

Det Europæiske Netværk for Post- traumatisk Stress Træning & Praksis



www.tentsproject.eu

Tidlig intervention

Undervisningsplan for tidlige interventionsstrategier efter traume

Dag Ø. Nordanger
Venke A. Johansen
Brigitte Lueger-Schuster
Jonathan Bisson

Hvad er tidlig intervention?

- Traumeindsats med fokus på psykosociale processer og mentalt helbred
 - Inkluderer både den brede indsats med mange involverede parter
 - Og mere specifikke interventioner:
 - Psykologisk førstehjælp (PFA)
 - Støttende rådgivning (SC)
 - Traumefokuseret håndtering af risici (TRM)
 - Debriefing (CISD)
 - Traumefokuseret kognitiv adfærdsterapi (TB-CBT)
-

Hvad er et traume?

- Hændelse der overstiger naturlige coping-ressourcer
- DSM-IV: Involverer egen eller andres død eller tilskadekomst eller trussel herom eller trussel mod egen eller andres fysiske integritet (A_1).
- DSM-IV: Subjektiv respons kendetegnet ved intens frygt, hjælpeløshed eller rædsel (A_2).
- DSM-5: A_2 udgår. A_1 er ændret (se note).

Traumatiserende elementer

- Sværhed, varighed og intensitet
 - Uventet, ukontrollerbar eller uundgåelig
 - Interpersonel og med ønske om at tilføje skade
 - Opfattet livstrussel
 - Kombination af fysisk skade og opfattet livstrussel
 - Alvorligt overgreb
-

Subjektiv oplevelse

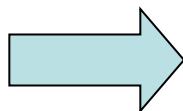
- Følelse af uvirkelighed og frygt
 - Sansendeindtryk af syn, lyde, lugte
 - Udfordring af basale antagelser
 - Følelser af sårbarhed, hjælpeløshed og håbløshed.
 - Sorg
 - Overlevelsesskyld
-

Traume-relaterede diagnoser

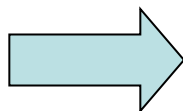
- Posttraumatisk stress forstyrrelse (PTSD)
 - Akut stress forstyrrelse (ASD)
 - Depression
 - Forskellige angstlidelser
 - Stofmisbrug
 - Tilpasningsforstyrrelser
 - Kompliceret sorg
 - Svært at begrænse effekterne til bestemte diagnoser!
-

