

Cybersuicide

De rol van het internet bij suïcidaal gedrag

N. D'HULSTER, C. VAN HEERINGEN

SAMENVATTING Dit artikel beschrijft twee suïcidepogingen waarbij het internet een rol speelt in de voorbereiding en uitvoering. Het internet lijkt hierbij een drempelverlagend en dus risicoverhogend effect te hebben op het vóórkomen van suïcidaal gedrag. De invloed van het internet kan beschreven worden in termen van een imiterend, informatief of interactief effect. Daarnaast kan het internetgebruik mogelijk een positieve rol spelen door een bijdrage aan de preventie van suïcide.

[TIJDSCHRIFT VOOR PSYCHIATRIE 48(2006)10, 803-807]

TREFWOORDEN internet, preventie, suïcide

Suïcide is een cultuuroverschrijdend en wereldwijd fenomeen. Jaarlijks maken in Nederland en Vlaanderen meer dan 2500 mensen zelf een eind aan hun leven. Suïcide is hiermee in Vlaanderen de belangrijkste doodsoorzaak bij mannen tussen de 30 en 50 jaar en de tweede belangrijkste bij jongeren tot 25 jaar (Cloots e.a. 2002).

Een suïcide is nooit het gevolg van één oorzaak en altijd speelt een aantal factoren tegelijk een rol. Suïcidaal gedrag kan het beste omschreven worden als het resultaat van de interactie tussen een intrinsieke kwetsbaarheid en stresserende levensomstandigheden. Zo kan de aanwezigheid van impulsiviteit als persoonlijkheidskenmerk, die de intrinsieke kwetsbaarheid verhoogt, het risico op suïcidaal gedrag doen toenemen. In het kwetsbaarheid-stressmodel (Van Heeringen 2003) wordt nog een derde groep risicofactoren onderscheiden, namelijk de drempelfactoren. Het betreft een verzameling van drempelverhogende (beschermende) factoren, zoals sociale steun, en drempelverlagende (risicoverhogende) factoren, zoals de aanwezigheid van rolmodellen of de beschikbaarheid van kennis over suïcidemethoden.

De term 'cybersuïcide' verwijst naar die gevallen van suïcide en suïcidepogingen waarbij een direct verband met het internet aangetoond kan worden (Baume e.a. 1997). Er zijn geen wetenschappelijke gegevens over het voorkomen van cybersuïcide, maar gevalsbeschrijvingen en de dagelijkse praktijk leren dat verschillende toepassingen van het internet, zoals het lezen van onlinekranten, het gebruik van *Internet Relay Chat* (IRC) en het raadplegen van webpagina's met pro-suïcideboodschappen, een effect kunnen uitoefenen op het voorkomen van suïcidaal gedrag (Baume e.a. 1997; Conwell 1998).

In onderstaande gevalsbeschrijvingen wordt de mogelijke risicoverhogende invloed van het internet op het voorkomen van suïcidepogingen beschreven. Aansluitend wordt stilgestaan bij de potentiële preventieve werking van het internet.

GEVALSBESCHRIJVINGEN

Patiënt A Patiënt A, een 50-jarige vrouw, wordt binnengebracht op de spoedeisende eerste hulp na een suïcidepoging door intoxicatie met

een potentieel letale dosis van haar onderhoudsmedicijnen: trazodon, thiamine, venlafaxine, bromazepam en naproxen in combinatie met alcohol. Na de acute behandeling en observatie op de intensivereafdeling, verblijft ze 3 weken op de psychiatrische afdeling van het algemeen ziekenhuis voor behandeling van haar depressie en alcoholafhankelijkheid. Ze heeft een voorgeschiedenis van depressies en alcoholafhankelijkheid waarvoor ze al klinisch en poliklinisch behandeld werd. Naast haar psychiatrische problematiek lijdt patiënte ook onder haar werkloosheid, sociale isolatie en het ontbreken van mantelzorg.

De planning van de suïcidepoging nam ruim zes maanden in beslag. Bij de voorbereiding beperkte ze zich tot elektronische informatie. Haar belangrijkste bronnen waren IRC en webpagina's die euthanasie en suïcide promoten, waarbij haar voorkeur uitging naar de webpagina: 'Alt Suicide Holiday' (<http://www.satanservice.org/coe/suicide/guide>). Deze website biedt een beschrijving van alle mogelijke suïcidemethoden. Deze staan gerangschikt aan de hand van vier kenmerken: toegankelijkheid, doeltreffendheid, snelheid en pijnlijkheid. Na deze lijst grondig onderzocht te hebben, koos ze voor een medicamenteuze intoxicatie die ze vervolgens uitvoerde op de ochtend van haar verjaardag. Door toevallige tussenkomst van haar broer kon er tijdig ingegrepen worden en werd ze naar het ziekenhuis overgebracht.

