N. (2018). European Health Interview Survey (EHIS) 2014/2015, Summary Statistics. Directorate for Health Information and Research, Ministry for Health, Malta. Retrieved from https://healthservices.gov.mt/en/dhir/Documents/European%20Health%20Interview%20Survey%202014-15%20Summary%20Report%20for%20Malta.pdf

England, K., Buttigieg, D., & Calleja, N. (2022). European Health Interview Survey (EHIS) 2019/2020, Health Status Report. Directorate for Health Information and Research, Ministry for Health, Malta. Retrieved from https://deputyprimeminister.gov.mt/en/dhir/Pages/Surveys/European-Health-Interview-Survey-2019-(EHIS).aspx

ESPAD Group (2025). Key findings from the 2024 European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD). European Union Drugs Agency, Lisbon. https://www.euda.europa.eu/publications/data-factsheets/espad-2024-key-findings_en https://doi.org/10.2810/5746644

European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs. (2019). ESPAD data portal. Retrieved from https://data.espad.org/

Favril, L., Yu, R., Geddes, J. R., & Fazel, S. (2023). Individual-level risk factors for suicide mortality in the general population: an umbrella review. The Lancet Public Health, 8(11), e868–e877.

Favril, L., Yu, R., Uyar, A., Sharpe, M., & Fazel, S. (2022). Risk factors for suicide in adults: systematic review and meta-analysis of psychological autopsy studies. Evidence-Based Mental Health, 25(4), 148–155.

Galvão, P. V. M., Silva, H. R. S. e, & Silva, C. M. F. P. da. (2018). Temporal distribution of suicide mortality: A systematic review. Journal of Affective Disorders, 228, 132–142. https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.12.008

Gauci, D., England, K., & Calleja, N. (2018). European Health Interview Survey (EHIS).

Gauci, D., England, K., & Calleja, N. (2022). European Health Interview Survey (EHIS) 2019/2020, Health Status Report. Ministry for Health, Malta: Directorate for Health Information and Research. Retrieved from https://healthservices.gov.mt/en/dhir/Documents/Survey%20Documents%20(18Nov2019)/European%20Health%20Interview%20Survey%202019%202020%20Health%20Status%20Report.pdf

Gibbons, R.D. (2013). The statistics of suicide. Shanghai Arch Psychiatry, 25(2):124–30. Retrieved from http://dx.doi.org/10.3969/j.issn.1002-0829.2013.02.011

Grandclerc, S., De Labrouhe, D., Spodenkiewicz, M., Lachal, J., & Moro, M. R. (2016). Relations between Nonsuicidal Self-Injury and Suicidal Behavior in Adolescence: A Systematic Review. PloS one, 11(4), e0153760. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0153760

Grima, K. (2018, April 14). Impact of Social Determinants on Health in Malta. The Synapse. Retrieved from https://thesynapse.net/impact-of-social-determinants-on-health-in-malta/

Grech, A., & Axiak, S. (2016). Risk factors for self-harm in children and adolescents admitted to a psychiatric hospital in Malta. Malta Journal of Health Sciences, 3(2), 71–75.

Hamza, C. A., & Willoughby, T. (2016). Nonsuicidal Self-Injury and Suicidal Risk Among Emerging Adults. The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine, 59(4), 411–415. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.05.019

Harkavy-Friedman, J. M., & Oquendo, M. A. (2006). Substance use and suicide. Biological Psychiatry, 60(2), 107-110.

Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J.-E., Aknin, L. B., & Wang, S. (Eds.). (2024). World Happiness Report 2024. University of Oxford: Wellbeing Research Centre.

Horowitz, L. M., Ballard, E. D., & Pao, M. (2009). Suicide screening in schools, primary care and emergency departments. Current Opinion in Pediatrics, 21(5), 620–627.

Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2018). Problematic Social Networking Site Use and Comorbid Psychiatric Disorders: A Systematic Review of Recent Large-Scale Studies. Frontiers in Psychiatry, Volume 9-2018. https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsyt.2018.00686

Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2019). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. International Journal of Adolescence and Youth, 25(1), 79–93. https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851

Kennard, B. D., Hughes, J. L., Minhajuddin, A., Jones, S. M., Jha, M. K., Slater, H., Mayes, T. L., Storch, E. A., LaGrone, J. M., Martin, S. L., Hamilton, J. L., Wildman, R., Pitts, S., Blader, J. C., Upshaw, B. M., Garcia, E. K., Wakefield, S. M., & Trivedi, M. H. (2025). Problematic social media use and relationship to mental health characteristics in youth from the Texas Youth Depression and Suicide Research Network (TX-YDSRN). Journal of affective disorders, 374, 128–140. https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.01.046

Kwon, C. Y., & Lee, B. (2023). Prevalence of suicidal behavior in patients with chronic pain: a systematic review and meta-analysis of observational studies. Frontiers in psychology, 14, 1217299. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1217299

Lopes, L. S., Valentini, J. P., Monteiro, T. H., Costacurta, M. C. de F., Soares, L. O. N., Telfar-Barnard, L., & Nunes, P. V. (2022). Problematic Social Media Use and Its Relationship with Depression or Anxiety: A Systematic Review. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 25(11), 691–702. https://doi.org/10.1089/cyber.2021.0300

Luoma, J. B., Martin, C. E., & Pearson, J. L. (2002). Contact With Mental Health and Primary Care Providers Before Suicide: A Review of the Evidence. American Journal of Psychiatry, 159(6), 909–916.

Lynskey, M. T., Hall, W., & Strang, J. (2003). The global burden of drug use and mental disorders. The Lancet, 362(9388), 1353-1354.

Malta Medicines Authority. (2022). National Guideline for the Reclassification of a Medicinal Product For Human Use from "Subject to Medical Prescription" to "Not Subject To A Medical Prescription." Retrieved from https://medicinesauthority.gov.mt/file.aspx?f=5854

McClelland, H., Evans, J. J., Nowland, R., Ferguson, E., & O'Connor, R. C. (2020). Loneliness as a predictor of suicidal ideation and behaviour: a systematic review and meta-analysis of prospective studies. Journal of Affective Disorders, 274(1), 880–896.

McHugh, C. M., Corderoy, A., Ryan, C. J., Hickie, I. B., Large, M. M. (2019). Association between suicidal ideation and suicide: meta-analyses of odds ratios, sensitivity, specificity and positive predictive value. BJPsych Open, 5(2):e18. Retrieved from https://doi.org/10.1192/bjo.2018.88

Mental Health Act 2012, CAP 525. Laws of Malta. Retrieved from https://legislation.mt/eli/cap/525/eng/pdf

Ministry for Health. (2019). A Mental Health Strategy for Malta 2020-2030: Building Resilience, Transforming Lives. Retrieved from https://health.gov.mt/wp-content/uploads/2023/04/Building_Resilience_Transforming_Services_A_Mental_Health_Strategy_for_Malta_2020-2030_EN.pdf

Nafilyan, V., Morgan, J., Mais, D., Sleeman, K. E., Butt, A., Ward, I., Tucker, J., Appleby, L., & Glickman, M. (2022). Risk of suicide after diagnosis of severe physical health conditions: A retrospective cohort study of 47 million people. The Lancet regional health. Europe, 25, 100562. https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2022.100562

Naslund, J. A., Aschbrenner, K. A., Marsch, L. A., & Bartels, S. J. (2016). The future of mental health care: peer-to-peer support and social media. Epidemiology and Psychiatric Sciences, 25(2), 113–122. https://doi.org/10.1017/S2045796015001067

