

Helhetlig oppfølging av mennesker som har vært utsatt for traumatiske hendelser

Lars Lien,
Kompetansesenter for helhetlig
oppfølging etter kriser,
Terningen nettverk

25. Oktober 2013

Er det et behov?

- Lars Weisæth;
Er det noe som er typisk etter 150 år med traume forskning så er det mangel på helhetlig oppfølging
- Legeforeningen;
Traumatiserte flyktninger må få bedre hjelp. Behov for høyspesialiserte behandlingstjenester
- Forsvaret;
Afghanistan veteraner ikke sykere enn annen ungdom (burde de vært friskere?)

Migranter med krigstraumer i poliklinisk behandling

- Majoriteten har PTSD og eller DESNOS
- Høyt sykdomstrykk
- Høy grad av komorbide lidelser
- Stor andel med smerter
- Svak sosial integrering i både norske og eget etnisk miljø
- Høy arbeidsledighet
- Svært lav livskvalitet

Fra virkeligheten

- Slått ned etter en fest – overlever så vidt
- Sover dårlig om nettene, isolerer seg, flashback på dagtid. Klarer ikke å lese avisa eller se TV.
- Langvarige sykmeldinger.
- Samboerbrudd.
- Langsom opptrening med samtaler, exponering og fysisk aktivitet.
- Blir aldri bra. Utfør og tilsyn av hjemmesykepleien.
- Noe rusk fra før?

KLINISKE MANIFESTASJONER

- Hyppige mareritt om det de har opplevd
- Kan få sterke angstreaksjoner når de leser eller opplever noe som har tilknytning til det som har skjedd
- Prøver konsekvent å la være å tenke på hendelsene og prøver også å unngå å snakke om dem
- Får problemer med å sovne om kvelden, og ligger ofte våken i 2 timer eller mer før de sovner. Begrenset effekt av sovemedikasjon
- Føler at de alltid er på vakt mot mulige påminnelser, anspent, klarer ikke å slappe av.
- Isolerer seg mer og mer. Sykemeldes ofte.

ANDRE KLINISKE MANIFESTASJONER...

- Sterk angst når borte fra hjemmet i mer enn et par timer, og kan da få anfall med skjelvinger, svetting, svimmelhet og hyperventilasjon. Bli nærmest arbeidsudyktig.
- Av og til angst når de reiser med kollektive transportmidler, og er omgitt av mange mennesker

DIAGNOSTISKE KRITERIER FOR PTSD:

A. TRAUMEKRITERIET

Utenfor det vanlige

Sterkt forstyrrende eller smertelig for nesten alle mennesker,

Alvorlig trussel mot eget liv eller fysiske integritet;

Alvorlig skade på ens barn, ektefelle eller nære venner, ødeleggelse av hjem og lokalsamfunn

Å se en som har blitt alvorlig skadet eller drept som resultat av ulykke eller fysisk vold.

Typer traumer I

Offeret opplever ikke at det er gjort med "vilje" eller ond hensikt.

Eksempler:

- Bilulykker
- Branner
- Naturkatastrofer (flom, jordskjelv)
- Alvorlig sykdom

Typer traumer II

Traumer som resultat av overgrep utført av andre mennesker, blant annet:

- voldtekt
- barnemishandling
- incest
- tortur
- krigstraumer
- Holocaust, folkemord

B. INTRUSJONSKRITERIET

Traumet blir vedvarende gjenopplevd:

- gjentagne invaderende minner om hendelsen (for barn: repetitiv lek med relasjon til traumet),
- gjentagne drømmer om hendelsen (mareritt), plutselig føle at det gjentar seg (flashbacks etc.)
- intens psykisk ubehag når man er utsatt for noe som kan symbolisere den traumatiske hendelsen.

C. UNNVIKELSESKRITERIET

- Unngåelse av stimuli forbundet med den traumatiske hendelsen.
- Minsket interesse for omgivelsene, en innskrenking i følelseslivet.
- En følelse av det er lite å vente seg av framtiden, at den virker forkortet.