Posttraumatiske reaktioner og livskvalitet

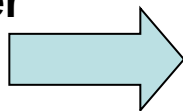
Ændret billede af én selv og andre



**Relationelle problemer,
Nærhed,
intimitet kan være
Svært**

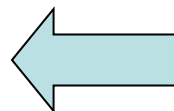


**Reduceret koncentration,
hukommelsesproblemer**

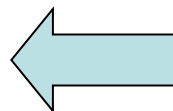


**L
I
V
S
K
V
A
L
I
T
E
T**

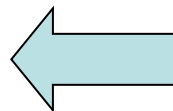
Emotionelle problemer



**Øget
sårbarhed**



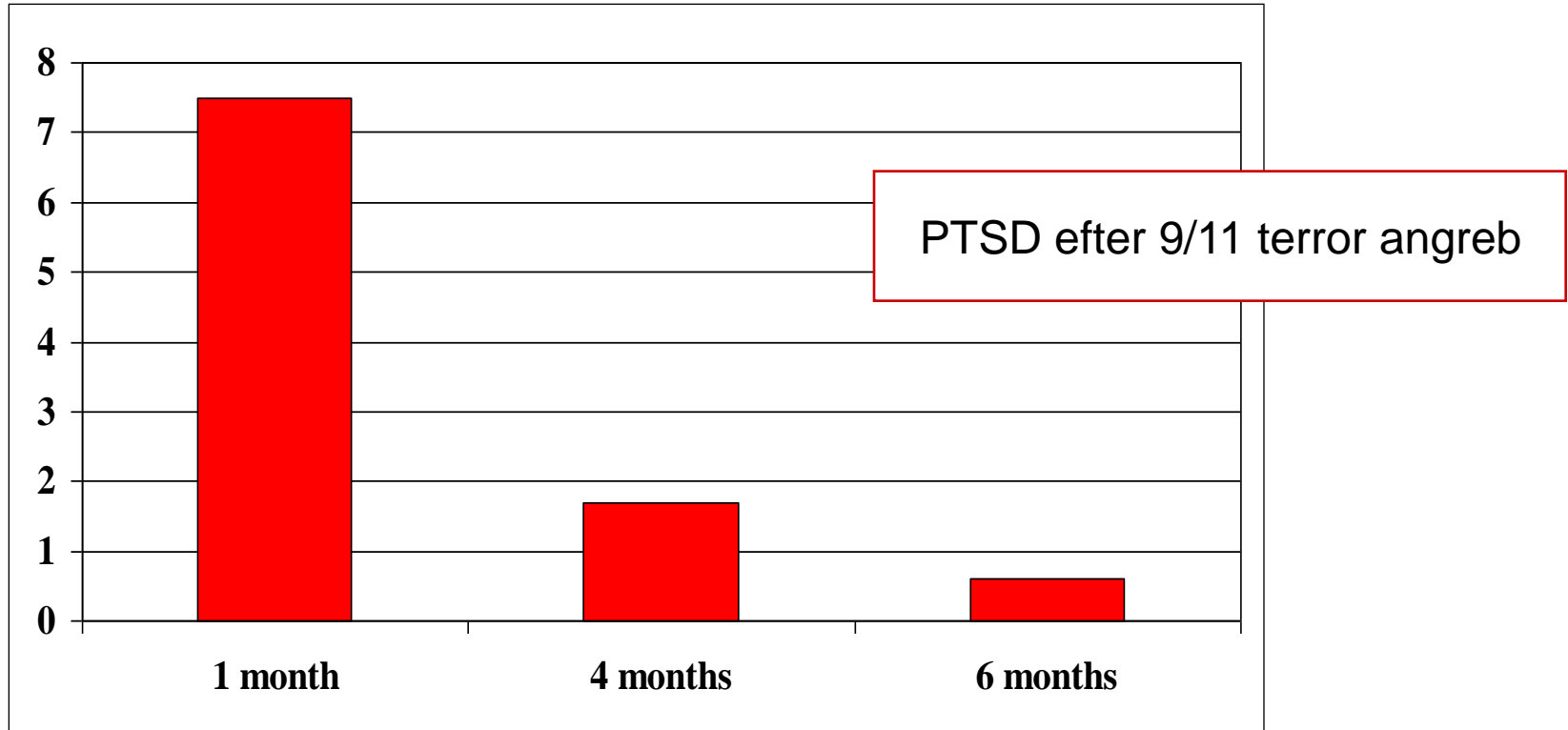
**Flere udløsende
elementer**



Posttraumatisk vækst

- Traumatet pilles ikke bare fra hinanden
 - Krise er en almindelig kilde til positiv forandring
 - Identitet, filosofi og mål
 - Relationer og socialt netværk
 - Empati
 - Sårbarhed og modtagelighed for hjælp
-

Naturlig bedring



Beskyttende faktorer

- Sikkerhed, forudsigelighed
 - Social støtte
 - Følelse af at høre til
 - Følelse af sammenhæng
 - Følelse af overtag
 - Formål og rolle
-

Risiko-faktorer

- Beskyttende systemer mangler eller er nedbrudt
 - Isolation/mangel på social støtte
 - Udsættelse for tidligere traume
 - Tidligere komplekse/relationelle traumer
 - Tidligere psykopatologi
 - Søvnproblemer
 - Livssituation stadig usikker eller stressende
-

