

Gátlisti um öryggi umhverfis

Öryggi umhverfis á geðdeildum, meðferðar- og búsetustofnunum og hjúkrunarheimilum fyrir einstaklinga sem metnir eru hættulegir sjálfum sér og öðrum er mikilvægur þáttur í sjálfsvígsvörnum. Gátlisti um öryggi umhverfis er gagnlegur til þess að lágmarka þær áhættur sem leynast í umhverfi deilda og stofnana. Kröfur um öryggi umhverfis geta verið ólíkar milli deilda og stofnana og því er eftirfarandi flokkun deilda og stofnana eftir áhættustigi 1-3 gagnleg.

Á vefrænum deildum og öðrum opnum deildum er erfitt að tryggja að allt umhverfi sé öruggt útrá þessum áhættuþáttum en gagnlegt getur verið að gera ráð fyrir ákveðnum rýmum þar sem hættan er lágmrökuð. Til dæmis þar sem ein sjúkrastofa og baðherbergi væri þannig að hurðir opnast út, að snagar og lamir séu af ákveðinni tegund og að ekki sé hægt að opna glugga upp á gátt o.s.frv.

Flokkun geðdeilda, meðferðar- og búsetustofnana og hjúkrunarheimila eftir áhættustigi 1-3

Áhættustig er misjafnt og fer eftir starfsemi á hverjum stað fyrir sig. Gagnlegt er að flokka deildir, meðferðar- og búsetustofnanir í þrjú áhættustig.

Áhættustig 1

Lokaðar deildir og stofnanir fyrir einstaklinga með bráð og/eða alvarleg einkenni geðraskana og/eða með hegðunarröskun sem eru metnir í alvarlegri sjálfsvígshættu og/eða alvarlega hættulegir öðrum og/eða umhverfi sínu. Fyrir þau sem eru nauðungarvístuð, sjálfræðissvipt og þau sem eru dæmd til meðferðar. Dæmi um slíkar deildir eða stofnanir eru bráðageðdeildir, réttargeðdeildir, öryggisgeðdeildir, afeitrunardeildir og öryggisbúsetuúrræði.

Áhættustig 2

Lokaðar deildir og stofnanir fyrir einstaklinga með bráð, alvarleg eða meðal alvarleg einkenni geðraskana og/eða með stjórnleysi í hegðun sem eru metnir í sjálfsvígshættu og/eða hættulegir öðrum og/eða umhverfi sínu og þarfnast sérhæfðrar þjónustu og/eða endurhæfingar. Dæmi um slíkar deildir eða stofnanir eru almennar lokaðar geðdeildir, meðferðarstofnanir eða búsetuúrræði sem eru með sólarhringsþjónustu.

Áhættustig 3

Opnar deildir, meðferðar og búsetuúrræði fyrir einstaklinga með meðal eða lítil einkenni geðraskana og/eða með stjórnleysi í hegðun. Sjálfsvígshætta og/eða hætta gagnvart öðrum getur verið til staðar en er ekki metin bráð eða alvarleg. Dæmi um slíkar deildir og stofnanir eru endurhæfingargeðdeildir, hjúkrunarheimili og ýmis búsetuúrræði.

Sjúkradeild eða búsetuúrræði getur verið á öllum áhættustigum 1, 2 og 3. Til dæmis er geðdeildin á SAK þannig útbúin að ákveðin svæði sem krefjast hámarksöryggis eru á áhættustigi 1 á meðan önnur svæði eru á áhættustigi 2 og 3.

Skýringar á gátlista

Áhættustig í töflu:

1 Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.

Lokaðar deildir og stofnanir fyrir einstaklinga með bráð og/eða alvarleg einkenni geðraskana og/eða með hegðunarröskun sem eru metnir í alvarlegri sjálfsvígshættu og/eða alvarlega hættulegir öðrum og/eða umhverfi sínu. Fyrir þau sem eru nauðungarvistuð, sjálfræðissvipt og þau sem eru dæmd til meðferðar. Dæmi um slíkar deildir eða stofnanir eru bráðageðdeildir, réttargeðdeildir, öryggisgeðdeildir, afeitrunardeildir og öryggisbúsetuúrræði.

2 Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.