D. AKTIVISERINGSKRITERIET

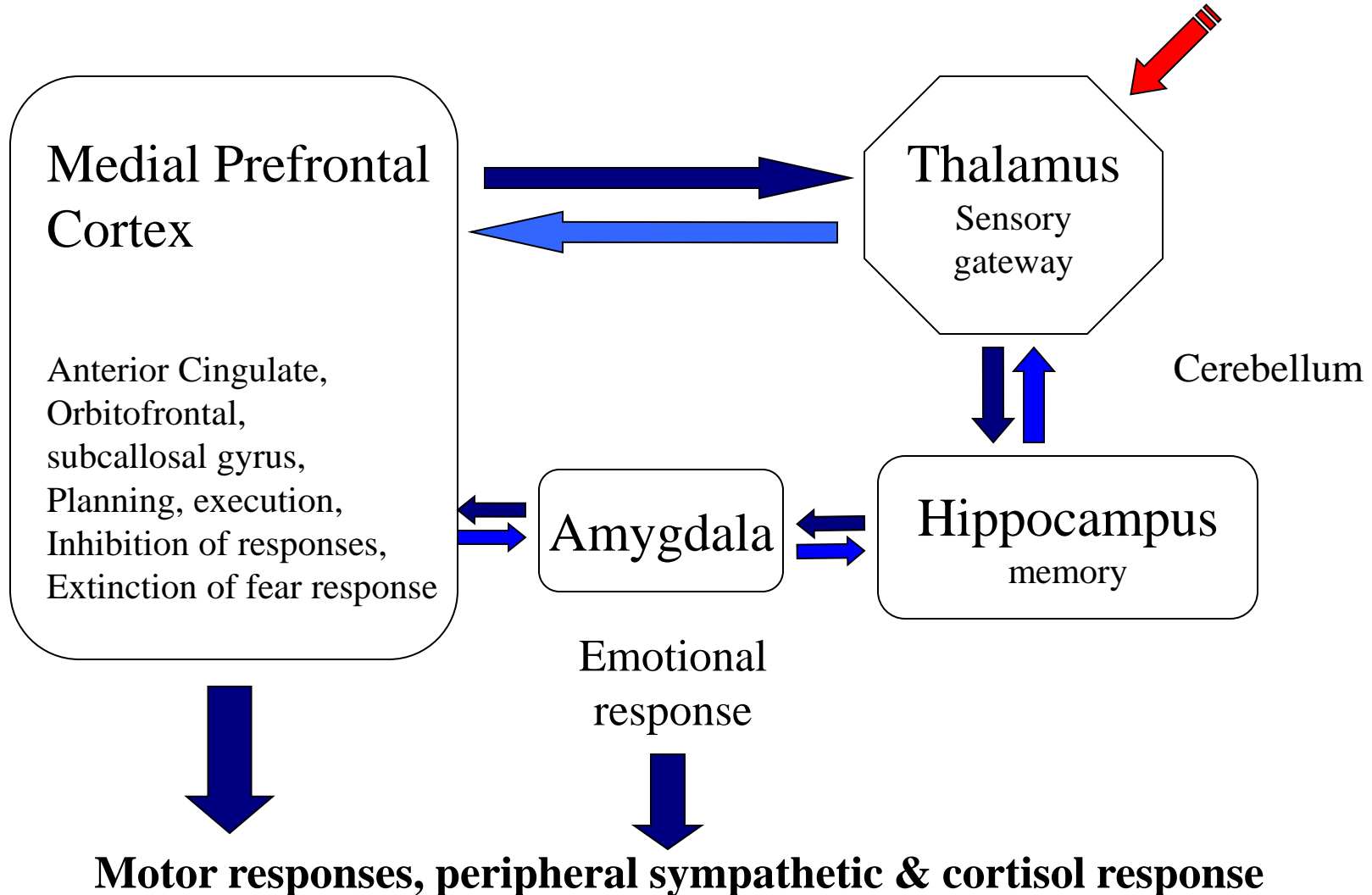
Vedvarende symptomer på økt fysiologisk aktivering:

- med søvnvansker,
- irritabilitet eller sinneutbrudd,
- på-vakt holdning
- konsentrasjonsvansker,
- skvettenhet

