



WELT+ PRÄVENTION

## „Die Suizidgefährdung nimmt mit dem Alter signifikant zu“



Von **Wiebke Bolle**  
Redakteurin Wissenschaft

Stand: 15:28 Uhr | Lesedauer: 7 Minuten



Quelle: Getty Images/Tatiana Maksimova

Mehr als 10.300 Menschen nahmen sich 2023 das Leben. Insbesondere die Entwicklung bei Frauen scheint bedenklich. Eine Psychiaterin erklärt diesen Anstieg der Fälle – und beklagt eine spezielle deutsche Vorsicht, die präzise Statistik verhindert.

Der 10. September wird von der Weltgesundheitsorganisation der Suizidprävention gewidmet. Laut Weltgesundheitsorganisation ein Tag der Trauer und des Gedenkens an die durch eigene Hand Verstorbenen. Und ein Tag der Vorsorge. In Deutschland sterben mehr Menschen durch Suizid als durch Verkehrsunfälle, Gewalttaten und illegale Drogen: 10.300 Tote waren es 2023 – 1,8 Prozent mehr Fälle als im Vorjahr, 186 mehr Tote.

Betrachtet man nur die Frauen, stieg die Rate deutlich, denn unter ihnen wurden 8 Prozent mehr Todesfälle registriert. Ute Lewitzka, Psychiaterin am Universitätsklinikum Carl Gustav Carus in Dresden und Vorstandsvorsitzende der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention ([DGS](https://www.suizidprophylaxe.de/)), glaubt, dass das nur ein Ausschnitt des Geschehens ist – eine spezielle deutsche Vorsicht verhindere eine präzise Statistik.

**WELT:** Frau Lewitzka, wie erklären Sie sich die gestiegene Anzahl an Suiziden bei den Frauen in Deutschland?

**Ute Lewitzka:** Es ist nicht erste Mal, dass wir einen solchen Anstieg beobachten. 2020 hat das [Bundesverfassungsgericht](https://www.bundesverfassungsgericht.de/SharedDocs/Entscheidungen/DE/2020/02/rs20200226_2bvr234715.html) entschieden, dass auch hierzulande Sterbehilfe möglich ist. Daraufhin wurden in den Jahren 2021 auf 2022 insgesamt fast zehn Prozent mehr Selbsttötungen gezählt: Bei den Frauen stieg die Suizidrate um 8,8 Prozent, bei den Männern um 9,6 Prozent. Schnell kam die Vermutung auf, dass die neu eingeführte Assistenz zur Selbsttötung ein Grund dafür ist. Wir gehen davon aus, dass gerade Frauen von der Sterbehilfe Gebrauch machen.

**WELT:** Das weiß man nicht? In diesen Fällen gibt es doch Akten, weil die Sterbehelfer die Polizei einschalten?

**Lewitzka:** Bei Suiziden gibt es generell eine gewisse Dunkelziffer. Denn in seltenen Fällen kann es vorkommen, dass ein Suizid auf Wunsch der Angehörigen nicht auf der Todesbescheinigung vermerkt wird. Das kann viele Gründe haben, die Versicherung, eine Notlage, Scham und Angst vor dem Stigma. Und es liegt an den Persönlichkeitsrechten: Bei der Einführung der Datenschutzgrundverordnung wurde im Statistischen Bundesamt entschieden, einen Teil der Suizide nicht mehr als solche zu erfassen. Stattdessen sollten diese Selbsttötungen in einer anderen Kategorie eingeordnet werden, bei den sonstigen Todesursachen.



Dr. Ute Lewitzka ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie am Universitätsklinikum Carl Gustav Carus in Dresden

Quelle: Ute Lewitzka

**WELT:** Wie kann das sein?

**Lewitzka:** Nun ja, wir sprechen hier über öffentlich zugängliche Zahlen. Stellen Sie sich vor, in einer kleinen Gemeinde gab es in einem Jahr nur einen Todesfall. Aus der Nachbargemeinde könnte also jemand recherchieren, woran derjenige gestorben ist – und findet heraus, dass es ein Suizid war. Solche sensiblen Daten sind ein hohes Gut, man will sie schützen. Aber selbst wir Forscher wissen nicht, wie viele Fälle so aus der Zählung fallen. Bei den sonstigen Todesursachen sehen wir dafür einen deutlichen Anstieg in den letzten Jahren. Damit wir die Zahlen besser deuten können, bräuchte es hier mehr Transparenz.