Lokaðar deildir og stofnanir fyrir einstaklinga með bráð, alvarleg eða meðal alvarleg einkenni geðraskana og/eða með stjórnleysi í hegðun sem eru metnir í sjálfsvígshættu og/eða hættulegir öðrum og/eða umhverfi sínu og þarfnast sérhæfðrar þjónustu og/eða endurhæfingar. Dæmi um slíkar deildir eða stofnanir eru almennar lokaðar geðdeildir, meðferðarstofnanir eða búsetuúrræði sem eru með sólarhringsþjónustu.

3 Áhættustig 3: Opið eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.

Opnar deildir, meðferðar og búsetuúrræði fyrir einstaklinga með meðal eða lítil einkenni geðraskana og/eða með stjórnleysi í hegðun. Sjálfsvígshætta og/eða hætta gagnvart öðrum getur verið til staðar en er ekki metin bráð eða alvarleg. Dæmi um slíkar deildir og stofnanir eru endurhæfingargeðdeildir, hjúkrunarheimili og ýmis búsetuúrræði.

Litamerkingar í töflu:

-  Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.
-  Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.
-  Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Aðkoma og inngangur

Aðgengi sjúklinga, gesta, lögreglu, sjúkra- og slökkvibíla þarf að vera öruggt og greitt.

Aðkoma og inngangur	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu /í ólagi
Inngangur	Sér aðkoma fyrir bráðveika sjúklinga. Þannig er tekið er tillit til persónuverndarsjónarmiða sjúklinga í bráðu og alvarlegu sjúkdómsástandi.				
Læst aðgengi	Inngangur skal vera læstur.				
Aðkoma	Aðkoma lögreglu, sjúkra- og slökkvibíla skal vera greið.				
Forrými við innganga (loftlås)	Loftlås skal vera við innganga. Loftlås skal útbúinn með tveimur raflæstum hurðum andspænis hvor annarri. Raflæsing hurða skal tryggja það að einungis önnur hurðin geti opnast í einu til að koma í veg fyrir stök en hafa þann möguleika að í neyðartilfellum opnist báðar hurðir samtímis (t.d. ef þarf að rýma deild vegna eldsvoða eða í öðrum bráðum tilfellum).				
Heimsóknarherbergi	Sérstakt fjölskyldu- eða heimsóknarherbergi skal vera á deild/stofnun.				
Staðsetning og aðbúnaður heimsóknarherbergis	Herbergið þarf að vera staðsett inn af loftlås eða við inngang að deild/stofnun þannig að truflun sé í lágmarki. Sjónlínur skulu tryggðar með gluggum í hurð eða vegg. Herbergið þarf að vera hlýlegt, bjart og öruggt. Húsgögn, innréttingar og hlutir þurfa að vera örugg (þung, óbrjótanleg og myndir kirfilega festar í vegg).				

Áhættustig og litamerkingar í töflu:

- 1

Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.
- 2

Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.
- 3

Áhættustig 3: Opið eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.
- Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.
- Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.
- Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Almenn rými

Setustofur, sjónvarpsherbergi, borðsalur, gangar og rými fyrir virkni eins og tölvuherbergi, tómstundaherbergi, slökunarherbergi og íþróttaherbergi. Almenn rými skulu vera rúmgóð, björt, hlýleg og snyrtileg án þess að rýra öryggi. Þau þurfa að vera laus við óþarfa hluti og húsgögn sem geta skapað hættu. Svalir eru hættusvæði sem og blindir blettir og skúmaskot

