

Suizidprävention geht uns alle an

Von *Pia Klinkhammer*

9. September 2026, 11:58

News und Pressemitteilungen

Top-News für Startseite mit Bild



In Deutschland nimmt sich alle 51 Minuten ein Mensch das Leben. Allein im Jahr 2024 starben 10.372 Menschen auf diese Weise, mehr als durch Verkehrsunfälle, Gewaltverbrechen, illegale Drogen und AIDS zusammen. Diese Zahlen sind erschreckend hoch und viel zu selten ein Thema.

„Viele Suizide könnten wir durch wirksame Prävention verhindern: Nötig sind aufmerksame Mitmenschen und eine solide Finanzierung bewährter Hilfsangebote. Entscheidend ist auch, dass Menschen, die andere begleiten oder unterstützen, wissen, wie sie das Thema Suizidalität ansprechen können. Studien zeigen, dass ein offenes Gespräch die Situation nicht verschärft, sondern häufig den Weg zu konkreter Hilfe ebnet“, sagt Dr. Frank Joh. Hensel, Direktor im Caritasverband für das Erzbistum Köln.

Suizidale Entwicklungen sind meist das Ergebnis eines längeren Leidensprozesses. Ein erhöhtes Risiko tragen insbesondere Personen mit psychischen Belastungen und Menschen, die bereits einen Suizidversuch hinter sich haben. Aber auch ältere Menschen sind betroffen, die unter Einsamkeit oder schweren gesundheitlichen Einschränkungen leiden. Auffällig ist zudem eine geschlechtsspezifische Verteilung, denn rund 70 Prozent der Suizidtoten sind Männer.

„Die Bundesregierung hat mit einer geplanten Bundesfachstelle und einer Krisennotrufnummer wichtige Signale gesetzt. Doch damit nicht genug: erforderlich sind politische Klarheit, eine nachhaltige Finanzierung und der gezielte Ausbau niedrigschwelliger Hilfsangebote“, so Dr. Hensel weiter. Dazu gehören digitale Peer-Beratungen von und für unter 25-Jährige ebenso wie eine stärkere Hospiz- und Palliativversorgung, die Ängsten vor Leid und Ausgeliefertsein im Alter wirksam begegnen kann.

Der Welttag der Suizidprävention ruft ins Bewusstsein, dass jede statistische Zahl ein individuelles Schicksal repräsentiert und dass jede Lebensgeschichte die Chance für einen neuen Weg verdient.

Falls Sie selbst oder eine nahestehende Person in einer Krise sind, finden Sie hier Hilfsangebote: www.saltho.de/hilfe (<http://www.saltho.de/hilfe>) oder <https://www.suizidpraevention.de/hilfe> (<https://www.suizidpraevention.de/hilfe>)