National Alliance on Mental Illness (NAMI). (2018). Navigating a Mental Health Crisis. Arlington, VA: NAMI. Retrieved from https://www.nami.org/Support-Education/Publications-Reports/Guides/Navigating-a-Mental-Health-Crisis/Navigating-A-Mental-Health-Crisis

National Audit Office (NAO). (2021). Performance Audit: A Strategic Overview on the Correctional Services Agency's Operations at the Corradino Correctional Facility. Retrieved from https://nao.gov.mt//loadfile/04341b91-a99c-46a5-8bcb-6d32073e155f

Nock, M. K., Borges, G., Bromet, E. J., Alonso, J., Angermeyer, M., Beautrais, A., Bruffaerts, R., Chiu, W. T., de Girolamo, G., Gluzman, S., de Graaf, R., Gureje, O., Haro, J. M., Huang, Y., Karam, E., Kessler, R. C., Lepine, J. P., Levinson, D., Medina-Mora, M. E., Ono, Y., ... Williams, D. (2008). Cross-national prevalence and risk factors for suicidal ideation, plans and attempts. The British journal of psychiatry: the journal of mental science, 192(2), 98–105. https://doi.org/10.1192/bjp.bp.107.040113

OECD (2023), PISA 2022 Results (Volume I): The State of Learning and Equity in Education, PISA, OECD Publishing, Paris, https://doi.org/10.1787/53f23881-en.

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2021), A New Benchmark for Mental Health Systems: Tackling the Social and Economic Costs of Mental Ill-Health, OECD Health Policy Studies, OECD Publishing, Paris, Retrieved from https://doi.org/10.1787/4ed890f6-en

Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2021). Healthcare Quality Indicators: Mental Healthcare. OECD Statistics. Retrieved from https://stats.oecd.org/index.aspx?queryid=51883

Osborne, D., De Boer, K., Meyer, D., & Nedeljkovic, M. (2023). Raising Suicide in Medical Appointments – Barriers and Facilitators Experienced by Young Adults and GPs: A Mixed-Methods Systematic Review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 20(1), 822.

Pirkis, J., Gunnell, D., Hawton, K., Hetrick, S., Niederkrotenthaler, T., Sinyor, M., ... & Reavley, N. (2023). A Public Health, Whole-of-Government Approach to National Suicide Prevention Strategies. Crisis-the Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention, 44(2), 85–92.

Poorolajal, J., Haghtalab, T., Farhadi, M., Darvishi, N. (2016). Substance use disorder and risk of suicidal ideation, suicide attempt and suicide death: a meta-analysis. Journal of Public Health, 38(3), e282–e291. https://doi.org/10.1093/pubmed/fdv148

Preece, D. A., Goldenberg, A., Becerra, R., Boyes, M., Hasking, P., & Gross, J. J. (2021). Loneliness and emotion regulation. Personality and Individual Differences, 180(110974).

Renaud, K. (2019). Suicide in the Maltese Islands between 1995 and 2018 (MPsy Dissertation). University of Malta. Retrieved from https://www.um.edu.mt/library/oar/bitstream/123456789/85236/1/19MPSY013.pdf

Rens, E., Michielsen, J., Dom, G., Remmen, R., & Van den Broeck, K. (2022). Clinically assessed and perceived unmet mental health needs, health care use and barriers to care for mental health problems in a Belgian general population sample. BMC Psychiatry, 22(1), 1-11.

Royal College of Psychiatrists. (2020, July). Self-harm and suicide in adults: Final report of the Patient Safety Group. Retrieved from https://www.rcpsych.ac.uk/docs/default-source/improving-care/better-mh-policy/college-reports/college-report-cr229-self-harm-and-suicide.pdf?sfvrsn=b6fdf395_10

Samiei Siboni, F., Alimoradi, Z., Atashi, V., Alipour, M., & Khatooni, M. (2019). Quality of Life in Different Chronic Diseases and Its Related Factors. International journal of preventive medicine, 10, 65. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_429_17

Santomauro, D. F., Hedley, D., Sahin, E., Brugha, T. S., Naghavi, M., Vos, T., Whiteford, H. A., Ferrari, A. J., & Stokes, M. A. (2024). The global burden of suicide mortality among people on the autism spectrum: A systematic review, meta-analysis, and extension of estimates from the Global Burden of Disease Study 2021. Psychiatry Research, 341, 116150. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116150

Scerri, J., Sammut, A., & Agius, J. (2023). A sociocultural perspective of mental health stigma in Malta. Front. Psychiatry, 14, 1229920. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1229920

Sedgwick, R., Epstein, S., Dutta, R., & Ougrin, D. (2019). Social media, internet use and suicide attempts in adolescents. Current Opinion in Psychiatry, 32(6), 534-541. https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000547

Segar, L.B., Laidi, C., Godin, O. et al (2024). The cost of illness and burden of suicide and suicide attempts in France. BMC Psychiatry, 24, 215. https://doi.org/10.1186/s12888-024-05632-3

Solar, O., & Irwin, A. (2010). A Conceptual Framework for Action on the Social Determinants of Health. drum.lib.umd.edu. World Health https://drum.lib.umd.edu/items/df328dec-ef67-4171-bbfd-45271d5f0635

Sontag-Padilla, L., Dunbar, M. S., Ye, F., Kase, C., Fein, R., Abelson, S., ... & Stein, B. D. (2018). Strengthening college students' mental health knowledge, awareness, and helping behaviors: the impact of active minds, a peer mental health organization. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 57(7), 500-507. https://doi.org/10.1016/j.jaac.2018.03.019

Stene-Larsen, K., & Reneflot, A. (2017). Contact with primary and mental health care prior to suicide: A systematic review of the literature from 2000 to 2017. Scandinavian Journal of Public Health, 47(1), 9–17.

Strine, T.W., Chapman, D.P., Balluz, L.S. et al. (2008). The Associations Between Life Satisfaction and Health-related Quality of Life, Chronic Illness, and Health Behaviors among U.S. Community-dwelling Adults. J Community Health 33, 40–50. https://doi.org/10.1007/s10900-007-9066-4

Szmajda, R., Mokros, Ł., Szmajda-Krygier, D. et al., (2023). Factors associated with suicide attempt risk in adolescent inpatient psychiatric care: toward a practical model. Eur Child Adolesc Psychiatry (2023). https://doi.org/10.1007/s00787-023-02272-y

Times of Malta. (2017, September 11). Fence reduces suicides at Mosta bridge. Retrieved from https://timesofmalta.com/article/fence-reduces-suicides-at-mosta-bridge.657612

TVM News. (2023). Correctional officers to be trained to help prisoners with mental problems. Retrieved from https://tvmnews.mt/en/news/correctional-officers-to-be-trained-to-help-prisoners-with-mental-problems/

United Nations. (2017). SDG Indicators — Global indicator framework for the Sustainable Development Goals and targets of the 2030 Agenda for Sustainable Development. United Nations Statistics Division. Retrieved from https://unstats.un.org/sdgs/indicators/indicators-list/

Victor, C. R., & Yang, K. (2012). The Prevalence of Loneliness Among Adults: A Case Study of the United Kingdom. The Journal of Psychology, 146(1-2), 85–104.

Walby, F. A., Myhre, M. Ø., & Kildahl, A. T. (2018). Contact With National Mental Health Services Prior to Suicide: A Systematic Review and Meta-Analysis. Psychiatric Services, 69(7), 751–759.