Tidlig intervention: Evidens

- Bedste tidlig intervention med flere involverede parter? Intet klart svar
- Bedste øjeblikkelig psykosociale respons? Begrænset evidens, men PFA bygger på evidens
- Bedste forebyggende interventioner? Evidens for effekt af flere sessioner individuel traumefokuseret kognitiv adfærdsterapi for individer med symptomer
- Bedste screening-instrument? Evidens for korte spørgeskemaer
- Debriefing: Ingen understøttende evidens
- Støttende rådgivning: Ingen understøttende evidens
- Det anbefales at vente og målrette indsatsen mod dem, der har mest brug for hjælp ("Wait and target")

Individual Psykologisk Debriefing

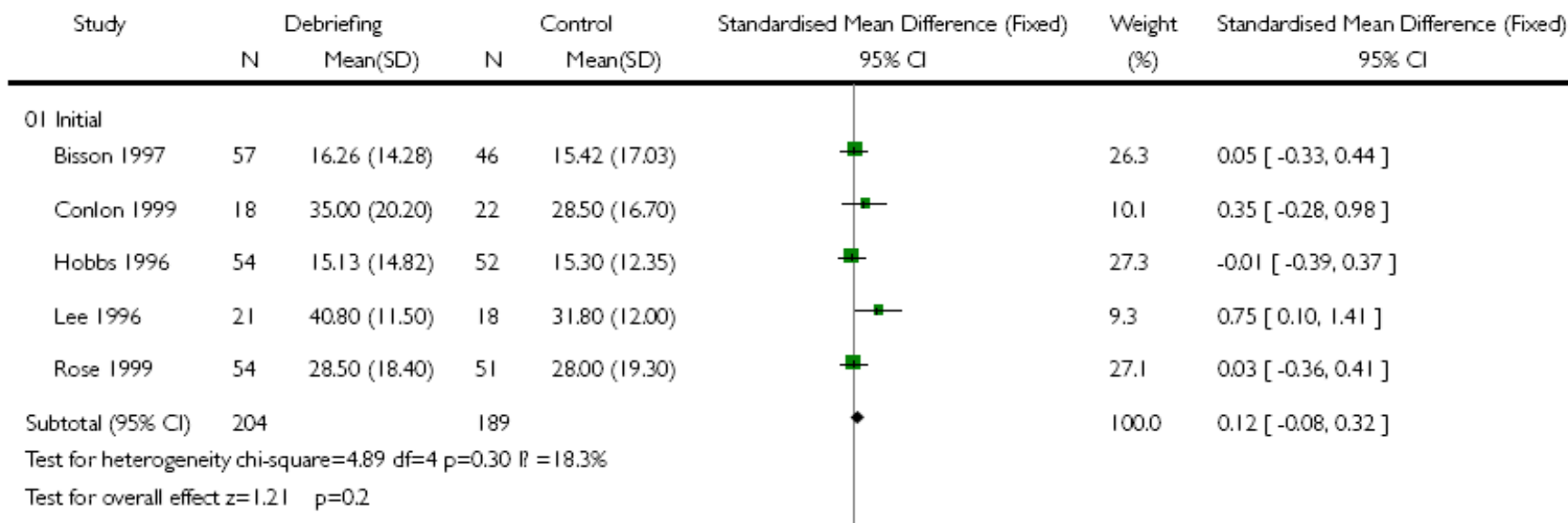
Fig. 2. Comparison 01 Debriefing versus Control

01.02 PTSD severity - using self-report measures

Review: Psychological debriefing for preventing post traumatic stress disorder (PTSD)