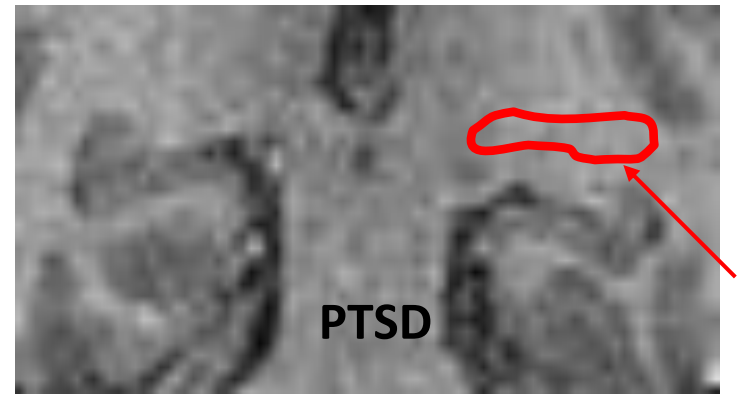
Posterior Cingulate, Parietal & Motor Cortex

Visuospatial processing & assessment of threat

**Sensory
inputs**

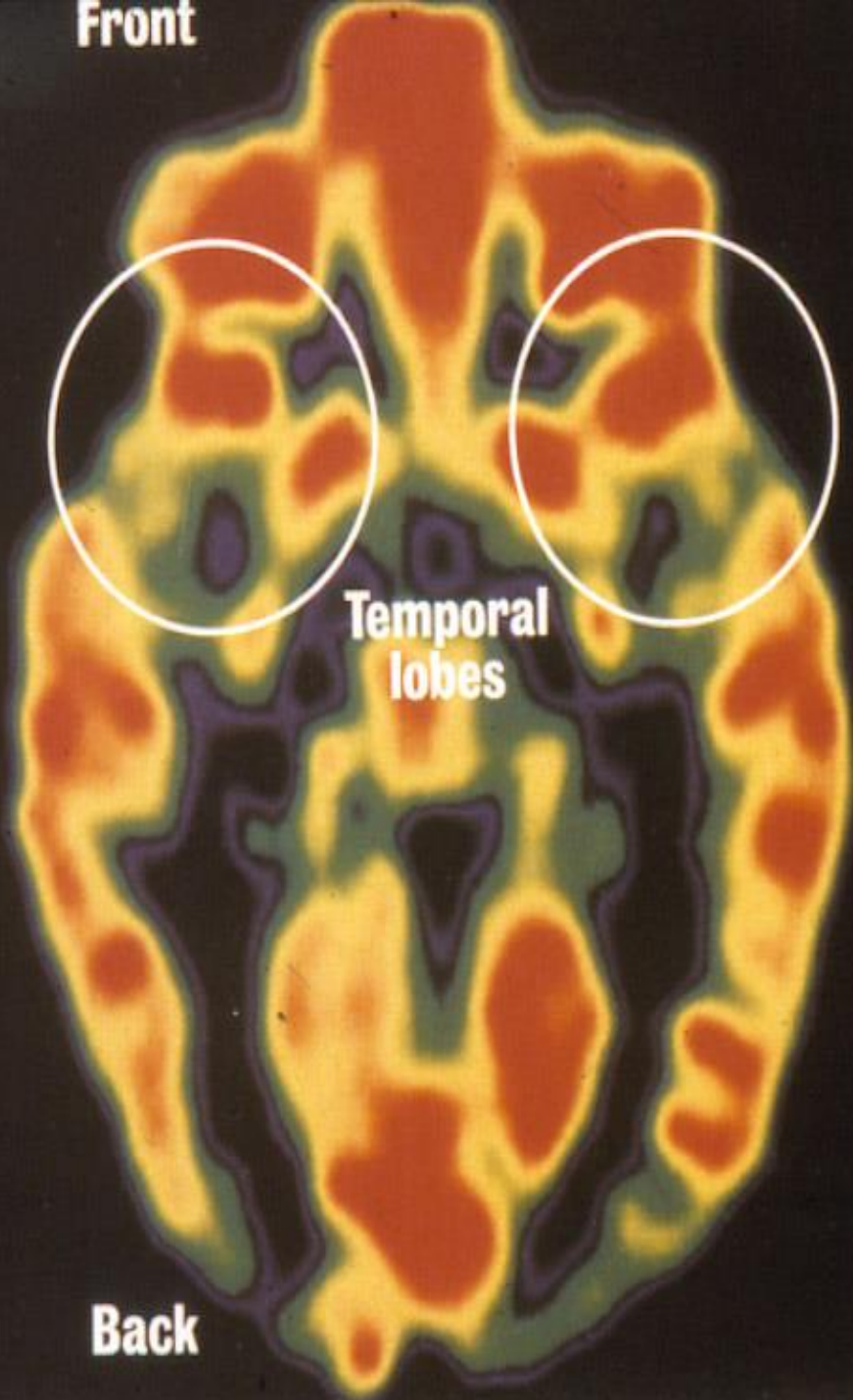