Warwicker, S., Sant, D., Richard, A., Cutajar, J., Bellizzi, A., Micallef, G., ... & Refalo, D. (2023). A Retrospective Longitudinal Analysis of Mental Health Admissions: Measuring the Fallout of the Pandemic. International Journal of Environmental Research and Public Health, 20(2), 1194.

Wasserman, D. (2016). Suicide: An unnecessary death. 2nd ed. Oxford: Oxford University Press.

Wilcox, H. C., Conner, K. R., & Caine, E. D. (2004). Association of alcohol and drug use disorders and completed suicide: An empirical review of cohort studies. Drug and Alcohol Dependence, 76(Suppl), S11–S19. https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2004.08.003

World Health Organization. (2013). Mental health action plan 2013 - 2020. World Health Organization Publications. Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/9789241506021

World Health Organization. (2014). Preventing suicide: A global imperative. World Health Organization Publications. Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/9789241564779

World Health Organization. (2018). National suicide prevention strategies: progress, examples and indicators. Geneva. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/national-suicide-prevention-strategies-progress-examples-and-indicators

World Health Organization. (2019). Preventing suicide: A community engagement toolkit. World Health Organization Publications. Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/9789241513791

World Health Organization. (2019). Suicide worldwide in 2019. World Health Organization Publications. Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643

World Health Organization. (2019). Thirteenth general programme of work 2019–2023. World Health Organization Publications. Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/thirteenth-general-programme-of-work-2019-2023

World Health Organization. (2023). Suicide. World Health Organization. Retrieved from https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide

World Health Organization. (2023a). Limit access to means of suicide. Retrieved from https://www.who.int/initiatives/live-life-initiative-for-suicide-prevention/limit-access-to-means-of-suicide

World Health Organization. (2023b). Preventing suicide: a resource for media professionals. Geneva. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/372691/9789240076846-eng.pdf?sequence=1

Xiao, Q., Song, X., Huang, L., Hou, D., & Huang, X. (2022). Global prevalence and characteristics of non-suicidal self-injury between 2010 and 2021 among a non-clinical sample of adolescents: A meta-analysis. Frontiers in psychiatry, 13, 912441. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.912441

Zebhauser, A., Hofmann-Xu, L., Baumert, J., Häfner, S., Lacruz, M. E., Emeny, R. T., ... & Grill, E. (2013). How much does it hurt to be lonely? Mental and physical differences between older men and women in the KORA-Age Study. International Journal of Geriatric Psychiatry, 29(3), 245–252.

Appendiċi 01

Ideat Żbaljati u Fatti Dwar is-Suwiċidju

F'Malta, is-suwiċidju u l-ħsara intenzjonata mill-persuna fuqha nniffisha huma kwistjonijiet kumplessi influwenzati minn diversi fatturi personali u tas-soċjetà, inklużi ċirkostanzi individwali, pressjonijiet tas-soċjetà, reżiljenza emozzjonali, avvenimenti tal-ħajja, u fatturi bijoloġiċi. Il-progressjoni minn ħsibijiet suwiċidali għal korriment mhux fatali mill-persuna fuqha nniffisha u, f'każijiet severi, suwiċidju, tirrifletti proċess imsawwar minn ħtiġijiet psikoloġiċi mhux issodisfati u sentimenti ta' nuqqas ta' tama, li tħossok intrappolat, u skonnessjoni. Huwa kruċjali li jiġi megħlub il-kunċett żbaljat li s-suwiċidju huwa inevitabbli, peress li dan jippermetti sforzi effettivi ta' prevenzjoni ggwidati mill-għarfien tal-Organizzazzjoni Dinjija tas-Saħħa.

Il-fehim tal-kumplessitajiet tas-suwiċidju jinvolvi r-rikonoxximent ta' fatturi bħall-impulsività, il-konsum tal-alkoħol, l-aċċess għall-mezzi, u l-esponiment għas-suwiċidju permezz tal-midja. Billi jiġu sfidati l-ideat żbaljati dwar is-suwiċidju, Malta tista' tiżviluppa strateġiji ta' prevenzjoni aktar effettivi. Dawn l-isforzi għandhom l-għan li jneħħu l-ostakli għall-appoġġ u l-intervent, filwaqt li jrawmu soċjetà fejn l-individwi f'diffikultà jirċievu l-għajnuna li jeħtieġu.

01

Li titkellem dwar is-suwiċidju hija idea ħażina u tista' tiġi interpretata bħala inkoraġġiment biex xi ħadd jieħu ħajtu b'idu.

Li titkellem b'mod apert dwar is-suwiċidju jista' jippermetti lill-persuna tikkunsidra għażliet oħra jew tieħu l-ħin biex terġa' tikkunsidra d-deċiżjoni tagħha, u b'hekk jipprevjeni s-suwiċidju. Ma jwassalx biex xi ħadd jieħu ħajtu b'idejh.

02

In-nies li jitkellmu dwar is-suwiċidju mhux veru għandhom l-intenzjoni li jagħmlu dan.

Numru sinifikanti ta' nies li jkunu qegħdin jikkunsidraw is-suwiċidju qed jesperjenzaw uġigħ u diffikultà emozzjonali, ansjetà, depressjoni u nuqqas ta' tama u jistgħu jħossu li ma hemm l-ebda għażla oħra. Meta xi ħadd jitkellem dwar ħsibijiet u sentimenti suwiċidali, dan jeħtieġ li jittieħed bis-serjetà peress li xi persuni jistgħu jipproċedu biex jaġixxu fuq is-sentimenti suwiċidali tagħhom.

03

Xi ħadd li jkun suwiċidali huwa determinat li jmut.

Għall-kuntrarju, l-istudji jissuġġerixxu li n-nies li huma suwiċidali ħafna drabi jkunu ambivalenti dwar jekk jgħixux jew imutux u jridu biss serħan mill-uġigħ tagħhom. Xi ħadd jista' jaġixxi b'mod impulsiv u jmut ftit jiem wara, anki jekk kien jixtieq jibqa' jgħix. L-aċċess għall-appoġġ emozzjonali fil-ħin it-tajjeb jista' jipprevjeni s-suwiċidju. Studji ma' individwi li kellhom attentati ta' suwiċidju kważi fatali jindikaw li ħafna minnhom wara jkunu kuntenti li baqgħu ħajjin.

04

Il-biċċa l-kbira tas-suwiċidji jseħħu mingħajr twissija

Xi suwiċidji jseħħu mingħajr twissija; madankollu, ħafna minnhom ikunu ppreċeduti minn sinjali ta' twissija, kemm jekk verbali (eż. billi dak li jkun jgħid "Jien se noqtol lili nnifsi") jew fl-aġir (eż. billi dak li jkun jixtri l-mezzi biex jieħu ħajtu b'idejh). Din hija r-raġuni għaliex huwa importanti li tkun taf x'inhuma s-sinjali ta' twissija u li toqgħod attent għalihom.

05

Ladarba xi ħadd ikun suwiċidali, dejjem jibqa' suwiċidali.

Ir-riskju ta' suwiċidju akut ħafna drabi jkun għal żmien qasir u jista' jkun speċifiku għal taħlita ta' fatturi li jkunu sinifikanti għall-persuna f'dak iż-żmien. Filwaqt li l-ħsibijiet suwiċidali jistgħu jirritornaw, dawn mhumiex permanenti u persuna li fil-passat ħasbet dwar is-suwiċidju jew għamlet attentat ta' suwiċidju jaf ma jerġax ikollha dawn il-ħsibijiet. Spiss in-nies ma jerġgħux jieħdu passi biex itemmu ħajjithom.