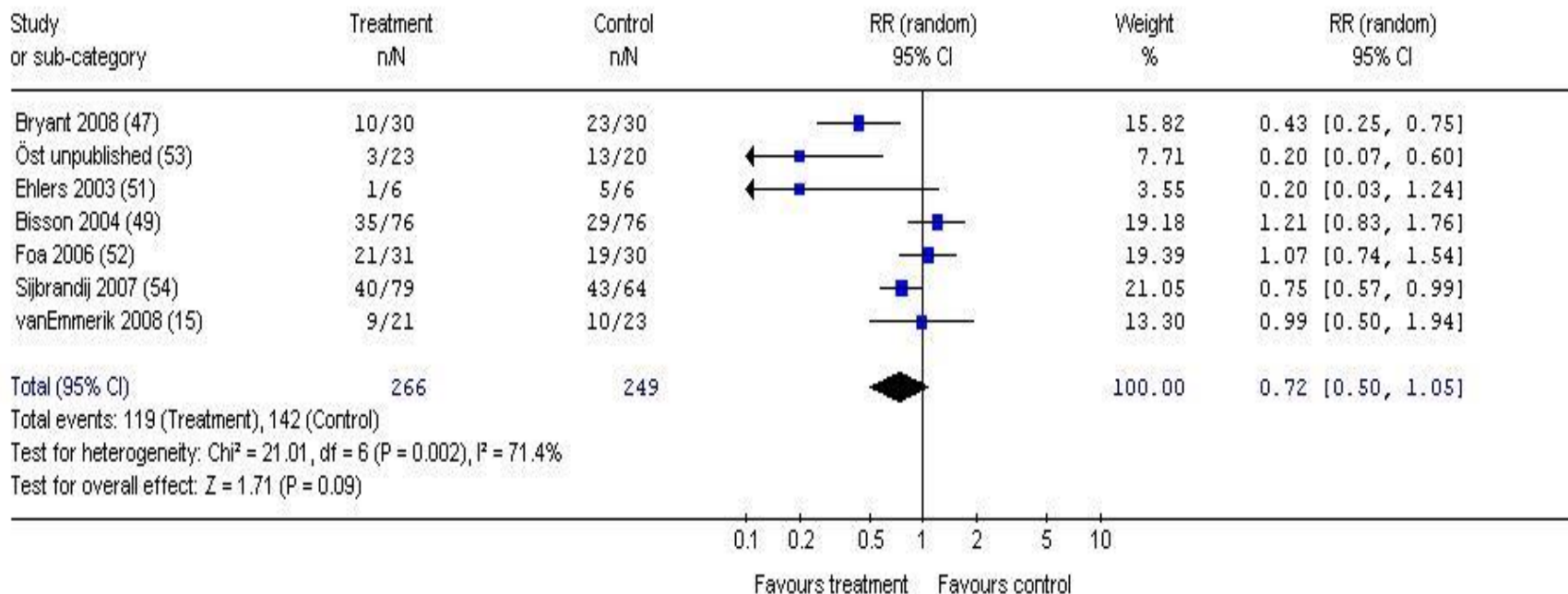
Comparison: 01 Debriefing versus Control

Outcome: 02 PTSD severity - using self-report measures



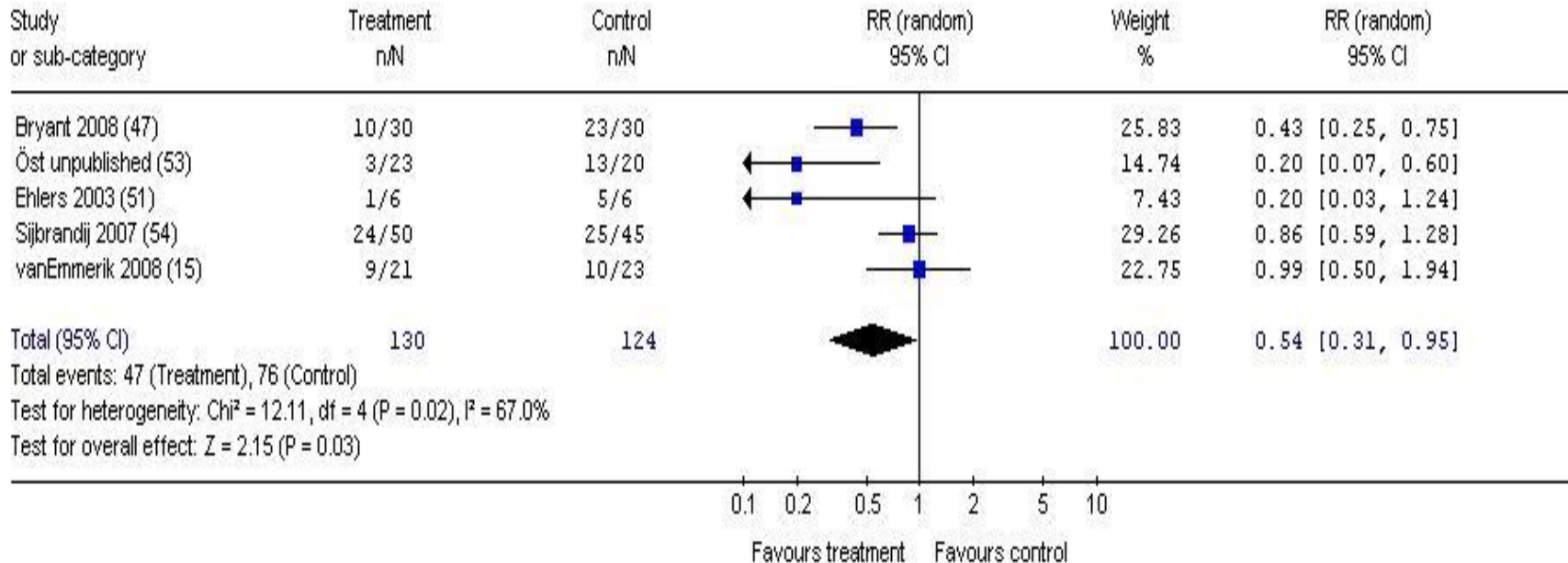
Senere målrettet indsats (Wait and Target)