Patiënt B Patiënt B is een 45-jarige man met een belaste voorgeschiedenis. Gedurende 8 jaar werd hij poliklinisch behandeld met een combinatie van psychotherapie en farmacotherapie voor een depressieve stoornis en een cluster-B-persoonlijkheidsstoornis. De frequentie van de psychotherapeutische behandeling varieerde van 1 sessie per week tot 1 sessie per maand, afhankelijk van zijn psychisch functioneren. De medicamenteuze onderhoudsbehandeling bestond uit 150 mg clomipramine en 2 mg flunitrazepam per dag. Drie jaar geleden ondernam hij naar aanleiding van een relatiebreuk een eerste suïcidepoging door zijn polsen door te snijden. Patiënt

is ongehuwd en heeft geen intieme relaties. Zijn sociale contacten beperken zich tot enkele familieleden en een ex-vriendin. Hij werkt als freelancejournalist. De afgelopen maanden kreeg hij nauwelijks opdrachten, waardoor hij financiële problemen kreeg.

Ongeveer een maand voor de suïcidepoging bezocht hij een aantal prosuïcidepagina's op het internet. Op een website met beschrijvingen van suïcidemethodes volgde hij een link naar een elektronisch postorderbedrijf. Zo bemachtigde hij, zonder doktersvoorschrift, een grote hoeveelheid clomipramine, die hij samen met anderhalve fles wodka innam. Door tussenkomst van zijn ex-vriendin kon tijdig medische hulp ingeroepen worden. Maagspoeling en toediening van actieve kool zorgden voor snelle verwijdering en vermindering van resorptie van de ingenomen middelen. De patiënt overleefde de poging zonder blijvende gevolgen en wordt na een 72 urenobservatie ontslagen uit het ziekenhuis.

BESPREKING

Uit deze gevalsbeschrijvingen kan alleen een temporeel verband tussen het gebruik van het internet en het vóórkomen van een suïcidepoging aangetoond worden. De sterke toename van weliswaar anekdotische aanwijzingen voor een negatief effect van elektronische informatie op het voorkomen van suïcidaal gedrag is echter alarmerend (Baume e.a. 1997). De beschikbaarheid van dergelijke informatie kan dan ook beschouwd worden als een drempelverlagende factor (Van Heeringen 2003; Mann e.a. 1999). Het kan dan gaan om een modellerende, interactieve en/of informatieve invloed.

Modellerende invloed Berichtgeving over en uitbeelding van suïcidaal gedrag hebben een potentieel negatieve invloed op het vóórkomen van suïcidaal gedrag (Blood & Pirkis 2001). Een aantal onderzoekers wijst inderdaad op een significante clustering van suïcide na berichtgeving door de media (Berman 1988). Het internet ligt als nieuw

communicatiemedium in de lijn van bestaande media, zoals de gedrukte pers, tv, film, theater en literatuur, waarvoor al heel wat onderzoek gewezen heeft op een drempelverlagend effect op het voorkomen van suïcide (Schmidtke & Schaller 2000). De vraag rijst in welke mate men dergelijke eigenschappen van deze media kan generaliseren naar het internet. Ondanks talrijke gevalbeschrijvingen van suïcide na blootstelling aan prosuïcideboodschappen op het internet, ontbreekt wetenschappelijk bewijs van een copycat-effect (Hawton & Williams 2002; Thompson 1999). Mogelijk kan onderzoek met gebruik van de 'psychologische autopsie' dergelijk bewijs leveren. Deze methode tracht de aanzet van de suïcide te reconstrueren aan de hand van gesprekken met familieleden en hulpverleners.

Interactieve invloed Het internet biedt een plaats om suïcidale gedachten te ventileren. Op verschillende internetfora gebeurt dit in de vorm van afscheidsberichten (Baume e.a. 1997). Jongeren en volwassenen zoeken vaak via het internet contact met zielsverwanten. Zo kunnen, via dit medium, ook suïcidepacts worden gesmeed. Dit zijn afspraken tussen twee of meer mensen om op een afgesproken tijdstip en plaats suïcide te plegen (Rajagopal 2004). Het is momenteel onduidelijk in hoeverre een grotere beïnvloedbaarheid en een toegenomen internetgebruik (Thompson 1999) een rol spelen bij de relatieve toename van suïcide bij jongeren in het laatste decennium (Cloots e.a. 2002). De behoefte aan wetenschappelijk onderzoek in dit domein dringt zich op. Zo is er onder meer behoefte aan onderzoek naar het profiel van mensen die prosuïcidepagina's bezoeken. In gepubliceerde gevalbeschrijvingen gaat het vaak om mensen die rigide, maladaptieve copingstrategieën gebruiken (Trevor 2004).