06

In-nies b'kundizzjonijiet tas-saħħa mentali biss ikunu suwiċidali.

Ħafna nies li huma suwiċidali m'għandhomx kundizzjoni tas-saħħa mentali, u ħafna nies b'kundizzjonijiet tas-saħħa mentali ma jkollhomx xewqa li jmutu. F'sitwazzjonijiet ta' kriżi suwiċidali, ħafna fatturi moħbija u kontributorji għandhom bżonn jiġu kkunsidrati – bħal tbatija emozzjonali akuta, uġigħ kroniku, esperjenza ta' vjolenza, u determinanti soċjali.

07

L-imġiba suwiċidali hija faċli biex tiġi spjegata.

L-imġiba suwiċidali mhijiex faċli li tiġi spjegata. Qatt ma tkun ir-riżultat ta' fattur jew avveniment wieħed. Il-fatturi li jwasslu lill-individwi biex jieħdu ħajjithom b'idejhom huma multipli u kumplessi u ma għandhomx jiġu rrapportati b'mod simplistiku. Is-saħħa, is- saħħa mentali, l-avvenimenti tal-ħajja stressanti, u l-fatturi soċjali u kulturali għandhom jiġu kkunsidrati meta wieħed jipprova jifhem l-imġiba suwiċidali.

08

Is-suwiċidju huwa mod li n-nies jużaw biex ikampaw mal-problemi.

L-aħjar li s-suwiċidju ma jiġix pinġut bħala mezz kostruttiv jew xieraq biex wieħed ikampa mal-problemi. L-istejjer dwar individwi b'esperjenza personali ta' ħsibijiet suwiċidali u li rnexxielhom ikampaw mas-sitwazzjonijiet diffiċli tal-ħajja tagħhom jistgħu jgħinu biex jenfasizzaw għażliet alternattivi għal oħrajn li bħalissa jistgħu jkunu qed jikkontemplaw imġiba suwiċidali.

Servizzi bħala Inpatient

Psikjatrija Akuta
Swali tal-Ammissjoni, MCH & Sala ta' Soġġorn Qasir, GGH

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥18-il sena b'diżordnijiet akuti tas-saħħa mentali, li ma jistgħux jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, CRHT, is-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS), is-Psychiatry Liaison Service (PLS)

Psikjatrija tal-Anzjanità
Swali Kroniċi, MCH & Sala ta' Soġġorn Twil, GGH

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥65 sena b'diżordnijiet kumplessi u/jew kroniċi tas-saħħa mentali, li ma jistgħux jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, CRHT, is-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS), is-Psychiatry Liaison Service (PLS)

Psikjatrija Kronika
Swali tal-Psikjatrija tal-Anzjanità, MCH

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥65 sena b'diżordnijiet kumplessi u/jew kroniċi tas-saħħa mentali, li ma jistgħux jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, CRHT, is-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS), is-Psychiatry Liaison Service (PLS)

Psikjatrija tat-Tfal u l-Adolexxenti
L-Unità tat-Tfal, MCH

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Tfal u adolexxenti ta' ≤18-il sena b'diżordnijiet akuti tas-saħħa mentali, li ma jistgħux jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, CRHT, is-Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS), is-Psychiatry Liaison Service (PLS)

Psikjatrija tal-Abbuż tas-Sustanzi
Swali tad-Diżordnijiet tal-Użu tas-Sustanzi (li jinkludu l-użu problematiku, l-abbuż, u d-dipendenza tad-droga u l-alkoħol) u ta' Dijanjożi Doppja, MCH

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Persuni b'dijanjożi doppja jew dependenza fuq is-sustanzi

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, EPS, PLS, GPs li jaħdmu fil-qasam tad-dipendenzi, NGOs (Sedqa, Caritas, Oasi)

Psychiatry Liaison Service
MDH

Ipprovdut minn Psikjatri,
Infermiera Psikjatriċi, Ħaddiem Soċjali

Grupp ta' Klijenti
Inpatients b'kundizzjonijiet psikjatriċi fl-MDH u pazjenti li jmorru fid-dipartiment tal-A&E

Riferimenti minn
Tobba fl-MDH

Psikjatrija tax-Xjuħija
SVPR KGH

Ipprovdut minn MDT inkl.
it-taqsima Ġerjatrika

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥60 sena b'diżordnijiet tas-saħħa mentali, li jeħtieġu kura residenzjali

Riferimenti minn
Psikjatri, PLS, Ġerjatriċi, Tobba f'SVPR & KGH

Servizz ta' Inpatients għal Diżordnijiet tal-Ikel
Fondazzjoni Kenn Għal Saħħtek

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Persuni b'diżordnijiet tal-ikel u/jew obeżità morbida, li jeħtieġu dħul fl-isptar

Riferimenti minn
GPs privati u pubbliċi, Psikjatri

L-Isptar Ġenerali t'Għawdex
L-Unità Psikjatrika għal Soġġorn Qasir, GGH

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Tfal, adolexxenti, u adulti b'diżordnijiet akuti tas-saħħa mentali (inkluż diżordnijiet tal-użu tas-sustanzi u diżabilità intellettwali), li ma jistgħux jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, GPs, Tobba fil-GGH

Servizzi ta' Kriżi

Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija (EPS)
Id-Dipartiment tal-A&E, MDH

Ipprovdut minn PLS (AM),
Tobba tal-psikjatrija li jkunu għassa (PM)

Grupp ta' Klijenti
Tfal, adolexxenti, u adulti li jmorru l-A&E bi problema psikjatrika akuta jew fi kriżi tas-saħħa mentali

Riferimenti minn
Awtoriferiment, Tobba fl-A&E, Professjonisti mill-NMHS, Professjonisti tas-saħħa mentali mis-settur privat, GPs

Crisis Resolution and Home Treatment (CRHT)
Ibbażat fil-Klinika tas-CRHT fil-limiti tal-MCH; is-servizz jista' jiġi pprovdut fil-komunità
Ipprovdut minn Psychiatrists, Nurses

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥18-il sena fi kriżi tas- saħħa mentali, li jistgħu jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
EPS, PLS

Servizz ta' Emerġenza Psikjatrika għat-Tfal u l-Adolexxenti (CAPES)
Id-Dipartiment tal-A&E, MDH

Ipprovdut minn PLS (AM), Tobba tal-psikjatrija li jkunu għassa (PM), infermiera tal-YPU

Grupp ta' Klijenti
Tfal u adolexxenti ta' ≤18-il sena li jmorru l-A&E bi problema psikjatrika akuta jew fi kriżi tas-saħħa mentali

Riferimenti minn
Awtoriferiment, Tobba fl-A&E, Professjonisti tas-saħħa mentali mis-settur privat, GPs, Konsulenti tal-iskola, djar residenzjali

Crisis Intervention and Home Treatment (CIHT)
Ibbażat fil-YPU, l-MCH; is-servizz jista' jiġi pprovdut fil-komunità

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Tfal u adolexxenti ta' ≤18-il sena fi kriżi tas-saħħa mentali, li jistgħu jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
CAPES, Servizz tal-Emerġenza tal-Psikjatrija, Psikjatri tas-CYPS

Helpline Nazzjonali 24/7 għas-Saħħa Mentali
Ibbażat fl-MCH

Ipprovdut minn Psikologi, Assistenti tal-psikoloġija

Grupp ta' Klijenti
Kwalunkwe persuna li tirreferi lilha nnifisha għall-helpline

Riferimenti minn
Awtoriferiment

Servizzi fil-Komunità

Is-Servizz Bridge the Gap
Centro Tommaso Chetcuti (CTC), MCH

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥18-il sena li huma "fuq leave" mid-dħul fl-isptar

