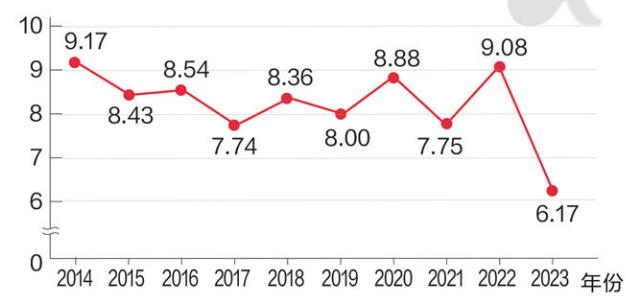


比前年减少三成

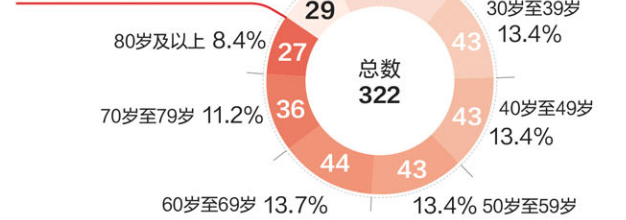
去年322人自杀身亡 人数23年来最低

新加坡自杀身亡率

自杀身亡率（每10万名新加坡公民和永久居民）



去年各年龄层自杀身亡人数



资料来源 / 新加坡援人机构

图表 / 胡绮玲

根据新加坡援人机构公布的年度统计数据，去年每10万名新加坡公民和永久居民中，有6.17人自杀身亡。在自寻短见的322人当中，222人是男性，100人是女性。

邓玮婷 报道
tengwt@sph.com.sg

本地去年共有322人自杀身亡，比前年减少32.4%。这是自2000年开始有记录以来，自杀死亡人数最低的一年。

根据新加坡援人机构（Samaritans of Singapore，简称SOS）星期五（7月12日）公布的年度统计数据，去年每10万名新加坡公民和永久居民中，有6.17人自杀身亡。在自寻短见的322人当中，222人是男性，100人是女性。

数据显示，去年所有年龄层的自杀死亡率都呈下滑趋势。其中，30岁至39岁的减幅最大，从前年的77人减至43人，降幅为44.2%；其次是60岁至69岁，从71人减至44人（38.0%）；接着是20岁至29岁，从91人减至57人

（37.4%）。

SOS提醒，虽然20岁至29岁年龄层的自杀死亡率有所降低，但自杀仍是这个年龄层的首要死因。去年过世的20岁至29岁居民当中，29.2%是自尽。

过去三年，每年自杀身亡的居民中，20岁至29岁的占比也最大——2023年占17.7%，2022年占19.1%，2021年占19.8%。

SOS总裁陈弼良说，自杀人数减少凸显社群力量和集体预防措施的重要性。SOS会继续通过不同的活动和培训，加强社区宣导，确保每个人都能得到所需的援助。

SOS在文告中也说，通过建立强而有力的社区和家庭关系，有利于提供及时援助，降低青少年自杀的风险。

心理卫生学院院长冯舜圣副

教授说，本地从医院到社会服务机构，各方都尽最大努力预防自杀。“除了政府资源和社区活动之外，我觉得很重要的是，大家应互相照应，建立起心理健康知识，更好地帮助自己和所关心的人。”

Project Hayat展开公共咨询 制定全国预防自杀策略

由基层发起的工作小组“心理健康关乎你我”（SG Mental Health Matters）将通过“Project Hayat”项目，展开公共咨询，以制定全国预防自杀策略。

前官委委员王丽婷是Project Hayat的项目负责人之一。她说，要制定有效的策略，就必须先研究、讨论和了解自杀以及围绕这个问题的复杂情况。预防自杀的研究有助社区机构、学府、工作场所和公共机构更有效地规划服务。Project Hayat取得的数据将成为拟定策略蓝图的重要基石。

这个公共咨询活动将由新加坡国立大学属下的苏瑞福公共卫生学院和公民互动平台OPPi

负责。21岁以上的新加坡公民或永久居民可从7月19日起，上网（<https://survey.oppi.live/s3/sgsuicideprevention>）参加调查。

除了公共咨询，工作小组将同本地以及美国、澳大利亚、新西兰、韩国、法国和泰国的公私机构做访问，以取得更全面的研究成果。

国际预防自杀协会估计，目前全球只有40个国家和地区有全面预防自杀策略，包括亚太地区七个国家：不丹、印度、斯里兰卡、泰国、韩国、日本和马来西亚。

生活遇到困难 请拨热线求助：

- 新加坡援人机构（SOS）
24小时热线：1767；
关怀短信（CareText）：
9151-1767
- 心理卫生学院
24小时热线：6389-2222