Almenn rými	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu /í ólagi
Veggir og loft	Veggir og loft skulu vera laus við hluti sem hægt er að nota til sjálfskaða eða sem vopn gegn öðrum, t.d. myndarammar, speglar, krókar, snagar o.fl. Myndir skulu vera úr kirfilega festar í vegg og lausar við gler. Snagar og aðrir smáhlutir skulu vera úr óbrjótanlegu efni en gefa eftir ef þungi er meiri en 5 kg.				
Sjónlínur	Sjónlínur skulu tryggðar með gluggum í hurðum eða í veggjum.				
Rými	Rými skal vera bjart, rúmgott, snyrtilegt og hlýlegt (mikilvægt er að taka mið af fræðum um meðferðarvænt umhverfi (therapeutic environment) þegar rými eru hönnuð og út frá fagurfræðilegum sjónarmiðum).				
Gluggar	Óbrjótanlegt gler skal vera í öllum gluggum. Frágangur glugga skal vera á þann hátt að ekki sé hægt að skaða sig og/eða aðra, nota til sjálfsvígs, smygls eða stroks. Opnanleg fög skulu vera rafstýrð með takmarkaðri opnun og ekki skulu vera stormjárn á gluggum.				
Gluggakistur og gluggatjöld	Gluggakistur skulu ekki vera til staðar og gluggatjöld skulu vera á milli glerja.				
Hurðar	Hurð skal opnast út eða í báðar áttir þannig að ekki sé unnt að læsa sig inni t.d. með því að byrgja fyrir hurð. Gluggi með öryggisglери skal vera í hurð til að tryggja sjónlínu.				
Hurðarhúnar og lamir	Hurðarhúnar og lamir skulu útbúnir þannig að ekki sé hægt að hengja sig eða skaða sig á þeim. Sérhannaðir húnar og lamir fyrir geðdeildir skulu notaðir.				
Lýsing	Góð lýsing skal vera í rými og hægt er að stýra birtustigi. Óbrjótanleg ljós skulu vera í loftunum. Engir lampar með lausum snúrum eða óvörðum perum eiga að vera í rýmum.				
Ofnar	Ofnar ásamt hitastillum skulu varðir með tilliti til sjálfskaða og/eða skemmda. Allar pípulagnir skulu vera inni í veggjum eða kirfilega festum stokkum.				
Hljóðvist	Hljóðeinangrun skal vera í loftum/veggjum. Mikilvægt er að dempa hljóð og koma í veg fyrir bergmál.				
Innréttingar	Innréttingar eins og hillur og skápar skulu vera gólf eða veggföst.				
Læsingar á skápahurðum	Skápahurðir skulu vera með læsingum.				
Húsgögn	Húsgögn þurfa að vera þung og gegnheil eða kirfilega fest í gólf/veggi þannig ekki sé hægt að brjóta þau eða kasta þeim.				
Áklæði húsgagna	Húsgögn skulu vera bólstruð með brunavörðu efni sem mætir kröfum um sýkingavarnir (t.d. stamskinn).				
Borðbúnaður, skraut, aðrir smáhlutir	Lausir hlutir eins og diskar, glös, hnífapör, skraut, blómapottar og annað skal vera úr óbrjótanlegu plasti.				
Býtibúr	Býtibúr er aðgangsstýrt með læstri hurð og/eða loku.				
Læst hirsla í býtibúri	Læst skúffa eða læstur skápur skal vera í býtibúri fyrir oddhvassa hluti (hnífa, skæri o.fl.).				

Gangar

Er það svæði sem aðskilur sjúkrastofur og svefnherbergi frá almennum rýmum, sérstaklega er hér átt við sjúkraganga.

Gangar	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu /í ólagi
Stærð	Gangar þurfa að vera nægilega rúmir til að þrjár persónur geti mæst án vandkvæða.				
Veggir og loft	Veggir og loft skulu vera laus við hluti sem hægt er að nota til sjálfskaða eða sem vopn gegn öðrum, t.d. myndarammar, speglar, krókar, snagar o.fl. Myndir skulu vera úr kirfilega festar í vegg og lausar við gler. Snagar og aðrir smáhlutir skulu vera úr óbrjótanlegu efni en gefa eftir ef þungi er meiri en 5 kg.				
Útlit	Sjúkrangangar skulu vera bjartir, hlýlegir og snyrtilegir án þess að rýra öryggi.				
Hlutir	Gangar skulu vera lausir við óþarfa hluti og húsgögn sem geta skapað hættu.				
Kynjaskipting	Sjúkrangangar skulu vera kynjaskiptir.				
Læsing sjúkragagna	Raflæst hurð skal afmarka sjúkraganga sem uppfyllir kröfur um rýmingu. Hurð skal vera með óbrjótanlegu gleri þannig að sjónlína sé tryggð.				
Hirslur	Skápar á göngum skulu vera læstir og kirfilega festir við vegg.				

Áhættustig og litamerkingar í töflu:

- 1

Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.
- 2

Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.
- 3

Áhættustig 3: Opið eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.
- Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.
- Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.
- Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Sjúkrastofur/svefnherbergi

Allar sjúkrastofur eiga að vera einbýli.