Riferimenti minn
Psikjatri

Timijiet tas-Saħħa Mentali fil-Komunità (CMHTs)
Kliniċi tas-Saħħa Mentali fl-Imtarfa, il-Qawra, il-Mosta, il-Furjana Bormla, Qormi u Raħal Ġdid

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥18-il sena bi problemi ta' saħħa mentali severi jew persistenti, li jeħtieġu trattament u appoġġ kontinwu, u li jistgħu jingħataw kura fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, CRHT, EPS, PLS, GPs

Timijiet tal-Outreach
Żona 1 (Nofsinhar): CMHC ta' Bormla
Żona 2 (Ċentrali): CMHC tal-Furjana
Żona 3 (Tramuntana): CTC, MCH
Żona 4: Għawdex

Ipprovdut minn Nurses, Healthcare assistants

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥18-il sena b'diżordnijiet kroniċi jew kumplessi tas-saħħa mentali u li jistgħu jingħataw kura fil-komunità

Riferimenti minn
Professjonisti mill-NMHS

Ċentri ta' Riabilitazzjoni tal-Komunità
Ċentri ta' Binhar fl-Imtarfa, il-Furjana Bormla, Raħal Ġdid u ż-Żejtun

Ipprovdut minn Terapisti Okkupazzjonali

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥18-il sena b'diżordnijiet tas-saħħa mentali li jeħtieġu taħriġ (mill-ġdid) dwar il-ħiliet biex jiksbu ħajja aktar indipendenti u awtonoma f'ambjent ta' komunità

Riferimenti minn
Professjonisti mill-NMHS

Servizzi Speċjalizzati

Child and Young People's Services (CYPS)
St Luke's G'Mangia

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Tfal u adolexxenti ta' ≤18-il sena b'diżordnijiet tas-saħħa mentali, li jistgħu jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, professjonisti tas-saħħa mentali mill-YPU, CAPES & CIHT, GPs, konsulenti tal-Iskejjel, u pedjatriċi

Servizzi ta' Tfal, Adoloxxenti u Żgħażagħ (CAYS)
Ir-Rabat Għawdex

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Tfal u adolexxenti ta' ≤18-il sena b'disturb tas-saħħa mentali, li jistgħu jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, professjonisti tas-saħħa mentali mill-YPU, CAPES & CIHT, GPs, konsulenti tal-Iskejjel, Pedjatriċi fis-CDAU u l-MDH

Psikjatrija tal-Abbuż tas-Sustanzi
Kliniki ta' Dijanjożi Doppja fis-CMHTs

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Psikjatri, CMHTs, EPS, PLS, GPs li jaħdmu fil-qasam tad-dipendenzi, NGOs (Sedqa, Caritas, Oasi)

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, EPS, PLS, GPs li jaħdmu fil-qasam tad-dipendenzi, NGOs (Sedqa, Caritas, Oasi)

Servizz ta' Diżordnijiet tal-Ikel
Fondazzjoni Kenn Għal Saħħtek

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Persuni b'diżordnijiet tal-ikel u/jew obeżità morbida, li jistgħu jingħataw kura fil-komunità

Riferimenti minn
GPs privati u pubbliċi, Psikjatri

Newropsikjatrija
L-Outpatients tal-MDH

Ipprovdut minn Psikjatri u Prattikanti tan-Newropsikoloġija

Grupp ta' Klijenti
Pazjenti bi problemi newropsikoloġiċi

Riferimenti minn
Psikjatri, Newrologi, Tobba, GPs Privati u Pubbliċi

It-Tim tas-Saħħa Mentali Perinatali
Il-Klinika Antenatali, MDH, iċ-Ċentru tas-Saħħa tar-Rabat, iċĊentru tas-Saħħa ta' Ħal Qormi, iċ-Ċentru tas-Saħħa tal-Mosta

Ipprovdut minn MDH inkl. it-taqsima tal-Ostetriċi

Grupp ta' Klijenti
Nisa li qed jippjanaw it-tqala, nisa li qed jistennew tarbija, u nisa sa sena wara l-ħlas

Riferimenti minn
Awtoriferimenti, il-professjonisti kollha tal-kura tas-saħħa f'kuntatt mal-utenti tas-servizz

Servizzi fil-Komunità tal-Psikjatrija tax-Xjuħija
KGH, SVPR, Evalwazzjoni d-Dar

Ipprovdut minn Psikjatri, Psikologi, Ġerjatriċi

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥60 sena b'diżordnijiet tas-saħħa mentali, li jeħtieġu kura residenzjali jew persuni ta' ≥60 sena b'indeboliment konjittiv li jgħixu fil-komunità u li ma jistgħux jattendu appuntament barra tal-outpatients

Riferimenti minn
Psikjatri, PLS, Ġerjatriċi, Tobba f'SVPR & KGH, it-Tim ta' Intervent għad-Dimenzja

Servizzi għall-Benesseri tal-Istudenti u tal-Istaff
L-Università ta' Malta, l-MCAST

Ipprovdut minn Psikjatri, Psikologi, Konsulenti

Grupp ta' Klijenti
Studenti u staff ta' istituzzjonijiet edukattivi

Riferimenti minn
Awtoriferimenti, Psikjatri

Servizzi ta' Diżabilitajiet Intellettwali
CYPS, CMHC ta' Ħal Qormi, CMHC ta' Raħal Ġdid, Outpatients Psikjatriċi fil-GGH, Id-Dar tal-Providenza, Casal Nuovo Paola

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Tfal, adolexxenti u adulti b'diżabilità intellettwali, li jistgħu jingħataw kura f'ambjent ta' komunità jew residenzjali

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, EPS, PLS, GPs

Outpatients Psikjatriċi
GGH

Ipprovdut minn MDT

Grupp ta' Klijenti
Adulti b'diżordnijiet tas-saħħa mentali (inkluż dipendenza fuq is-sustanzi, diżordnijiet perinatali u diżabilità intellettwali), li jistgħu jingħataw il-kura meħtieġa fil-komunità

Riferimenti minn
Psikjatri, CMHTs, GPs, Tobba fil-GGH

Servizzi ta' Intervent

Terapija Elettrokonvulsiva (ECT)
Teatri, MDH

Ipprovdut minn Psikjatri, Infermiera, Anestetisti

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥18-il sena b'diżordnijiet psikjatriċi severi jew reżistenti għat-trattament

Riferimenti minn
Psikjatra kuranti, u rieżami minn speċjalista ieħor fil-psikjatrija

Stimolu Manjetiku Transkranjali (TMS, Transcranial Magnetic Stimulation)
Klinika tat-TMS, MCH

Ipprovdut minn Psikjatri, Infermiera Psikjatriċi

Grupp ta' Klijenti
Persuni ta' ≥18-il sena b'depressjoni u/jew OCD reżistenti għat-trattament

Riferimenti minn
Psikjatri

Appendiċi 03

Lista Ta' Partijiet Ikkonċernati Kkonsultati

Grupp ta' Ħidma ta' WP6

Dr Antonella Sammut
Awtriċi Ewlenija
Konsulenta tal-Mediċina tas-Saħħa Pubblika
Servizzi tas-Saħħa Mentali Nazzjonali

Dr Karen Borg
Ko-awtriċi
Speċjalista Trainee tal-Mediċina tas-Saħħa Pubblika
Ministeru għas-Saħħa u l-Anzjanità Attiva