Informatieve invloed Het internet is een onbeperkt toegankelijke en nagenoeg onuitputtelijke bron van informatie. Dit aanbod van informatie is met betrekking tot suïcide een tweesnijdend zwaard. Naast een ideaal medium om

op grootschalige wijze aan preventie te doen, is het internet een bron van gedetailleerde suïcidebeschrijvingen, -technieken en -methoden. Kennis over suïcidemethoden en -middelen heeft een drempelverlagend effect op het vóórkomen van suïcidaal gedrag (Haut & Morrison 1998). Het internet biedt tevens de mogelijkheid om potentieel letale middelen aan te kopen, zoals werd beschreven bij patiënt B.

Het ontoegankelijk maken van potentiële letale middelen vermindert het risico van suïcide bij personen die in een *suïcidal state of mind* verkeren (Jenkins & Singh 2000). Toegepast op het internet lijkt dit een onmogelijke opdracht. Het bannen van prosuïcideboodschappen is niet haalbaar vanwege de exponentiële en onoverzichtelijke groei van het internet. Daarnaast rijzen hierbij technisch-juridische problemen. Bij censuur of repressief optreden kan het recht op vrije meningsuiting bijvoorbeeld in het gedrang komen. Ten slotte valt te betwijfelen of een juridische veroordeling opweegt tegen de gewonnen naamsbekendheid van de betreffende webpagina als gevolg van de media-belangstelling.

De preventieve rol van het internet ligt hoofdzakelijk in het verspreiden van heilzame informatie en het bevorderen van contact met hulpverleningsinstanties. Bij suïcidepreventie gaat men bij voorkeur multidisciplinair en gecoördineerd te werk. Zowel geestelijke gezondheidszorg, politie, justitie, onderwijs als de verschillende media kunnen hierbij een rol spelen.

Op nationaal vlak is er behoefte aan een gecoördineerd suïcidepreventieplan dat over een langere periode loopt. In Vlaanderen wordt de preventie van depressie en suïcide beschouwd als een belangrijke gezondheidsdoelstelling. Een breed preventieprogramma beoogt 'een vermindering van het aantal sterfgevallen door zelfdoding bij mannen en vrouwen tegen 2010 met 8% ten opzichte van 2000'. Hiervoor werden 5 preventiestrategieën uitgewerkt. Zo tracht men onder meer door middel van informatiecampagnes de bevolking beter te informeren over suïcide. De andere preventiestrategieën omvatten deskundigheids-

bevordering van professionele hulpverleners, het bevorderen van 'netwerken' en een betere samenwerking, een verbeterde begeleiding van nabestaanden en het verbeteren van basiskennis (Van Hecke 2003).

Op internationaal vlak zijn meerdere organisaties betrokken bij de preventie van suïcide. De Wereldgezondheidsorganisatie lanceerde in 1999 wereldwijd het programma *SUicide PREvention (SUPRE)*. SUPRE heeft als voornaamste doel objectief de mortaliteit en morbiditeit ten gevolge van suïcidaal gedrag te verminderen door middel van preventiecampagnes op verschillende terreinen, zoals media, onderwijs en gezondheidszorg (World Health Organization 2000). Met betrekking tot de media zijn voorstellen van richtlijnen gepubliceerd (World Health Organization 1993, 2000).

CONCLUSIE

Beide gevalbeschrijvingen illustreren hoe het internetgebruik een rol speelt bij het optreden van suïcidaal gedrag. De beschikbaarheid van informatie heeft mogelijk een drempelverlagend effect. De relatie tussen het internetgebruik en suïcidaal gedrag kan niet causaal worden geïnterpreteerd, maar er kan in ieder geval een temporeel verband bestaan. Het gebruik van het internet kan het vóórkomen van suïcidaal gedrag beïnvloeden op een modellerende, een informatieve en een interactieve manier. Even belangrijk als de vraag op welke manier het internet beïnvloedt, is de vraag welke doelgroep beïnvloed wordt. Kwetsbare groepen zoals adolescenten en jongvolwassenen worden mogelijk meer beïnvloed.