Sjúkrastofur/svefnherbergi	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: í lagi/í vinnslu / í ólagi
Einbýli	Allar sjúkrastofur/svefnherbergi skulu vera einbýli.				
Veggir og loft	Veggir og loft skulu vera laus við hluti sem hægt er að nota til sjálfskaða eða sem vopn gegn öðrum, t.d. myndarammar, speglar, krókar, snagar o.fl. Myndir skulu vera úr kirfilega festar í vegg og lausar við gler. Snagar og aðrir smáhlutir skulu vera úr óbrjótanlegu efni en gefa eftir ef þungi er meiri en 5 kg.				
Sjónlínur	Herbergin þurfa að vera hönnuð þannig að sjónlínur séu óskertar þannig að starfsfólk sjái í öll horn herbergisins þegar horft er inn um hurð.				
Gluggar	Óbrjótanlegt gler skal vera í öllum gluggum. Frágangur glugga skal vera á þann hátt að ekki sé hægt að skaða sig og/eða aðra, nota til sjálfsvígs, smygls eða stroks. Opnanleg fög skulu vera rafstýrð með takmarkaðri opnun og ekki skulu vera stormjárn á gluggum.				
Gluggakistur og gluggatjöld	Gluggakistur skulu ekki vera til staðar og gluggatjöld skulu vera á milli glerja.				
Hurðar	Hurð skal opnast út eða í báðar áttir þannig að ekki sé unnt að læsa sig inni t.d. með því að byrgja fyrir hurðina. Gluggi með öryggisglери skal vera á hurð til að tryggja sjónlínu. Gluggi á hurð skal útbúinn þannig að hægt er að opna og loka með lykli fyrir sjónlínu sem eingöngu starfsfólk hefur aðgang að. Ef rennihurðar eru notaðar skal tryggja að ekki sé hægt að nýta þær til sjálfsskaða. Rennihurð þarf að renna inn í vegg, frágangur hurðarkarma þarf að ganga fram yfir hurð þannig að ekki sé hægt að smeygja hengingaról milli samskeyta hurðar og hurðarkarms.				
Hurðarhúnar og lamir	Hurðarhúnar og lamir skulu útbúnir þannig að ekki sé hægt að hengja eða skaða sig á þeim. Sérhannaðir húnar og lamir fyrir geðdeildir skulu notaðir.				
Læsing	Læsing á hurð skal vera þannig að sjúklingur geti læst að sér innan frá en starfsfólk geti opnað hurð með lykli utan frá.				
Lýsing	Góð lýsing skal vera í rými og hægt er að stýra birtustigi. Óbrjótanleg ljós skulu vera í loftunum. Engir lampar með lausum snúrum eða óvörðum perum eiga að vera í rýmum.				
Gátljós/næturlýsing	Gátljós/næturlýsing skal vera við hvert herbergi sem er hægt að virkja utan frá og hönnuð þannig að starfsfólk geti sinnt eftirliti með sjúklingum.				
Ofnar	Ofnar ásamt hitastillum skulu varðir með tilliti til sjálfskaða og/eða skemmda. Allar pípulagnir skulu vera inni í veggjum eða kirfilega festum stökkum.				
Hljóðvist	Hljóðeinangrun skal vera í loftum/veggjum. Mikilvægt er að dempa hljóð og koma í veg fyrir bergmál.				
Innréttingar	Innréttingar skulu vera sjálfsvígsheldar og innréttingar eins og hillur og borð, skulu vera gólf eða veggfastar (þannig geta t.d. lokaðir klæðaskápar og fataslár o.fl. verið öryggisógn).				

Sjúkrastofur/svefnherbergi frh.

Sjúkrastofur/ svefnherbergi	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu /í ólagi
Húsgögn	Húsgögn þurfa að vera þung og gegnheil eða kirfilega fest í gólf/veggi þannig ekki sé hægt að brjóta þau eða kasta þeim. Húsgögn skulu vera sérhönnuð fyrir geðdeildir samkvæmt starfsemi deildar.				
Áklæði húsgagna	Húsgögn skulu vera bólstruð með brunavörðu efni sem mætir kröfum um sýkingavarnir (t.d. stamskinn).				
Rúm	Sjúkrarúm skulu vera sérhönnuð fyrir geðdeildir og mæta kröfum um öryggi og þægindi. Æskilegt er að hægt sé að stilla rúmin, bæði hæð, höfða- og fótagafl. Engar snúrur mega vera á rúmum. Rúmin verða að vera þung og möguleiki á að staðsetja þau á miðju gólfi. Rúmin þurfa að þola a.m.k. 350 kg þunga.				

Áhættustig og litamerkingar í töflu:

- 1

Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.
- 2

Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.
- 3

Áhættustig 3: Opið eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.
- Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.
- Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.
- Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Salernisaðstaða

Salerni og sturtum skal ávallt haldið snyrtilegum.