Review: Multiple session early interventions following traumatic events (1)
 Comparison: 27 Trauma focused CBT vs waiting list for studies with only symptomatic individuals
 Outcome: 10 PTSD diagnosis: initial outcomes



Senere målrettet indsats (Wait and target) ASD, PTSD

Review: Multiple session early interventions following traumatic events (1)
 Comparison: 27 Trauma focused CBT vs waiting list for studies with only symptomatic individuals
 Outcome: 11 PTSD diagnosis Initial outcomes: excluding those not meeting full diagnosis for ASD or PTSD



TENTS guidelines

THE TENTS GUIDELINES
FOR PSYCHOSOCIAL CARE
FOLLOWING DISASTERS AND MAJOR INCIDENTS



- 5-trins modellen oversat til praktiske implikationer
- Metoden med at afvente og målrettet behandling er blevet operationaliseret
- Primært baseret på konsensus opnået vha. Delphi-Metoden

5-trinsmodellen

1. Følelse af sikkerhed
 2. Beroligende
 3. Følelse af handlekraft både på egne og samfundets vegne
 4. Forbundethed
 5. Håb
-

De seks sektioner af TENTS guidelines

1. Planlægning, forberedelse og håndtering
 2. Generelle reaktionselementer
 3. Reaktioner inden for den første uge
 4. Reaktioner inden for den første måned
 5. Reaktioner i 1-3 måneder
 6. Langvarige reaktioner
-

Planlægning, forberedelse og håndtering

- Planlægningsgruppe
 - Guidelines
 - Koordinering af forskellige involverede parter
 - Kortlægning af tjenesteydelser
 - Tests og øvelser
 - Involvering af myndigheder
-

Generelle komponenter

- Fremme de fem trin
 - Overveje menneskerettigheder
 - Underbygge allerede eksisterende traditioner ift. healing i samfundet
 - Social, fysisk og psykologisk støtte
 - Familie-støtte
 - Uddannelse i naturlige reaktioner og coping
 - Ingen formelle interventioner eller screening af alle
-

Generelle komponenter (fortsat)

- Prioritere dem, der er direkte påvirket
 - Adgang til specialist-vurderinger og -behandling
 - Fremme hjælp til selvhjælp
 - Involvere personer med kendskab til kulturen
 - Informere læger om individer i risikogruppen
 - Identificere støttende ressourcer
 - Adgang til finansiel og juridisk støtte m.m.
 - Planlægning af mindegudstjenester og ceremonier
-