Ms Francesca Sammut
Ko-awtriċi
Infermiera tas-Saħħa Mentali Psikjatrika
Servizzi tas-Saħħa Mentali Nazzjonali

Dr Daniela Zammit
Speċjalist tal-Psikjatrija
Servizzi tas-Saħħa Mentali Nazzjonali

Ms Marisa Cutajar
Occupational Therapist
Servizzi tas-Saħħa Mentali Nazzjonali

Ms Daniela Camilleri
Principal Social Worker
Servizzi tas-Saħħa Mentali Nazzjonali

Mr Benjamin Gatt
Psikologu Anzjan tal-Counselling
Servizzi tas-Saħħa Mentali Nazzjonali

Bord Konsultattiv tad-WP6

Dr Stephanie Xuereb
Konsulenta tal-Mediċina tas-Saħħa Pubblika u CEO
Servizzi tas-Saħħa Mentali

Professor Anton Grech
Psikjatra Konsulent u President
Servizzi tas-Saħħa Mentali

Dr Victoria Sultana
Direttriċi tal-Infermerija
Servizzi tas-Saħħa Mentali

Dr David Cassar
Psikjatra Konsulent
Servizzi tas-Saħħa Mentali u Kap
Dipartiment tal-Psikjatrija, l-Università ta' Malta

Dr Marija Axiak
Psikjatra Konsulent
Servizzi tas-Saħħa Mentali

Dr Maria Bezzina Xuereb
Psikjatra Konsulent
Servizzi tas-Saħħa Mentali

Dr Anthony Zahra
Psikjatra Konsulent
Servizzi tas-Saħħa Mentali

Dr Giovanni Grech
Psikjatra Konsulent
Servizzi tas-Saħħa Mentali

Dr Miriam Camilleri
Konsulenta tal-Mediċina tas-Saħħa Pubblika
Uffiċċju tal- Kummissarju għas-Saħħa Mentali

Dr Kathleen England
Konsulenta tal-Mediċina tas-Saħħa Pubblika
Dipartiment għall-Politika tas-Saħħa

Dr Patrick Farrugia
Konsulent tal-Mediċina ta' Emerġenza u President
Dipartiment tal-Emerġenza, Sptar Mater Dei

Dr Kirsten Schembri
Prattikant Ġenerali
Kura tas-Saħħa Primarja

Dr Marta Santa
Lettur Anzjan
Dipartiment tal-Psikoloġija, l-Università ta' Malta

Professor Josianne Scerri
Professur
Dipartiment tas-Saħħa Mentali, l-Università ta' Malta

Sa Jeanette Falzon
Prattikanta Eżekuttiva tas-Servizzi tas-Saħħa Alleati
L-Isptar Ġenerali t'Għawdex

Ms Graziella Castillo
Direttriċi, Aġenzija Appoġġ
FSWS

Sur Karl Paul Coleiro
Kunsillier, Servizzi Nazzjonali
għas-Sapport fl-Iskejjel (NSSS)
Ministeru tal-Edukazzjoni

Sa Josette Camilleri
Assistent Kap
Ministeru tal-Edukazzjoni

Sa Daniela Calleja Bitar
CEO
Richmond Foundation

Sa Claudia Taylor East
CEO
SOS Malta

Sur Christopher Siegersma
CEO
Aġenzija għas-Servizzi Korrettivi

Supretendent Sylvana Gafà
Kap tas-Servizzi
Aġenzija b'Appoġġ għall-Vittmi

Sa Julianne Grima
President Eżekuttiv
Victim Support Malta

Sur Karl Grech
Direttur
Victim Support Malta

Sur Clayton Mercieca
Kap
Unità tal-Orjentazzjoni Sesswali, l-Identità tal-Ġeneru, l-Espressjoni tal-Ġeneru u l-Karatteristiċi tas-Sess (SOGIGESC)
Direttorat tad-Drittijiet tal-Bniedem

Saħħa u Benesseri

Tim ta' Tmexxija tal-Komunità
Sur Joseph Galea, Sa Josephine Cassar, Sa Cathleen Grima

Tim ta' Kollegament tal-Psikjatrija, l-Isptar Mater Dei
Dr Joseph Cassar, Dr Maria Bezzina Xuereb, Dr Daniela Zammit, Sur Gary Brincat

Unità tal-Iżvilupp tal-Prattika
Servizzi tas-Saħħa Mentali
Sur Kevin Gafà, Sur Stephen Demicoli

Dipartiment tal-Psikoloġija,
Servizzi tas-Saħħa Mentali
Sa Cynthia Bonnici

Dipartiment tal-Psikoloġija, Sptar Mater Dei

Dipartiment tal-Psikoloġija, l-Isptar Ġenerali t'Għawdex

Dipartiment tal-Emerġenza, l-Isptar Mater Dei

Tixjiħ Attiv u Kura fil-Komunità

Direttorat tas-Servizzi tas-Saħħa Alleati
Dr Rita Micallef u Sa Maria Busuttil

Servizz ta' Appoġġ għall-Impjieg
Sa Chantelle Sciberras

Servizzi ta' Konsulenza tal-Università ta' Malta

Servizzi ta' Konsulenza tal-Università ta' Malta

Akkademja

Dipartiment tal-Psikoloġija, l-Università ta' Malta

Dipartiment tas-Saħħa Mentali, l-Università ta' Malta
Prof Paulann Grech, Prof Michael Galea, Dr Alexei Sammut, Sa Christie Attard

Ħarsien Soċjali

Fondazzjoni għas-Servizzi ta' Ħarsien Soċjali (FSWS)
Sur Alfred Grixti

Aġenzija Appoġġ (FSWS)
Sa Graziella Castillo

Sedqa (FSWS)
Sur Melchiore Ellul

Caritas
Sur Anthony Gatt

Kummissjoni għad-Drittijiet tal-Persuni b'Diżabilità
Sa Rodha Garland

Edukazzjoni

Djoċesi ta' Malta
Dr Rebecca Gatt, Sa Ruth D'Amato, Dr Patricia Bonello,
Sa Anna Lisa Grech, Sur Paul Cutajar

Servizzi Nazzjonali għas-Sapport fl-Iskejjel (NSSS)
Dr Josanne Ghirxi, Sa Marija Zahra,
Sur Stanley Zammit, Sur Karl P Coleiro

Servizzi tal-Uniformi u tas-Sigurtà

Korp tal-Pulizija ta' Malta
Id-Direttriċi Ġenerali Sa Stefania Sgandurra,
Supretendent Dr Melvyn Camilleri

Supretendent Sylvana Gafà

Aġenzija għas-Servizzi Korrettivi
Dr Kevin Sammut Henwood

Media

Lovin Malta
Sur David Grech Urpani

Times of Malta
Sa Diana Cacciattolo

Calypso Radio

Organizzazzjonijiet u Assoċjazzjonijiet Volontarji

FIDEM Foundation

SOS Malta

St Jeanne Antide Foundation
Sa Melanie Piscopo

Malta Trust Foundation
President Emeritus Marie-Louise Coleiro Preca

Mental Health Association (MHA) Malta
Sa Simone Borg

MHA Gozo
Sa Jeanette Falzon u Sa Pauline Camilleri

Malta Association of Psychiatrists (MAP)
Dr Sacha Taylor-East

Malta Association of Psychiatric Nurses (MAPN)
Sur Mark Vassallo

Malta Association of Occupational Therapists (MAOT)
Sur Demis Cachia

Kamra tal-Psikologi ta' Malta (MCP)
Sa Gail Debono

Bord tal-Professjoni tal-Psikoloġija ta' Malta (MPPB)
Sa Jo Christine Scicluna

Malta Gay Rights Movement (MGRM)

Drachma

Relationships are Forever Foundation

Richmond Foundation

Assoċjazzjoni tal-Kunsilli Lokali ta' Malta

Esperti b'Esperjenza

Anonimi
Persuna b'attentat ta' suwiċidju preċedenti
Individwi b'esperjenza ta' ħsibijiet u intenzjonijiet suwiċidali
Persuna li tilfet lil xi ħadd minħabba suwiċidju

Ta' min jinnota li filwaqt li ġew mistiedna jipparteċipaw iżjed individwi u/jew organizzazzjonijiet, huma rrifjutaw l-istedina u għalhekk ma ġewx inklużi fil-lista ta' hawn fuq.