In verschillende nationale en internationale initiatieven speelt het internet een rol in de preventie van suïcidaal gedrag. Dit gebeurt niet door repressief ingrijpen, maar vooral door middel van gecoördineerde informatiecampagnes. Hier is de taak van de overheid om de beschikbare nationale en internationale ervaring optimaal aan te wenden in een mondiale preventie van suïcide.

✍ De auteurs bedanken prof. L. Mehlum voor het sturen van literatuur.

803-807 LITERATUUR

- Administratie Gezondheidszorg. (2002). Sterfte en geestelijke gezondheid. In H. Cloots, P. Hoofst & H. Smets, H. (Red.), *Gezondheidsindicatoren 2000* (pp. 178-190). Brussel: Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap.
- Baume, P., Cantor, C.H., & Rolfe, A. (1997). Cybersuicide: the role of interactive suicide notes on the internet. *Crisis*, 18, 73-79.
- Berman, A.L. (1988). Fictional depiction of suicide in television films and imitation effects. *The American Journal of Psychiatry*, 145, 982-986.
- Blood, R.W., & Pirkis, J. (2001). Suicide and the media. Part III: theoretical issues. *Crisis*, 22, 163-169.
- Conwell, Y. (1997). Suicide and the internet. *Newslink of the American Association of Suicidology*, 23, 8.
- Haut, F., & Morrison, A. (1998). The internet and the future of psychiatry. *Psychiatric Bulletin*, 22, 641-642.
- Hawton, K., & Williams, K. (2002). Influences of the media on suicide. *British Medical Journal (Clinical Research ed.)*, 325, 1374-1375.
- Hecke, M. van (Red.). (2003). *Preventie van depressie en zelfmoord. Verslagboek Gezondheidsconferentie*. Brussel: Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap.
- Heeringen, C. van. (2003). The neurobiology of suicide and suicidality. *Canadian Journal of Psychiatry*, 48, 292-300.
- Jenkins, R., & Singh, B. (2000). General population strategies of suicide prevention. In K. Hawton & C. van Heeringen (Red.), *The international handbook of suicide and attempted suicide* (pp. 597-615). Chichester: Wiley.
- Mann, J.J., Waternaux, C., Haas, G.L., e.a. (1999). Toward a clinical model of suicidal behavior in psychiatric patients. *The American Journal of Psychiatry*, 156, 181-189.
- Rajagopal, S. (2004). Suicide pacts and the internet. *British Medical Journal (Clinical Research ed.)*, 329, 1298-1299.
- Schmidtke, A., & Schaller, S. (2000). Role of mass media in suicide prevention. In K. Hawton & C. van Heeringen (Red.), *The international handbook of suicide and attempted suicide* (pp. 675-698). Chichester: Wiley.
- Thompson, S. (1999). The internet and its potential influence on suicide. *Psychiatric Bulletin*, 23, 449-451.
- Trevor, I. (2004). Suicide methods from the internet. *The American Journal of Psychiatry*, 161, 1500-1501.
- World Health Organization. (1993). *Guidelines for the primary preven-*

tion of mental, neurological and psychosocial disorders. 4. Suicide. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2000). *Suicide Prevention - SUPRE*. Geneva: World Health Organization.

AUTEURS

N. D'HULSTER is arts in opleiding tot psychiater aan de Universiteit Gent.

C. VAN HEERINGEN is als hoogleraar psychiatrie verbonden aan de Universiteit Gent, is werkzaam als diensthoofd van de

Universitaire Dienst Psychiatrie, Universitair Ziekenhuis Gent en hoofd van de Eenheid voor Zelfmoordonderzoek aan de Universiteit Gent.

Correspondentieadres: N. D'Hulster, Rue de la Croix Blanche 15, 6600 Bastogne.

E-mail: nikydhulster@hotmail.com; cornelis.vanheeringen@UGent.be.

Geen strijdige belangen meegegeeld.

Het artikel werd voor publicatie geaccepteerd op 9-5-2006.

SUMMARY

Cyber-suicide: the role of the internet in suicidal behaviour. A case study – N. D'Hulster, C. van Heeringen –

The article describes two cases of attempted suicide which were prepared and carried out with the help of information on the internet. It appears therefore that the internet can lower the threshold for and increase the risk of suicidal behaviour. The internet can provide the necessary information and at the same time trigger imitation and interaction. In addition, however, the internet can play a positive role by helping to prevent suicide.

[TIJDSCHRIFT VOOR PSYCHIATRIE 48(2006)10, 803-807]

KEY WORDS internet, prevention, suicide