



## [Eilen yritin elää, tänään yritän kuolla](#)

Vuosi 2018 on juuri alkanut. Viime vuoteni on ollut pahin tähän mennessä ja pelkään että tämä vuosi on vielä pahempi.

Olen ollut keskivaikeasti masentunut noin kolme vuotta. Kärsinyt huomaamattomasti syömishäiriöistä, paniikkikohtauksista ja viiltelystä. Viime syksynä yritin itsemurhaa, mutta en ehkä kovin kunnolla koska en onnistunut. Jouduin sitten hetkeksi suljetulle osastolle, mutta valehtelin olostani ja tunteistani ja pääsin kotiin nopeasti.

Olen aina ollut kova valehtelemaan ja se on suuri osa ongelmiani, mutta valehtelen koska en halua huolestuttaa perhettäni. Tiedän että itsetuhoiset tuntemukset ovat masennuksen syytä, mutta ne tuntuvat niin oikeilta ja hyviltä että en voi olla uskomatta niitä.

En tiedä kuinka jaksaisin vielä ysin loppuun, kun tuntuu että voisin tappaa itseni millä hetkellä hyvänsä. Samanlainen tunne kuin viime syksynä. Tuntui tällaiseltä tyhjältä ja harmaalta ja en edes kunnolla ehtinyt tajuta, että otin juuri kasan lääkkeitä ja alkoholia ja viilsin toisen ranteeni auki.

Pelkään että mielessäni taas naksahdaa jokin ja yhtäkkiä olen tappamassa taas itseäni. Jos jollain on samanlaisia tuntemuksia (pahoittelen mutta), olen helpottunut koska tunnen olevani ihan yksin. Tiedän, että ei ole oikein tehdä itselleen pahaa mutta se tuntuu vain niin aidosti oikealta ja parhaalta ratkaisulta.

---

**Source URL:**

<https://nuortenlinkki.fi/tarinat/lue-tarinoita/vuodelta/2018/eilen-yritin-elaa-tanaan-yritan-kuolla>