Hippocampus

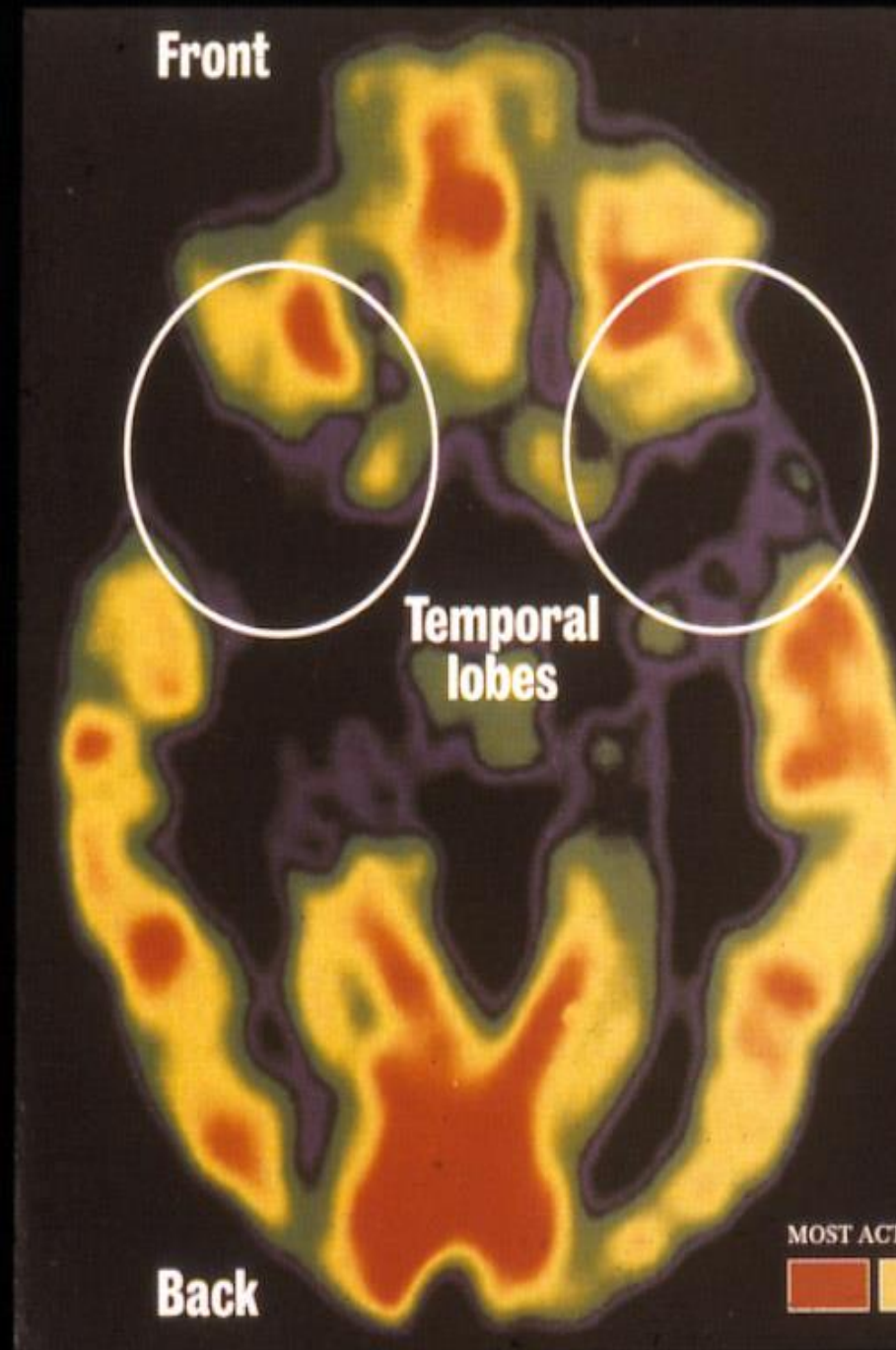


Bremner et al. *Am J Psychiatry*. 1995; 152:973-981.
Bremner et al. *Biol Psychiatry*. 1997; 41:23-32.

