

Tonårssäkra hemmet

Använd medicinskåp

När ditt barn blir tonåring kan du behöva säkra hemmet på nya sätt. Självmordsförsök är ofta impulsiva, och som förälder kan du minska risken för allvarlig läkemedelsförgiftning genom att tonårssäkra hemmet.

Ökad psykisk ohälsa bland unga

Samtalen till Giftinformationscentralen om läkemedelsförgiftningar i självskadesyfte har ökat de senaste åren, särskilt gällande unga kvinnor. Både receptbelagda och receptfria mediciner är vanligt förekommande vid självskada och självmord.

Skydda din tonåring

När barn blir tonåringar är det inte längre vassa hörn de behöver skyddas mot. Mediciner som är lätta att komma åt kan bli ett medel för självskada eller till och med självmord. Se till att din tonåring inte kan få tag på stora mängder medicin vid fel tillfälle, till exempel i en akut krissituation.

Var förvarar du dina mediciner?

Här är några exempel på ställen där du **inte** bör förvara medicin:

- ✗ Badrumsskåpet.
- ✗ Byrålådan.
- ✗ Sängbordet.
- ✗ Köksskåpet.
- ✗ Handväskan eller portföljen.

Genom att **förvara alla mediciner inlåsta** – gärna i ett medicinskåp – kan du förhindra eller fördröja allvarlig läkemedelsförgiftning. Det gäller även våra vanligaste receptfria mediciner.

Fem tonårssäkra tips

- ✓ Förvara alla mediciner inlåsta, gärna i medicinskåp.
- ✓ Förvara även receptfri medicin inlåst.
- ✓ Förvara inte stora mängder medicin hemma.
- ✓ Lämna in oanvända och gamla mediciner på apotek.
- ✓ Gör medicinerna till ditt ansvar.

Orolig? Hit kan du vända dig

Är du orolig för ditt barn eller ett barn i din närhet? Här är några tips på vart du kan vända dig för att få råd och stöd.

[Stöd och råd för vuxna | Bris](#)

[Mind – Föräldralinjen](#)

[1177 – När barn mår psykiskt dåligt](#)

[Hjälplinjen](#)

Har ditt barn visat tecken på självskadebeteende eller uttryckt känslor av hopplöshet eller depression ska du omedelbart söka hjälp hos en barn- och ungdomspsykiater eller annan vårdpersonal.

Om det är akut, ring alltid 112.

Läs mer på giftinformation.se/tonårssäkra