Salernisaðstaða	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: í lagi/í vinnslu / í ólagi
Veggir og loft	Veggir og loft skulu vera laus við hluti sem hægt er að nota til sjálfsskaða eða sem vopn gegn öðrum, t.d. myndarammar, speglar, krókar, snagar o.fl. Myndir skulu vera úr kirfilega festar í vegg og lausar við gler. Snagar og aðrir smáhlutir skulu vera úr óbrjótanlegu efni en gefa eftir ef þungi er meiri en 5 kg.				
Salerni	Salerni og handlaug eiga að vera óbrjótanleg og blöndunartæki innfelld í handlaug eða vegg.				
Sturtur	Blöndunartæki og lagnir skulu vera inni í veggjum og hitastig vatns skal stillt á 38 gráður. Eingöngu starfsmenn skulu hafa aðgang að hitastilli blöndunartækja.				
Speglar	Speglar eiga að vera óbrjótanlegir og límdir á vegg.				
Snagar og smáhlutir	Snagar og aðrir smáhlutir skulu vera úr óbrjótanlegu plasti en gefa eftir ef þungi er meiri en 5 kg.				
Sturtuhengi	Sturtuhengi og/eða sturtuslár skulu ekki vera til staðar.				
Hurðir	Hurð skal opnast út eða í báðar áttir þannig að ekki sé hægt að læsa sig inni t.d. með því að byrgja fyrir hurðina. Ef rennihurðar eru notaðar skal tryggja að ekki sé hægt að nýta þær til sjálfsskaða. Rennihurð þarf að renna inn í vegg, frágangur hurðarkarma þarf að ganga fram yfir hurð þannig að ekki sé hægt að smeygja hængingaról milli samskeyta hurðar og hurðarkarms.				
Gluggar	Óbrjótanlegt gler skal vera í gluggum. Frágangur glugga skal vera á þann hátt að ekki sé hægt að skaða sig og/eða aðra, nota til sjálfsvígs, smygls eða stroks. Opnanleg fög skulu vera rafstýrð með takmarkaðri opnun og ekki skulu vera stormjárn á gluggum.				
Hurðarhúnar og lamir	Hurðarhúnar og lamir skulu útbúnir þannig að ekki sé hægt að hengja eða skaða sig á þeim. Sérhannaðir húnar og lamir fyrir geðdeildir skulu notaðir.				
Læsing	Læsing á hurð skal vera þannig að sjúklingur geti læst að sér innan frá en starfsfólk geti opnað hurð með lykli eða skífu utanfrá.				
Golfefni	Gólfefni skulu vera stöm/byltuvarin.				

Áhættustig og litamerkingar í töflu:

- 1 Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.
 - 2 Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.
 - 3 Áhættustig 3: Opið eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.
-  Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.
-  Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.
-  Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Öryggissvæði/öryggisherbergi (extra care area)

Skal vera á deildum/stofnunum sem teljast vera á áhættustigi 1. Það þjónar eingöngu þeim tilgangi að tryggja sjúklingum og starfsmönnum öryggi þegar ástand sjúklunga er metið alvarlegt m.t.t. ofbeldis- og/eða sjálfsvígshættu. Það er notað til að draga úr áreiti og tryggja öryggi en skal aldrei nota sem refsingu eða einangrun. Öryggissvæði/öryggisherbergi skal innihalda sérhannað rúm fyrir geðdeildir. Aðstaðan þarf að vera hönnuð þannig að unnt sé að bjóða upp á dægradvöl, virkni og slökun t.d. sjónvarp, setustofu, aðstöðu til að matast o.fl.

