

Suizidrisiko: Ein einziges Gespräch kann den Unterschied machen

Kurze, strukturierte Interventionen nach einem Suizidversuch senken das Risiko für einen erneuten Versuch deutlich. Das zeigt eine internationale Metaanalyse der Universität Zürich. Dazu wurden 33 randomisierte kontrollierte Studien aus den Jahren 1993 bis 2025 mit insgesamt rund 9500 erwachsenen Teilnehmenden aus Europa, Amerika, Asien, dem Nahen Osten sowie Australien und Neuseeland analysiert. Alle Teilnehmenden hatten mindestens einen Suizidversuch unternommen.

Es zeigte sich, dass Personen, die eine Kurzintervention erhielten, eine um 28% geringere Wahrscheinlichkeit eines erneuten Suizidversuchs als Personen, die nur die übliche

medizinische Versorgung erhielten. Die Teilnehmenden wurden durchschnittlich während rund zehn Monaten nachbeobachtet. Zudem nahmen auch Suizidgedanken ab. Dies vor allem in den ersten Monaten nach der Intervention. Keine klaren Effekte fanden sich hingegen für selbstverletzendes Verhalten ohne Suizidabsicht sowie für die Anbindung an die psychiatrische oder psychologische Versorgung. □

vh

Quelle: Homan et al.: Effectiveness of brief interventions and contacts after suicide attempt: a systematic review and meta-analysis. *eClinicalMedicine*. 2026. doi: 10.1016/j.eclinm.2026.103824