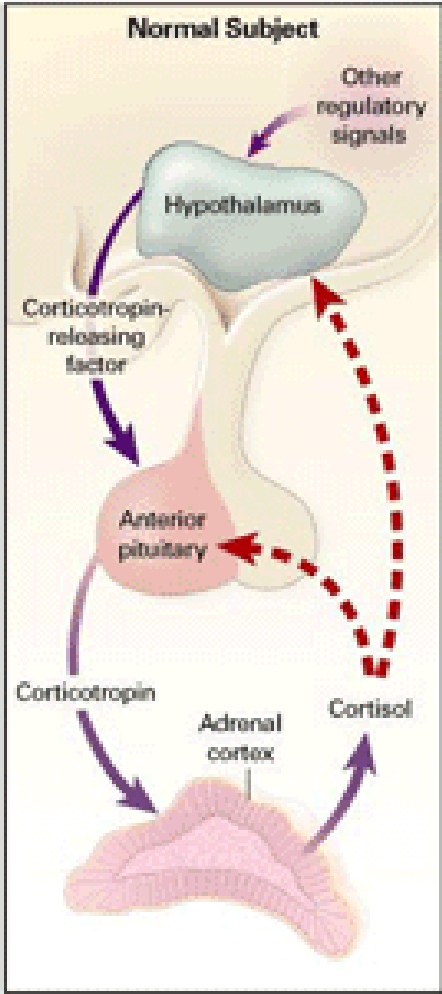
Front



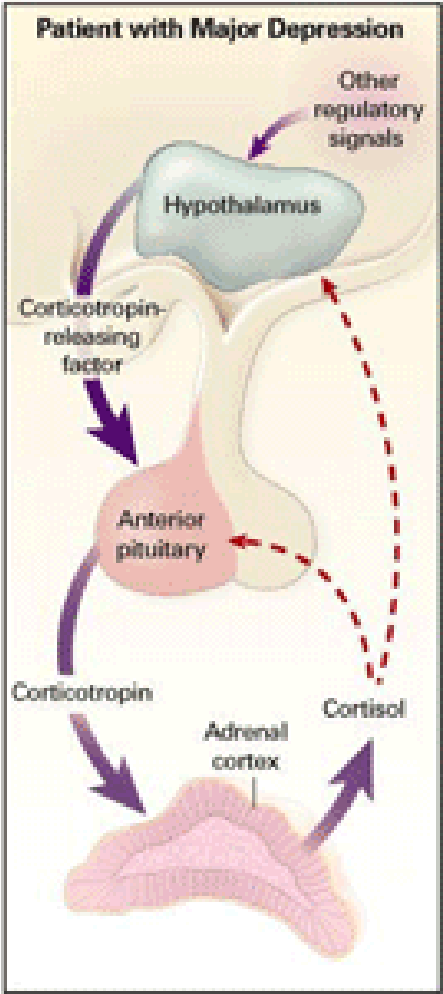
Front



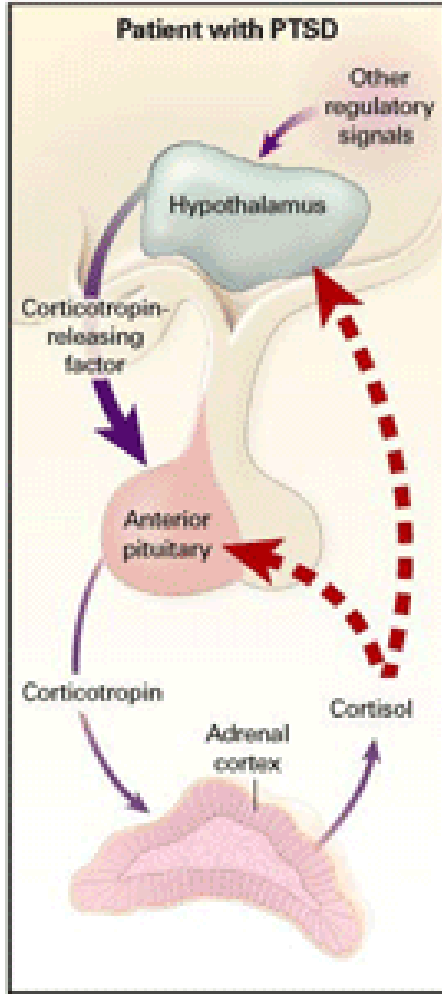
A



B



C



FORLØP OG PROGNOSE

- Selv om de fleste personer som eksponeres for traumer spontanhelbredes, viser oversiktsartikler at ca. 30% utvikler vedvarende **PTSD** symptomer
- Norsk industriulykke: 80% hadde akutte PTSD symptomer, men bare 19% etter 4 år
- Undersøkelser av trafikkskadde: 2% hadde PTSD etter 1 år