Öryggissvæði/ öryggisherbergi	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu /í ólagi
Veggir og loft	Veggir og loft skulu vera laus við hluti sem hægt er að nota til sjálfskaða eða sem vopn gegn öðrum, t.d. myndarammar, speglar, krókar, snagar o.fl. Myndir skulu vera úr kirfilega festar í vegg og lausar við gler. Snagar og aðrir smáhlutir skulu vera úr óbrjótanlegu efni en gefa eftir ef þungi er meiri en 5 kg.				
Sjónlínur	Sjónlínur skulu vera til staðar þannig að engir blindir blettir séu í rýminu.				
Gluggar	Óbrjótanlegt gler skal vera í öllum gluggum. Frágangur glugga skal vera á þann hátt að ekki sé hægt að skaða sig og/eða aðra, nota til sjálfsvígs, smygls eða stroks. Opnanleg fög skulu vera rafstýrð með takmarkaðri opnun og ekki skulu vera stormjárn á gluggum.				
Gluggakistur og gluggatjöld	Gluggakistur skulu ekki vera til staðar og gluggatjöld skulu vera á milli glerja.				
Hurðar	Hurð skal opnast út eða í báðar áttir þannig að ekki sé unnt að læsa sig inni t.d. með því að byrgja fyrir hurðina. Gluggi með öryggisglери skal vera á hurð til að tryggja sjónlínu. Gluggi á hurð skal útbúinn þannig að hægt er að opna og loka með lykli fyrir sjónlínu sem eingöngu starfsfólk hefur aðgang að. Ef rennihurðar eru notaðar skal tryggja að ekki sé hægt að nýta þær til sjálfsskaða. Rennihurð þarf að renna inn í vegg, frágangur hurðarkarma þarf að ganga fram yfir hurð þannig að ekki sé hægt að smeygja hængingaról milli samskeyta hurðar og hurðarkarms.				
Raflæsing hurða	Hurðir skulu hafa raflæsinguna sem starfsfólk stýrir. Raflæsing skal uppfylla kröfur um rýmingu.				
Hurðarhúnar og lamir	Hurðarhúnar og lamir skulu útbúnir þannig að ekki sé hægt að hengja sig eða skaða sig á þeim. Sérhannaðir húnar og lamir fyrir geðdeildir skulu notaðir.				
Lýsing	Góð lýsing skal vera í rými og hægt er að stýra birtustigi. Óbrjótanleg ljós skulu vera í loftunum. Engir lampar með lausum snúrum eða óvörðum perum eiga að vera í rýminu.				
Gátljós/næturlýsing	Gátljós/næturlýsing skal vera við hvert herbergi sem er hægt að virkja utan frá og hönnuð þannig að starfsfólk geti sinnt eftirliti.				
Ofnar	Ofnar ásamt hitastillum skulu varðir með tilliti til sjálfskaða og/eða skemmda. Allar pípulagnir skulu vera inni í veggjum eða kirfilega festum stokkum.				
Hljóðvist	Hljóðeinangrun skal vera í loftum/veggjum. Mikilvægt er að dempa hljóð og koma í veg fyrir bergmál.				
Innréttingar	Innréttingar skulu vera sjálfsvígsheldar og innréttingar eins og hillur og borð, skulu vera gólf- eða veggfastar (þannig geta t.d. lokaðir klæðaskápar og fataslár o.fl. verið öryggisógn).				
Húsgögn	Húsgögn þurfa að vera þung og gegnheil eða kirfilega fest í gólf/veggi þannig ekki sé hægt að brjóta þau eða kasta þeim. Húsgögn skulu vera sérhönnuð fyrir starfseminu.				
Áklæði húsgagna	Húsgögn skulu vera bólstruð með brunavörðu efni sem mæta kröfum um sýkingavarnir (t.d. stamskinn).				

Öryggissvæði/öryggisherbergi frh.

Öryggissvæði/ öryggisherbergi	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu / í ólagi
Rúm	Sjúkrarúm skulu vera sérhönnuð fyrir geðdeildir og mæta kröfum um öryggi og þægindi. Æskilegt er að hægt sé að stilla rúmin, bæði hæð, höfða- og fótagafl. Engar snúrur mega vera á rúmum. Rúmin verða að vera þung og möguleiki á að staðsetja það á miðju gólfi. Rúmin þurfa að þola 350 kg þyngd.				
Reykherbergi	Reykherbergi skal vera í rými sem er loftræst þannig að svefnrými sjúklings og vistarvera sjúklings og starfsfólks sé reykfrítt.				
Salerni	Salerni og handlaug skulu vera óbrjótanleg. Blöndunartæki skulu vera innfelld í handlaug eða vegg.				
Sturtur	Blöndunartæki og lagnir skulu vera inni í veggjum og hitastig vatns skal stillt á 38 gráður. Eingöngu starfsmenn skulu hafa aðgang að hitastilli blöndunartækja.				
Speglar	Speglar eiga að vera óbrjótanlegir og límdir á vegg.				
Snagar og smáhlutir	Snagar og aðrir smáhlutir skulu vera úr óbrjótanlegu plasti en gefa eftir ef þungi er meiri en 5 kg.				
Sturtuhengi	Sturtuhengi og/eða sturtuslár skulu ekki vera til staðar.				
Gólfefni	Gólfefni skulu vera stöm/byltuvarin.				
Salernishurð	Hurð skal hafa raflæsingu inn af öryggisherbergi sem starfsfólk stýrir. Gægjugat frá öryggissvæði skal vera á hurð.				