Koordinazzjoni u Organizzazzjoni

It-twaqqif ta' kumitat fil-Ministeru għas-Saħħa u l-Anzjanità Attiva (MHA) biex imexxi u jikkoordina l-azzjonijiet tal-istrateġija – Kumitat tal-NSPS.

Implimentazzjoni minn
NMHS, MHA

Miżura
Għadd ta' laqgħat

Valur fil-Mira
6 laqgħat fis-sena

It-twaqqif ta' kumitat magħmul minn partijiet ikkonċernati interministerjali u ekstraministerjali, NGOs u entitajiet oħra biex jiffaċilitaw l-azzjonijiet tal-istrateġija – Kumitat b'Bosta Partijiet Ikkonċernati.

Implimentazzjoni minn
Kumitat tal-NSPS

Miżura
Għadd ta' laqgħat

Valur fil-Mira
4 laqgħat fis-sena

It-twettiq ta' evalwazzjoni tal-istrateġija, inklużi azzjonijiet imwettqa u KPIs miksuba.

Implimentazzjoni minn
Kumitat tal-NSPS

Miżura
Rieżami tal-istrateġija

Valur fil-Mira
1

Appoġġ u Trattament

Professjonist akkreditat tas-saħħa mentali se jipprovdi taħriġ dwar l-evalwazzjoni u l-immaniġġjar tar-riskju ta' suwiċidju lill-professjonisti kollha tas-saħħa mentali għall-inpatients tal-NMHS.

Implimentazzjoni minn
NMHS

Miżura
Miżura % ta' professjonisti tas-saħħa mentali tal-inpatients tan-NMHS imħarrġa

Valur fil-Mira
100%

Implimentazzjoni ta' analiżi tal-ħtiġijiet ta' taħriġ għall-professjonisti tal-kura tas-saħħa li spiss jaħdmu ma' persuni fi kriżi suwiċidali, eż., l-istaff tal-Ambulanzi u tal-A&E, u l-għoti ta' taħriġ adekwat.

Implimentazzjoni minn
NMHS, Kumitat tal-NSPS

Miżura
Rapport ta' analiżi tal-ħtiġijiet ta' taħriġ; % ta' professjonisti tal-kura tas-saħħa li jkunu komplew it-taħriġ b'suċċess

Valur fil-Mira
Rapport wieħed; 80%

L-identifikazzjoni tal-gatekeepers ewlenin li kieku jibbenefikaw minn taħriġ dwar skoperta u intervent bikri, u l-assessjar u l-immaniġġjar ta' riskju ta' suwiċidju, u l-għoti ta' taħriġ lill-gatekeepers identifikati.

Implimentazzjoni minn
NMHS, Kumitat tal-NSPS

Miżura
In-numru ta' gatekeepers identifikati; In-numru ta' laqgħat mal-gatekeepers; % ta' gatekeepers li jlestu t-taħriġ b'suċċess

Valur fil-Mira
2 laqgħat fis-sena'; 80%

Speċjalisti fil-psikjatrija jipprovdu taħriġ lil GPs/Tobba tal-familja kemm li jipprattikaw privat u pubbliku, iffukat fuq l-immaniġjar ta' mard mentali komuni fil-komunità u r-riskju ta' suwiċidju.

Implimentazzjoni minn
NMHS, Kumitat tal-NSPS

Miżura
% ta' GPs/Tobba tal-familja li jlestu t-taħriġ b'suċċess

Valur fil-Mira
80%

L-appoġġ lill-gatekeepers fl-istabbiliment ta' protokolli fuq il-post tax-xogħol/fl-iskejjel biex jiġi mminimizzat ir-riskju ta' suwiċidju u biex jipprovdu appoġġ f'waqtu lil persuni f'riskju u persuni oħra li jistgħu jiġu affettwati.

Implimentazzjoni minn
NMHS, Kumitat tal-NSPS

Miżura
Numru ta' protokolli stabbiliti

Valur fil-Mira
Kif Meħtieġ

Il-prijoritizzazzjoni tad-dritt tal-pazjenti għall-privatezza u d-dinjità matul l-evalwazzjoni psikjatrika fid-Dipartiment tal-A&E fl-Isptar Mater Dei billi tiġi żgurata żona privata għall-evalwazzjoni tas-saħħa mentali.

Implimentazzjoni minn
Maniġment tal-Isptar Mater Dei

Miżura
Il-kisba ta' żona privata

Valur fil-Mira
Żona waħda

Tiġi inawgurata taqsima ġdida tas-saħħa mentali akuta fil-madwar tal-Isptar Mater Dei biex jipprovdi kura tas-saħħa mentali akuta f'ambjent destigmatizzat, dinjituż, u terapewtiku.

Implimentazzjoni minn
MHA

Miżura
Il-faċilità tinbena u tiġi inawgurata

Valur fil-Mira
Faċilità waħda

Li gradwalment jiżdied in-numru ta' professjonisti tal-kura tas-saħħa li jaħdmu fis-servizzi ta' Emerġenza u Stabilizzazzjoni tas-saħħa mentali, b'mod partikolari fi ħdan it-tim ta' CRHT

Implimentazzjoni minn
NMHS, Kumitat tal-NSPS

Miżura
In-numru ta' professjonisti li jaħdmu fis-servizzi ta' Emerġenza u Stabilizzazzjoni tas-saħħa mentali

Valur fil-Mira
Kif Meħtieġ

L-implimentazzjoni tal-protokoll ta' tranżizzjoni mis-servizzi tas-saħħa mentali bħala inpatient għal dawk fil-komunità li jipproponi livelli ggradati ta' appoġġ skont il-ħtiġijiet uniċi tal-pazjenti, biex tiġi żgurata tranżizzjoni bla xkiel tal-kura.

Implimentazzjoni minn
NMHS

Miżura
L-għadd ta' pazjenti megħjuna; L-għadd ta' każijiet ta' dħul psikjatriku mill-ġdid fi żmien xahrejn mit-tranżizzjoni għas-servizzi tas-saħħa mentali fil-komunità.

Valur fil-Mira
Rata ta' dħul mill-ġdid ta' <50%

L-istabbiliment ta' perkors ta' riferiment bla xkiel għas-servizzi ta' intervent wara sitwazzjoni biex jiġi żgurat l-għoti ta' appoġġ psikoloġiku għall-individwi li jkunu tilfu lil xi ħadd u/jew li jkunu ntlaqtu minn suwiċidju.

