

Intensieve Trauma Behandeling: een korte exposurebehandeling voor jongeren met PTSS

Inside Out – Academische Werkplaats Jeugd Nijmegen

Wat is het?

Het ontwikkelen van een kortdurende intensieve exposurebehandeling voor jongeren met posttraumatische stressstoornis (PTSS), inclusief een bijbehorend programma voor ouders en het onderzoeken van de effectiviteit van deze behandeling.

Aanleiding

Een PTSS is een beperkende stoornis met grote psychologische gevolgen, zeker voor jongeren. Als PTSS niet behandeld wordt, vergroot dat onder meer de kans op het opnieuw meemaken van traumatische ervaringen, suïcidepogingen en andere angst- en stemmingsklachten. De huidige evidence based behandelprogramma's voor adolescenten met PTSS, Trauma-Gerichte Cognitieve Gedragstherapie (TF-CGT) en Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR), hebben nadelen: de uitval bij deze programma's is hoog, de effectieve onderdelen worden in de klinische praktijk vaak niet of in een te lage dosering gebruikt en behandelingen duren vaak lang. Eerder internationaal onderzoek geeft aanwijzingen dat het intensiveren van de behandeling (meer sessies in een korte tijd) deze nadelen mogelijk kan verminderen.

Onderzoek

Er is een kortdurende intensieve exposurebehandeling ontwikkeld voor adolescenten (tussen de 12 en 18 jaar oud) met PTSS. Tijdens de behandeling stelt de adolescent zich bloot aan de herinnering aan de traumatische gebeurtenis en aan spullen of situaties die aan het trauma doen denken. Het programma duurt 1 week (5 dagen, 3 x 90 minuten exposure per dag). Aansluitend zijn er 3 sessies in de 4 daaropvolgende weken. Tevens is er een parallelprogramma waarin ouders leren hun kind adequaat steun te geven als deze iets vertelt over de traumatische ervaring. Bovendien leren ze in het gezin situaties die voor hun kind – vanwege het trauma – stressvol zijn, minder te vermijden.

De effecten van deze aanpak werden onderzocht in een design waarbij de PTSS-klachten van 10 adolescenten herhaaldelijk gemeten werden: wekelijks voorafgaand, tijdens en na de behandeling. Hierbij varieerde het moment waarop de behandeling startte. De adolescenten werden op basis van loting toegewezen aan een baseline periode van 4, 5, 6, 7 of 8 weken, waarna de behandeling begon. Door deze experimentele manipulatie van het moment dat de behandeling start, konden met dit design daadwerkelijk uitspraken gedaan worden over het effect van de behandeling. Daarnaast vonden er metingen na 3 en na 6 maanden plaats, om de effecten op de langere termijn te onderzoeken.

Resultaten

Het onderzoek toonde aan dat de PTSS-symptomen statistisch significant dalen tijdens de behandeling en dat deze daling klinisch relevant (dat wil zeggen ook in de praktijk relevant) is voor 9 van de 10 adolescenten. Deze effecten blijven behouden bij een herhaalde meting na 3 en 6 maanden. Tijdens deze follow-up voldeden 8 van de 10 adolescenten niet meer aan de diagnose PTSS.

Bovendien was er geen enkele behandeluitval. Daarnaast bleek de behandeling veilig; er waren geen negatieve gevolgen in de vorm van crisisopnames, suicidaliteit, middelenmisbruik of zelfbeschadigend gedrag.

Het parallelprogramma voor de ouders leidde ertoe dat zowel de ouders als de jongeren vinden dat zij makkelijker met elkaar over de traumatische gebeurtenissen kunnen praten. Jongeren geven aan dat zij zich (voor het eerst) echt gesteund voelen door hun ouders.

Toepassing en toekomst

Praktijk

Momenteel is de behandelmethode onderdeel van het zorgaanbod van Overwaal, Expertisecentrum Angst, Dwang & PTSS. Daarnaast is een samenwerking met de verschillende jeugdafdelingen binnen Pro Persona gestart om de behandeling ook op andere afdelingen binnen Pro Persona aan te bieden.

Niet alle hulpverleners zijn in staat om trauma's bespreekbaar te maken terwijl dit wel een belangrijke eerste stap is bij het diagnosticeren van PTSS en het vervolgens indiceren van een juiste behandeling. Daarom werd Rake Vragen ontwikkeld (www.rakevragen.nu). Deze website wijst een breed scala aan professionals op het belang van traumascreening bij kinderen en biedt hen daarbij de nodige handvatten. Daarnaast laat Rake Vragen jongeren aan het woord die reeds een PTSS-behandeling hebben gehad, zodat ook zij de professionals kunnen adviseren. Eveneens worden er aanvullende trainingen aangeboden aan geïnteresseerde GGZ-jeugdteams.

Projectgegevens

Titel Intensieve Trauma Behandeling: een korte exposure behandeling voor jongeren met PTSS.

Uitvoering door Inside Out – Academische Werkplaats Jeugd Nijmegen

Contactgegevens

Lotte Hendriks

l.hendriks01@propersona.nl

augustus 2017

Producten en publicaties

- www.insideout.nl
- Website [Pro Persona](#)
- Website [Rake Vragen](#)
- [ZonMw Nieuwsbericht over Rake Vragen](#)
- Lezing symposium 'Intensieve exposure behandeling voor adolescenten met PTSS'