Áhættustig og litamerkingar í töflu:

- 1 Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.
- 2 Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.
- 3 Áhættustig 3: Opíð eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.

 Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.

 Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.

 Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Tæki

Gæta skal sérstakrar varúðar varðandi tæki sem sjúklingar hafa aðgang að. Tæki þurfa að vera varin og/eða aðgangsstýrð. Einnig skal hafa sérstakar gætur varðandi tæki í eigu sjúklinga og/eða starfsfólks eins og farsíma og tölvur m.t.t. hljóð og/eða myndatöku.

Tæki	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu /í ólagi
Sjónvarp	Sjónvarp skal vera í lokuðum, kirfilega festum skáp með óbrjótanlegu gleri.				
Tölvur og fylgihlutir	Borðtölvur, spjaldtölvur, leikjatölvur, útvörp, tónlistarspilarar, hátalarar o.fl. skal geyma á öruggu svæði og/eða festar niður og snúrur liggja í stokk eða í læstum skáp.				
Símtæki	Þráðlausir símar skulu vera á deildum fyrir sjúklinga sem ekki hafa kost á að nota eigin farsíma. Hlaða skal farsíma í læstu rými og geyma þar snúrur og hleðslutæki.				
Líkamsræktartæki	Líkamsræktartæki og tól skal geyma í læstum skápum eða herbergjum þannig að unnt sé að aðgangstýra aðstöðunni og tryggja eftirlit með notkun líkamsræktartækjanna.				
Reykskynjarar og úðakerfi	Hlífar skulu vera fyrir úðakerfi.				

Áhættustig og litamerkingar í töflu:

1 Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.

2 Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.

3 Áhættustig 3: Opið eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.

 Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.

 Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.

 Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Reykaðstaða

Skal vera á lokuðum deildum/stofnunum fyrir sjúklinga sem ekki geta nýtt reykaðstöðu utandyra. Reykaðstaða skal vera læst herbergi innan deildar sem er sem er aðgangsstýrt af starfsfólki. Herbergið skal eingöngu notað fyrir reykingar og vera vel loftræst. Engir hlutir aðrir en stubbahús eða öskubakki úr efni sem ekki er hægt að bræða eða brjóta skulu vera á reykherbergi og skoða mætti að hafa veggfasta kveikjara (flameless lighter).

Reykaðstaða	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu / í ólagi
Veggir og loft	Veggir og loft skulu vera laus við hluti sem hægt er að nota til sjálfskaða eða sem vopn gegn öðrum, t.d. myndarammar, speglar, krókar, snagar o.fl. Myndir skulu vera úr kirfilega festar í vegg og lausar við gler. Snagar og aðrir smáhlutir skulu vera úr óbrjótanlegu efni en gefa eftir ef þungi er meiri en 5 kg.				
Gluggar	Óbrjótanlegt gler skal vera í gluggum. Frágangur glugga skal vera á þann hátt að ekki sé hægt að skaða sig og/eða aðra, nota til sjálfsvígs og nýta til smygls eða stroks. Opnanleg fög skulu vera rafstýrð með takmarkaðri opnun og ekki skulu vera stormjárn á gluggum.				
Gluggakistur og gluggatjöld	Gluggakistur skulu ekki vera til staðar og gluggatjöld skulu vera á milli glerja.				
Hurð	Hurð skal opnast út eða í báðar áttir þannig að ekki sé unnt að læsa sig inni t.d. með því að byrgja fyrir hurðina. Gluggi með öryggisgleri skal vera á hurð til að tryggja sjónlínu. Ef rennihurðar eru notaðar skal tryggja að ekki sé hægt að nýta þær til sjálfsskaða. Rennihurð þarf að renna inn í vegg, frágangur hurðarkarma þarf að ganga fram yfir hurð þannig að ekki sé hægt að smeygja hengingaról milli samskeyta hurðar og hurðarkarms.				
Hurðahúnar og lamir	Hurðarhúnar og lamir skulu útbúnir þannig að ekki sé hægt að hengja sig eða skaða sig á þeim. Sérhannaðir húnar og lamir fyrir geðdeildir skulu notaðir.				
Loftræsting	Reykaðstaða skal vera vel loftræst.				