**WELT:** Der Anteil der Frauen ist zwar gestiegen, aber einen Großteil der Suizide begehen noch immer Männer. Warum?

**Lewitzka:** Männer greifen eher zu Methoden, die mit höherer Wahrscheinlichkeit zum Tod führen. Sie erschießen oder strangulieren sich, legen sich vor den Zug. Frauen dagegen wählen prozentual gesehen eher sogenannte weichere Methoden wie Schlaftabletten, und werden rechtzeitig gefunden. Zudem fällt es Männern schwerer, sich Hilfe zu holen – besonders wenn es um das seelische Empfinden geht. Frauen nehmen eher psychologische Unterstützung an. Der Wunsch zu sterben, ist aber bei beiden Geschlechtern gleich stark ausgeprägt.

**WELT:** Nun gab es bei den Männern aber einen leichten Rückgang der Selbsttötungen im Jahr 2023. Wie schätzen Sie das ein?

**Lewitzka:** Der Rückgang ist sehr gering, diese 0,3 Prozent kann man fast nicht bewerten. Noch immer sind es deutlich mehr Männer. Von den knapp 10.300 gezählten Suiziden machen sie 7478 der Fälle aus. Einzelne Jahre zu betrachten, bringt oft wenig, da gibt es immer Schwankungen. Wir müssen uns die Entwicklungen immer über längere Zeiträume ansehen, über Jahrzehnte.

**WELT:** Denken Frauen vielleicht länger über die Selbsttötung nach als Männer?

**Lewitzka:** Untersuchungen, die sich mit dem Zeitraum zwischen den ersten Gedanken bis zum vollzogenen Suizid befassen, zeigen: Zwischen Männern und Frauen ist das relativ ausgeglichen. Das höchste Risiko: eine psychische Erkrankung, etwa eine [Depression \(https://www.welt.de/themen/depression/\)](https://www.welt.de/themen/depression/). Aber nicht jeder Betroffene wird suizidal. Ein anderer Faktor ist Kränkung. Das zu erleben könnte wohl besonders für einige Männer ein zusätzliches Risiko darstellen. Gerade bei bestimmten Persönlichkeitseigenschaften, wie narzisstischen Zügen gepaart mit Impulsivität, kann das zur Selbsttötung führen. Bei Männern kommen zudem häufiger Substanzkonsumstörungen vor, sie sind vielleicht alkoholabhängig. Hier ist das Suizidrisiko auch deswegen erhöht, weil Alkohol enthemmt.

**WELT:** Zwischen 55 bis 64 Jahren und 80 bis 84 nehmen sich die meisten Menschen das Leben.

**Lewitzka:** In der Soziologie wird das als „ungarisches Muster“ bezeichnet, die Suizidgefährdung nimmt also mit dem Alter signifikant zu. Deshalb wäre es wichtig, gerade die Älteren in den Blick zu nehmen. Das tun wir aber nicht.

**WELT:** Wie meinen Sie das?

**Lewitzka:** Ein fiktives Beispiel: Ein alter Mensch lebt im Altenheim, geht abends ins Bett und wird morgens tot aufgefunden. Der Arzt stellt fest, dass der Mann [Bluthochdruck \(https://www.welt.de/themen/bluthochdruck/\)](https://www.welt.de/themen/bluthochdruck/) hatte und wahrscheinlich an einem [Herzinfarkt \(https://www.welt.de/themen/herzinfarkt/\)](https://www.welt.de/themen/herzinfarkt/) gestorben ist. Übersehen wird allerdings die leere Medikamentenpackung im Schrank, von denen der alte Mann ohnehin drei am Tag schlucken musste.

**WELT:** Warum wollen alte Menschen sterben?

**Lewitzka:** Das hat mehrere Gründe. Sie sind nicht mehr so fit wie früher, fühlen sich eingeschränkt, sind krank, haben Schmerzen. Und sie haben Verluste erfahren, vielleicht ist der Partner oder ein Freund gestorben. Vielen fehlt mit dem Ende des Berufslebens eine sinnstiftende Tätigkeit. Unsere Aufgabe als Gesellschaft ist es dafür zu sorgen, dass die Menschen im Alter gut versorgt werden. In Deutschland erleben wir eher eine Altersdiskriminierung, als dass wir die Alten schätzen.