- Uførhet: Bare 40% av tidligere konsentrasjonsleirfanger var i arbeid 12-18 år senere
- Voldtektsofre I Oslo: Ett år etter overgrepet hadde 49% utviklet en eller flere psykiatriske lidelser relatert til traumet ; 30% hadde fullt utviklet PTSD

Voldtekt og psykiske senskader

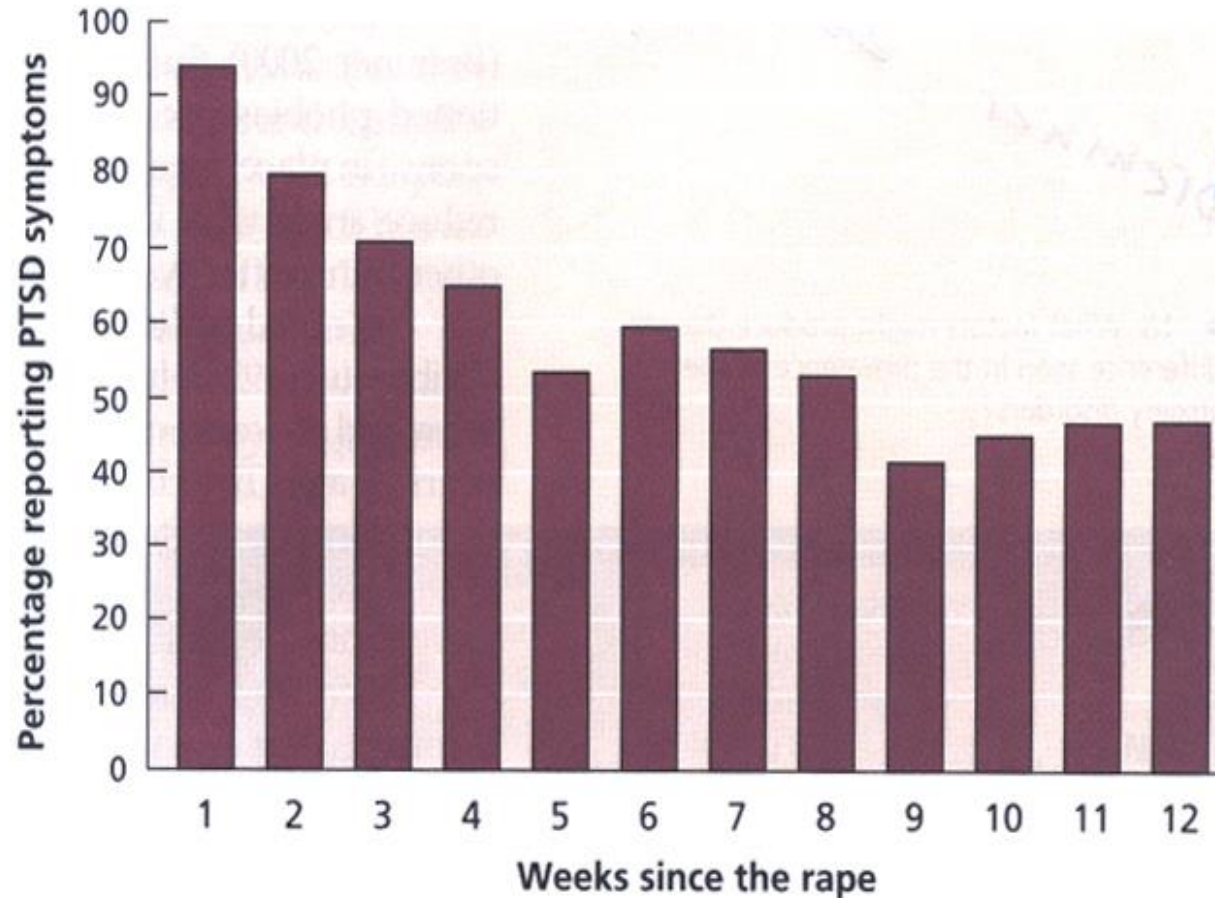


FIGURE 14.10 Symptoms of PTSD reported over three months following being raped. Nearly half of the women continue to be diagnosed with PTSD three months after the traumatic event.