Áhættustig og litamerkingar í töflu:

- 1 Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.
 - 2 Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.
 - 3 Áhættustig 3: Opið eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.
-  Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.
-  Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.
-  Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Garður:

Deildir/stofnanir skulu hafa aðgang að útivistarsvæði sem er ýmist opið eða lokað svæði.

Garður	Nánari skilgreining	1	2	3	Athugun/dags: Í lagi/í vinnslu /í ólagi
Garður	Aðgangur að útivistarsvæði skal vera til staðar. Garðurinn þarf að bjóða upp á svæði þar sem unnt er að hreyfa sig og svæði til slökunar. Garður skal vera snyrtilegur og grænn (gras, plöntur).				
Lokaður garður	Geðdeildir á áhættustigi 1 og 2 skulu hafa aðgang að lokuðum garði. Garðurinn þarf að bjóða upp á svæði þar sem unnt er að hreyfa sig og svæði til slökunar. Garður skal vera snyrtilegur og grænn (gras, plöntur). Húsgögn skulu vera þung og fest niður (óhreyfanleg). Girðing utan um garðinn þarf að vera þannig að ekki sé hægt að klifra yfir hana til að koma í veg fyrir slys, strok og óboðna gesti. Neyðarútgangur skal vera á girðingu.				
Aðgengi að lokuðum garði	Aðgengi að lokuðum garði þarf að vera greiður. Beint aðgengi þarf að vera til staðar frá deild/stofnun þannig að lokaðar deildir/stofnanir geti boðið upp á frjálst aðgengi að lokuðum garði.				

Áhættustig og litamerkingar í töflu:

- 1

Áhættustig 1: Lokað úrræði fyrir mjög alvarlega eða bráða áhættu.
- 2

Áhættustig 2: Lokað úrræði fyrir verulega áhættu og sérhæfða þjónustupörf.
- 3

Áhættustig 3: Opið eða opnara úrræði fyrir minni eða miðlungs áhættu.
- Grænn reitur merkir að skilgreindur þáttur skal vera til staðar á deild/stofnun fyrir viðkomandi áhættustig.
- Svartur reitur merkir að ekki er gerð krafa um að skilgreindur þáttur sé til staðar.
- Bleikur reitur merkir að skilgreindur þáttur er matsatriði eða er ólíkur á milli deilda/stofnana innan sama áhættustigs.

Heimildir

James, K., Stewart, D., Wright, S. og Bowers, L. (2012). Self-harm in adult inpatient psychiatric care: a national study of incident reports in the UK. *Int J Nurs Stud*, 49(10), 1212-1219. doi:10.1016/j.ijnurstu.2012.04.010

Kozel, B., Grieser, M., Abderhalden, C. og Cutcliffe, J. R. (2016). Inter-rater reliability of the German version of the Nurses' Global Assessment of Suicide Risk scale. *Int J Ment Health Nurs*, 25(5), 409-417. doi:10.1111/inm.12193

Landlæknir. (2019). 10 valdar dánarorsakir 1996-2017. Sótt af <https://www.landlaeknir.is/tolfraedi-og-rannsoknir/tolfraedi/danarorsakir/>

Mills, P. D., King, L. A., Watts, B. V. og Hemphill, R. R. (2013). Inpatient suicide on mental health units in Veterans Affairs (VA) hospitals: avoiding environmental hazards. *Gen Hosp Psychiatry*, 35(5), 528-536. doi:10.1016/j.genhosppsych.2013.03.021

Watts, B. V., Young-Xu, Y., Mills, P. D., DeRosier, J. M., Kemp, J., Shiner, B. og Duncan, W. E. (2012). Examination of the effectiveness of the Mental Health Environment of Care Checklist in reducing suicide on inpatient mental health units. *Arch Gen Psychiatry*, 69(6), 588-592. doi:10.1001/archgenpsychiatry.2011.1514

Höfundar:

Eyrún Thorstensen (ábyrgðamaður/verkefnastjóri), Egill T. Jóhannsson, Guðmundur Sævar Sævarsson, Helga Sif Friðjónsdóttir, Jóhanna Guðmunda Þórisdóttir og Jón Snorrason.

Fyrst útgefið 2022: Embætti landlæknis.
Endurútgáfa 2026: Lífsbrú – miðstöð sjálfsvígisforvarna



Embætti landlæknis



Lífsbrú
Miðstöð sjálfsvígisforvarna