**WELT:** Die Statistiken sind auch nach Monaten aufgeschlüsselt. Im Februar lag die Zahl der Suizide am niedrigsten – und ausgerechnet im Mai am höchsten.

**Lewitzka:** Tatsächlich ist das ein stabiler Befund, die meisten Suizide passieren, statistisch gesehen, über längere Zeiträume im Frühsommer – im Mai und Juni. Und zwar in vielen Ländern, nicht nur hier. Eine Erklärung: Menschen mit einer Depression spüren dann eine starke Diskrepanz zwischen sich selbst und ihrem Umfeld. Alle freuen sich auf den Sommer, haben gute Laune, sind glücklich, gehen raus. Betroffene spüren das nicht, da ist nur Dunkelheit. Weitere Einflussfaktoren, die mit Umweltfaktoren wie Sonnenlicht und dessen Eigenschaften zu tun haben, werden hier diskutiert.

**WELT:** Was sind erste Anzeichen, dass jemand suizidale Gedanken hat?

**Lewitzka:** Fast die Hälfte der Menschen, die Suizid begehen, haben vorher mit jemandem über ihre Gedanken gesprochen, 60 Prozent waren in den sechs Wochen vor ihrem Tod beim Hausarzt. Möglicherweise nicht mit dem Anliegen, den Arzt über ihr Innerstes aufzuklären, sondern weil sie gespürt haben, Hilfe zu brauchen. Wenn der Arzt gut geschult ist, fragt er sie nach psychischen Belastungen, explizit nach lebensmüden Gedanken. Ich denke, so könnten einige Selbsttötungen verhindert werden.

**WELT:** Viele rufen also nach Hilfe, wenn auch versteckt?

**Lewitzka:** Na ja, nicht immer. Bei psychischen Erkrankungen zeigen sich in den allermeisten Fällen aber kleine Veränderungen. Sozialer Rückzug, Interessenverlust, die Körperpflege nimmt ab, [Schlafstörungen](https://www.welt.de/themen/schlafstoerungen/) (<https://www.welt.de/themen/schlafstoerungen/>) treten auf, der Appetit geht verloren. Oft sind Betroffene auch gereizt, trinken mehr Alkohol.

**WELT:** Bemerken Sie die Veränderungen bezüglich der Frauen auch in der Klinik?

**Lewitzka:** Das kann ich so nicht sagen, weil diese Daten nicht systematisch erfasst und ausgewertet werden. Klar ist, dass der Bettendruck in sämtlichen psychiatrischen Kliniken in Deutschland groß ist. Wir können gar nicht mehr jeden Betroffenen stationär aufnehmen. Aber es gibt Anzeichen: Durch die Jugendstudien während der Coronazeit ist belegt, dass deutlich mehr Mädchen mit Selbstverletzungen in den Notaufnahmen eingeliefert wurden. Daraus könnte man schließen, dass möglicherweise auch der Wunsch zu sterben bei ihnen zugenommen hat. Einzelne Kollegen berichteten in der Pandemie zudem ebenfalls von mehr Suizidversuchen bei Frauen. Da fehlen aber die Daten.

*Sollten Sie das Gefühl haben, Hilfe zu benötigen, kontaktieren Sie umgehend die Telefonseelsorge. Unter der kostenlosen Rufnummer 0800-1110111 oder 0800-1110222 erreichen Sie Berater, die Ihnen Auswege aus schwierigen Situationen aufzeigen können.*

**WELT-Redakteurin [Wiebke Bolle](#) (/autor/wiebke-bolle/) schreibt über Wissen- und Gesellschaftsthemen. Dabei befasst sie sich immer wieder mit der psychischen Gesundheit von Menschen.**

---

Die WELT als ePaper: Die vollständige Ausgabe steht Ihnen bereits am Vorabend zur Verfügung – so sind Sie immer hochaktuell informiert. Weitere Informationen <http://epaper.welt.de>

Der Kurz-Link dieses Artikels lautet: <http://www.welt.de/253419390>