Data from Foa et al., 1995.

F62 Vedvarende personlighetsforandringer som ikke skyldes skade eller sykdom i hjernen

- Forstyrrelser i voksen personlighet hos individer uten tidligere personlighetsforstyrrelser
- Etter eksponering for katastrofale eller voldsomme, langvarige påkjenninger,
- Klar og vedvarende forandring av individets mønster for oppfatning, omgang med og tenkning om omgivelsene og seg selv.
- Betydelig og forbundet med maladaptiv og lite fleksibel atferd som ikke var til stede før den patogene hendelsen.
- Forandringen skal ikke være en direkte manifestasjon av en annen psykisk lidelse eller en residualtilstand etter en tidligere lidelse.

PSYKODYNAMISKE ASPEKTER VED TORTUR OG MELLOMMENNESKELIG VOLD

- traumet gjenoppleves for psykologisk å mestre hjelpeløsheten (Freud, 1920)
- traumets internalisering som et ondt objekt (Fairbairn, 1954)
- forholdet til egen kropp er skadet
- forholdet til andre mennesker og indre objekter er skadet (overlevelsesskyld, skam)
- forholdet til den ytre verden er skadet (Amati, 1987)
- viktige forsvarsmekanismer: dissosiering, somatisering, redusert impulskontroll, paranoid tankeinnhold

Fysiske symptomer

- Neurologiske symptomer (for eksempel lammelser, anesthesi, vertigo, kronisk hodepine) etter forskjellige voldstraumer, isolasjon og underernæring/utmattelse
- Arrdannelse, fortykning av negler, underhudsforandringer etter voldstraumer
- Nedsatt hørsel, tinnitus etter skade mot hodet/øret

SOMATISKE SMERTETILSTANDER

- Relatert til fysiske skader; bindevev, ledd, muskler
- Somatiske smertetilstander og somatisering går ofte sammen og gir kroniske smertetilstander
- Innskrenket bevegelighet etter brudd, kutt eller skuddskader

Hva er et kompetansesenter?

- Må være et visst mål av initiert forskning
- Stor grad av formidling basert på erfaring fra forskning og/eller klinikk
- Har det egen klinisk praksis?
- Kan det fungere som en nettverksmodell?

Hva vil vi oppnå?

- Gi et bedre tilbud til mennesker som opplever kriser over tid slik at de opplever økende grad av mestring og evne til å opprettholde et «normalt» liv.
- Prøve ut alternative metoder og forske på effekten av det.

Helhetlig oppfølging

Livstil; rus, mat,
fysisk aktivitet

Psykoedukasjon
Mentalisering

Arbeid, bolig og
fritid

Eksistensielle
behov og
mening i livet

Nettverk,
relasjon og
familie

Hvilke grupper kan vi følge?

- Veteraner, nye og ikke «gamle»
- Innvandrere, 1. generasjon
- Voldtektsmottatte
- Intensivpasienter
- Krisesenter kvinner og barn