Inden for den første uge

- Praktisk og pragmatisk støtte
 - Information omkring situationen
 - Uddannelse i traumereaktioner
 - Normalisere psykologiske reaktioner
 - Traumatet beskrives kun i detaljer, hvis klienten ønsker det!
 - Infrastruktur (hjælpecentre, telefon hjælpelinier, hjemmeside og database)
 - Tæt samarbejde med medier
-

Attituder og fremtoning

- Klart definerede roller
 - Fortrolighed
 - Klar information omkring rammerne for indsatsen
 - Medfølende
 - Synlig og tilgængelig, men ikke påtrængende
 - Mild, rolig og konkret snak
-

Inden for den første måned

- Formel vurdering ift. yderligere tiltag
 - Traumefokuseret kognitiv adfærdsterapi (TB-CBT) for højrisiko personer
 - Evidensbaseret behandling af andre psykiske problemer
 - Proaktiv kontakt med belastede mennesker
 - Valg af yderligere proaktiv kontakt til alle
-

1-3 måneder

- Formel vurdering fra en erfaren kliniker
 - TF-CBT ved akut posttraumatisk stressforstyrrelse
 - Evidensbaseret behandling af kronisk PTSD, hvis TF-CBT ikke har den ønskede effekt
 - Evidensbaserede interventioner af andre mentale helbredsproblemer
 - Proaktiv kontakt med belastede mennesker
 - Valg af yderligere proaktiv kontakt med alle ofre
-

Efter tre måneder

- Vurdering er fra erfarne klinikere
 - Evidensbaserede interventioner for individer med psykiske symptomer
 - Hjælpe med beskæftigelse og rehabilitering
 - Planlægning af langvarig opfølgning
-

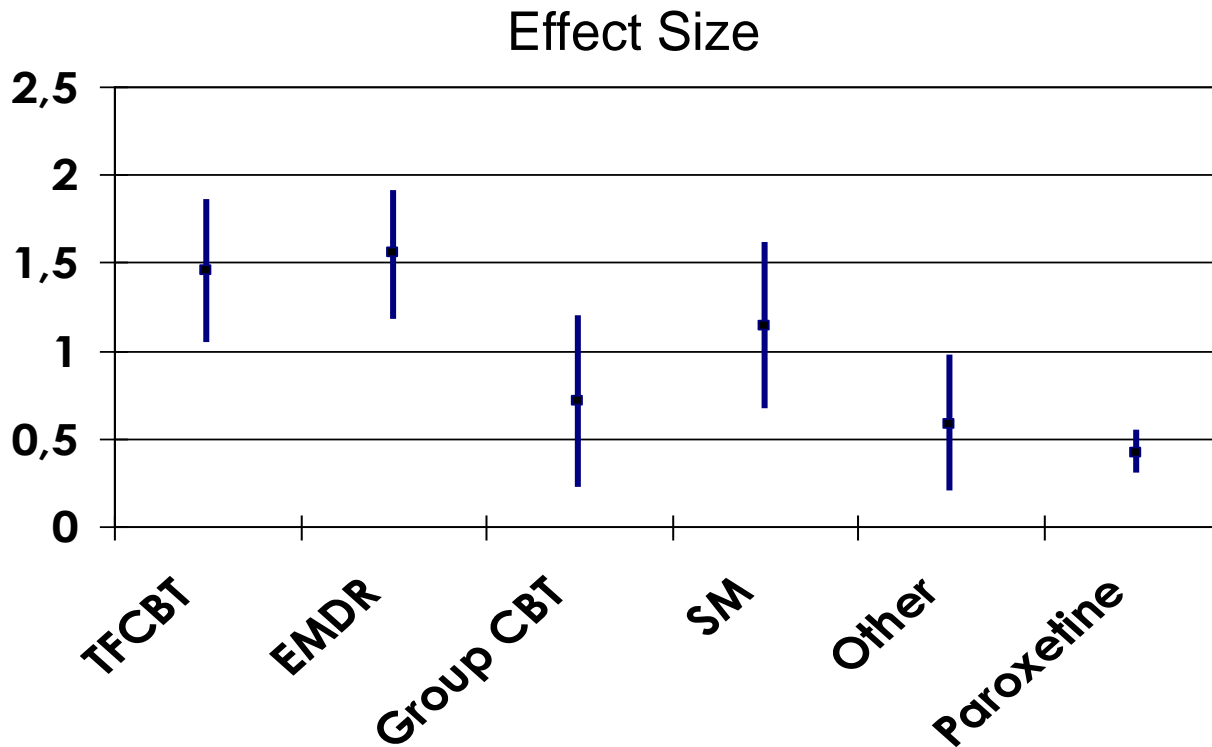
Behandling: Evidens

Evidens fra kontrollerede studier af:

- TC-CBT
 - EMDR
 - Stress håndtering
 - Gruppeterapi
 - Visse former for farmakologisk behandling
-

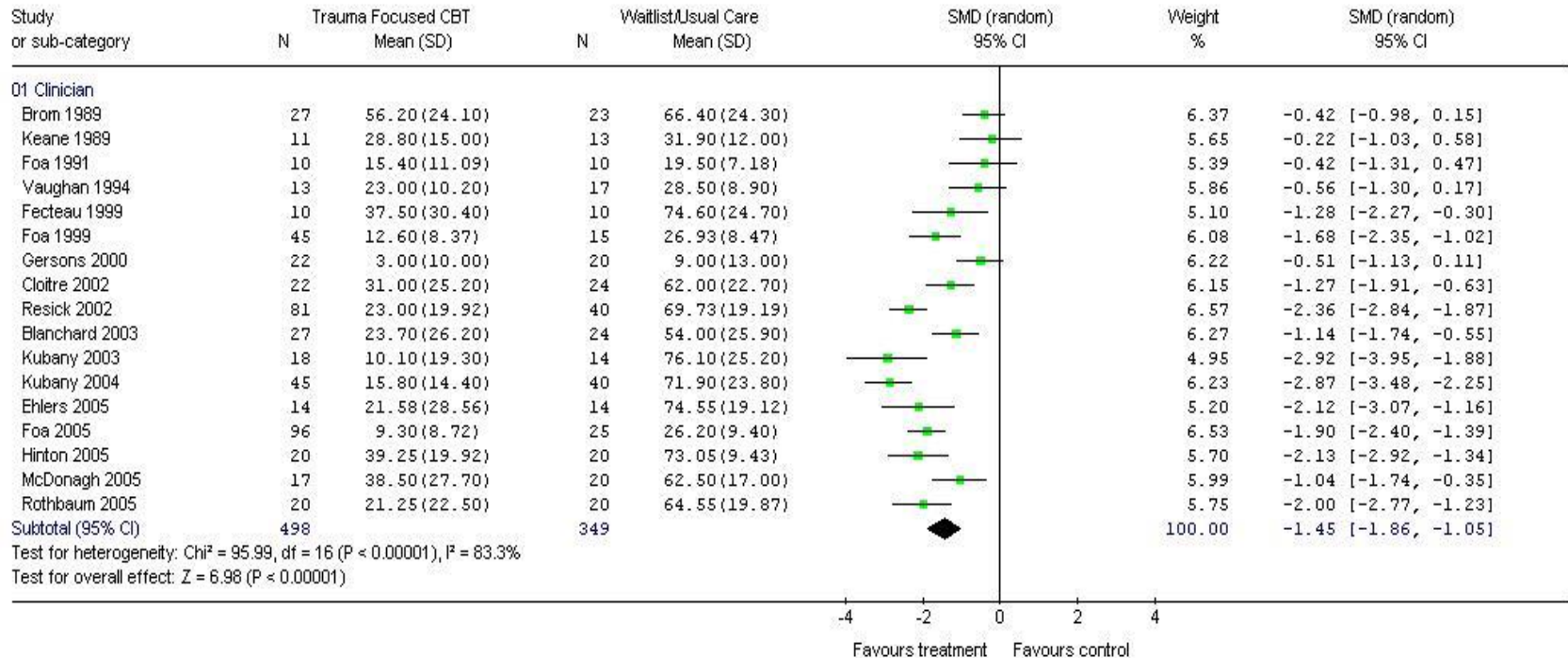
Kronisk PTSD:

Kliniske ratings (vs venteliste el. placebo)



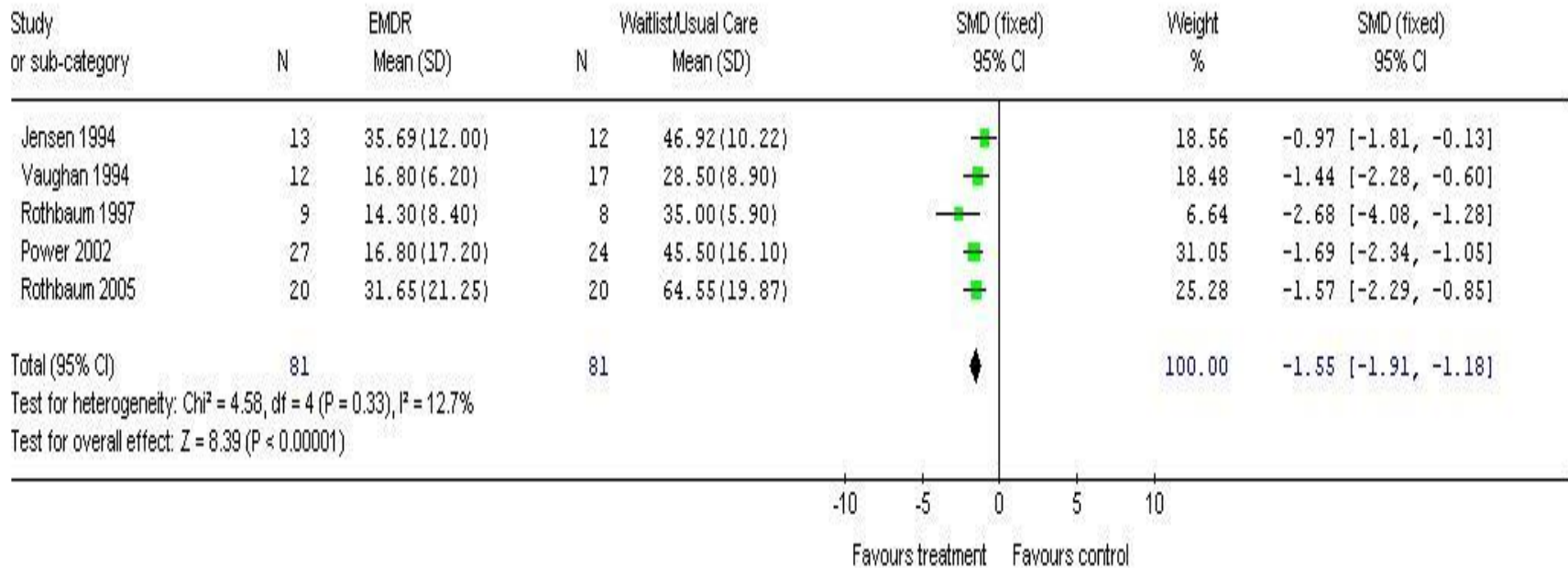
TFCBT vs venteliste/traditionel behandling

Review: Psychological treatment of chronic post-traumatic stress disorder (PTSD)
 Comparison: 01 Trauma Focused CBT/ Exposure Therapy vs Waitlist/Usual Care
 Outcome: 01 Severity of PTSD symptoms



EMDR vs waitlist/traditional handling

Review: Psychological treatment of chronic post-traumatic stress disorder (PTSD)
Comparison: 09 EMDR vs Waitlist/Usual Care
Outcome: 01 Severity of PTSD symptoms - Clinician



Opsummering

- Folk er grundlæggende resiliente
 - Ingen grund til specialiserede tjenesteydelser for alle ofre
 - Men styrkelse af beskyttende faktorer og overvågning af copingstrategier
 - Herefter bør evidensbaseret behandling tilbydes til de mest belastede ofre
 - TENTS guidelines repræsenterer dette
-