Implimentazzjoni minn
NMHS

Miżura
Servizzi ta' intervent wara sitwazzjoni mingħajr waqfien

Valur fil-Mira
Riferiment ta' SOP 1

L-iżvilupp ta' protokoll ta' riferiment rapidu għall-psikoloġija fi ħdan l-NMHS għal individwi f'riskju għoli ta' suwiċidju jew dawk li dan l-aħħar ippruvaw suwiċidju.

Implimentazzjoni minn
NMHS

Miżura
Protokoll stabbilit

Valur fil-Mira
Protokoll stabbilit

L-għoti ta' taħriġ fil-kompetenza kulturali lil professjonisti tas-saħħa mentali li jaħdmu fi ħdan l-NMHS.

Implimentazzjoni minn
NMHS

Miżura
% ta' professjonisti tas-saħħa mentali li jlestu t-taħriġ b'suċċess

Valur fil-Mira
80%

L-għoti ta' taħriġ dwar l-għoti ta' aħbarijiet ħżiena lill-professjonisti tal-kura tas-saħħa, b'mod partikolari lit-tobba li jaħdmu fil-mediċina ġenerali u f'ambjenti ta' kura paljattiva.

Implimentazzjoni minn
Kumitat tal-NSPS

Miżura
% ta' professjonisti tal-kura tas-saħħa eliġibbli li jlestu t-taħriġ b'suċċess

Valur fil-Mira
50%

Restrizzjoni tal-Mezzi ta' Suwiċidju

It-tqegħid ta' posters b'messaġġi pożittivi u ta' tama fil-hotspots, bil-għan li dawk li jikkontemplaw is-suwiċidju jerġgħu jikkunsidraw l-azzjonijiet tagħhom.

Implimentazzjoni minn
Kumitat tal-NSPS; Kumitat b'Bosta Partijiet Ikkonċernati

Miżura
It-tqegħid ta' posters u infografiċi

Valur fil-Mira
2 posters f'kull hotspot

It-tqegħid ta' kabini tat-telefown f'hotspots tas-suwiċidju li għandhom aċċess dirett għall-112.

Implimentazzjoni minn
Kumitat b'Bosta Partijiet Ikkonċernati
L-Aġenzija Maltija għat-Teknoloġija tal-Informazzjoni
Il-Ministeru għat-Trasport, l-Infrastruttura u x-Xogħlijiet Pubbliċi

Miżura
Kabini tat-telefown imqiegħda u operattivi

Valur fil-Mira
Kabina tat-telefown f'kull hotspot

Il-bini ta' ċnut preventivi u/jew ostakli f'aktar hotspots tas-suwiċidju.

Implimentazzjoni minn
Kumitat b'Bosta Partijiet Ikkonċernati
Il-Ministeru għat-Trasport, l-Infrastruttura u x-Xogħlijiet Pubbliċi

Miżura
Il-bini ta' ċnut preventivi u/jew ostakli

Valur fil-Mira
Kif Meħtieġ

Pattulji regolari tal-pulizija fil-hotspots tas-suwiċidju.

Implimentazzjoni minn
Il-Korp tal-Pulizija ta' Malta

Miżura
L-għadd ta' pattulji tal-pulizija; L-għadd ta' interventi tal-pulizija fil-hotspots tas-suwiċidju

Valur fil-Mira
Il-frekwenza trid tiġi ddeterminata, skont id-disponibbiltà tar-riżorsi

L-iżvilupp ta' protokoll biex jiġu mwissija d-djar tal-midja li ma jsegwux il-linji gwida maqsuma dwar ir-rappurtar ta' mġiba suwiċidali sabiex in-narrattiva tagħhom tkun tista' tiġi riveduta.

Implimentazzjoni minn
Kumitat tal-NSPS; Kumitat b'Bosta Partijiet Ikkonċernati

Miżura
Protokoll stabbilit; L-għadd ta' laqgħat/komunikazzjonijiet mal-midja

Valur fil-Mira
Protokoll; Laqgħat/komunikazzjonijiet kif meħtieġ

Il-ħidma mad-Dipartiment tal-Edukazzjoni biex jiġi inkorporat formalment it-taħriġ tar-reżiljenza fil-kurrikulu tal-iskola tul il-perjodu kollu tal-edukazzjoni obbligatorja.

Implimentazzjoni minn
Kumitat tal-NSPS; Il-Ministeru għall-Edukazzjoni

Miżura
L-għadd ta' laqgħat mad-Dipartiment tal-Edukazzjoni;
L-iżvilupp ta' qafas ta' taħriġ għar-reżiljenza

Valur fil-Mira
Laqgħat kif meħtieġ; Żvilupp ta' qafas ta' taħriġ għar-reżiljenza

It-titjib tal-infrastruttura diġitali użata biex tenfasizza l-passi li għandhom jittieħdu matul kriżi tas-saħħa mentali, is-servizzi tas-saħħa mentali disponibbli, l-għodod biex tgħin lilek innifsek, u l-programmi ta' reżiljenza.

Implimentazzjoni minn
NMHS

Miżura
Aġġornament tal-infrastruttura diġitali

Valur fil-Mira
Website user-friendly

Attivitajiet ta' Prevenzjoni u Promozzjoni tas-Saħħa

Offerta ta' taħriġ intern dwar l-ippjanar tas-sikurezza għal servizzi tas-saħħa mentali akuta fl-NMHS.

Implimentazzjoni minn
NMHS

Miżura
% tal-professjonisti tas-saħħa mentali li lestew it-taħriġ b'suċċess

Valur fil-Mira
80%

Formalizzar u approvazzjoni tad-dokument tal-pjan tas-sikurezza li għandu jintuża fl-NMHS.

Implimentazzjoni minn
NMHS

Miżura
Approvazzjoni tal-pjan tas-sikurezza

Valur fil-Mira
Id-dokument approvat

Attivitajiet u/jew kampanji ta' promozzjoni tas-saħħa mentali u ta' sensibilizzazzjoni.

Implimentazzjoni minn
Kumitat tal-NSPS, HPDP, Id-Dipartiment tal-Edukazzjoni

Miżura
In-numru ta' attivitajiet u/jew kampanji; In-numru ta' kollaborazzjonijiet mad-Direttorat tal-HPDP

Valur fil-Mira
6 attivitajiet u/jew kampanji fis-sena

Għoti ta' taħriġ speċjalizzat għall-fornituri tal-kura tas-saħħa biex jiġu mgħammra bil-ħiliet meħtieġa biex iwasslu interventi effettivi u inklużivi għal individwi b'użu problematiku tat-teknoloġija diġitali.

Implimentazzjoni minn
Kumitat tal-NSPS, NMHS

Miżura
In-numru ta' Professjonisti tas-saħħa mentali tat-tfal u l-adolexxenti mħarrġa

Valur fil-Mira
2-4

Assigurazzjoni tal-Kwalità u Kompetenza

Żvilupp ta' rekord diġitali tas-saħħa skont is-sistema l-ġdida tal-Ministeru ta' Electronic Medical Records (EMR).

Implimentazzjoni minn
Ministeru tas-Saħħa u l-Anzjanità Attiva

Miżura
Preċiżjoni u disponibbiltà tad-data mtejba

Valur fil-Mira
Sistema ta' Electronic Medical Records

Il-biljetti ta' riferiment għas-servizzi kollha applikabbli tal-NMHS isiru elettroniċi u aċċessibbli.

Implimentazzjoni minn
Ministeru tas-Saħħa u l-Anzjanità Attiva

Miżura
Il-biljetti tar-riferiment huma diġitalizzati

Valur fil-Mira
Biljetti ta' riferiment kif meħtieġ