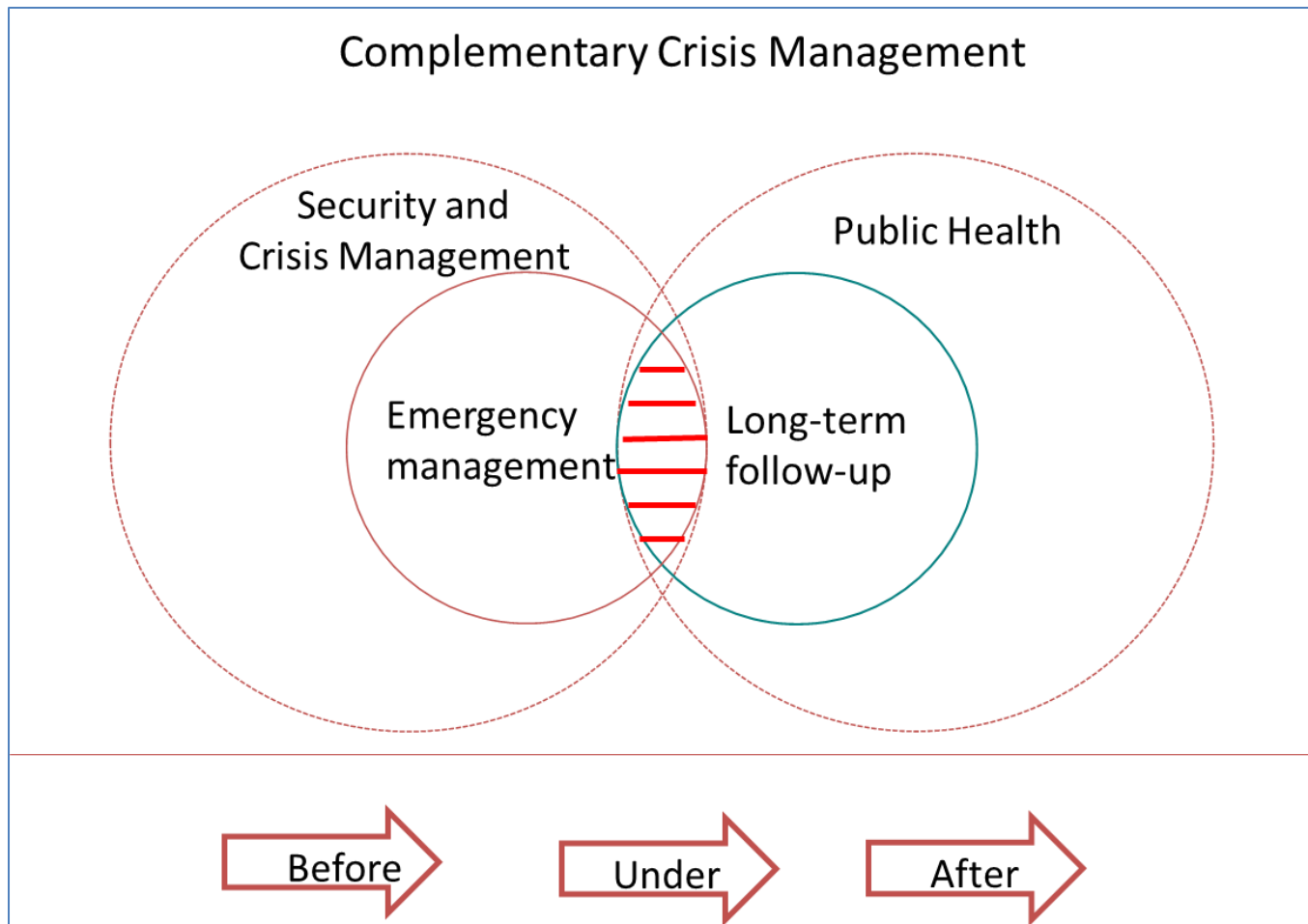
Forebygging versus behandling

- Skal vi bare primær eller også sekundær forebygge?
- Kan vi forebygge utvikling av psykisk sykdom hos traumatiserte?
- Når skal vi komme til? Etter psykososial oppfølging? Når det første symptomet melder seg hos fastlegen?
- Vil selv et forebyggende tiltak virke medikaliserende og gjøre vondt verre?

Hvem samarbeider vi med

- Allmennleger i et område
- Frisklivscentralen
- Tannhelse for innvandrere
- Hernes institutt
- Sykehuset Innlandet
- Modum Bad
- Forskere/klinikere ved Campus Elverum

Forslag til mastergradsstudium



Hva kan vi overvåke?

- Tannstatus – god indikator på generell helse
- Rus - viktig å oppdage tidlig og ofte en form for selvmedisinering
- Familieoppløsning – ofte store konsekvenser
- Forbruk av NAV stønader
- Forbruk av helsetjenester og medikamenter

Brian var udsendt i krig: Terapihaven blev hans redning

- 39-årige Brian Palacios har været i stressbehandling i terapihaven i Hørsholm, efter at han fik konstateret posttraumatisk stress

