

Terapi med traumatiserede misbrugere

V. PSYKOLOGER ANNE BOVBJERG & JOHANNES KNIGGE

3 ÅRS SCREENING

Instrumenter:

- **HTQ** (Harvard Traume Questionnaire)

Undersøger de vigtigste markører:

søvn, stress, genoplevelse (flash Back), undgåelse (Avoidance) og fysiske symptomer som nummenhed (følelsesløshed), rysten etc. samt endelig uspecificeret angst og ekstreme følelser uden relevant foranledning.

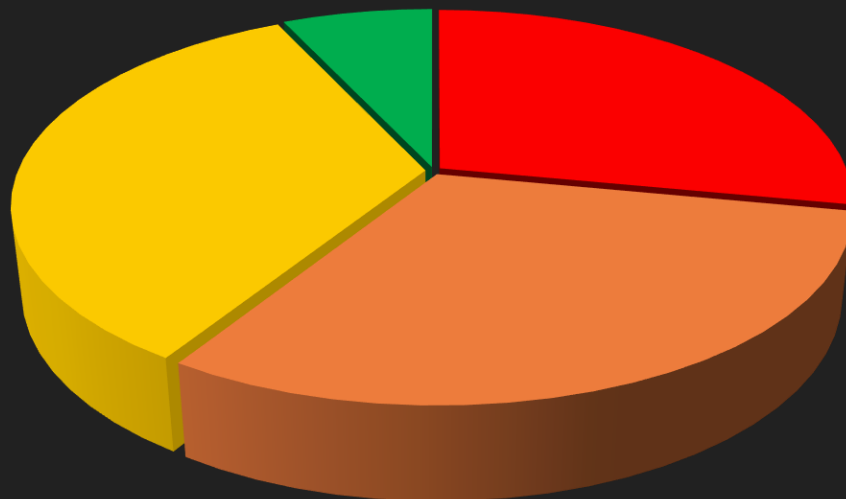
- **SCL 90** (Symptom Check List 90)

Undersøger forekomst af fysiske symptomer som:
konstant hovedpine, svimmelhed, kvalme osv.

Disse er i fl. den seneste forskning ofte kroppens måde at opsamle traumets effekt over tid, og udgør dermed det somatiske modstykke til de psykiske eftervirkninger af et konstant forhøjet psykisk beredskab: (fight and flight modus)

SELVMEDICINERING ?

- **59 %** af brugerne har symptomer svarende til Post Traumatisk Stress (PTSD).
- Af disse har **28 %** så alvorlig somatisering, at der er tale om et symptombillede svarende til Komplex Traume.
- **34 %** har alvorligt stress (svarende til en score over 1,5 på HTQ én, hvor en score på 2,5 modsvarer diagnosen PTSD).
- Kun **7 %** har ikke nævneværdige symptomer på belastningsreaktioner

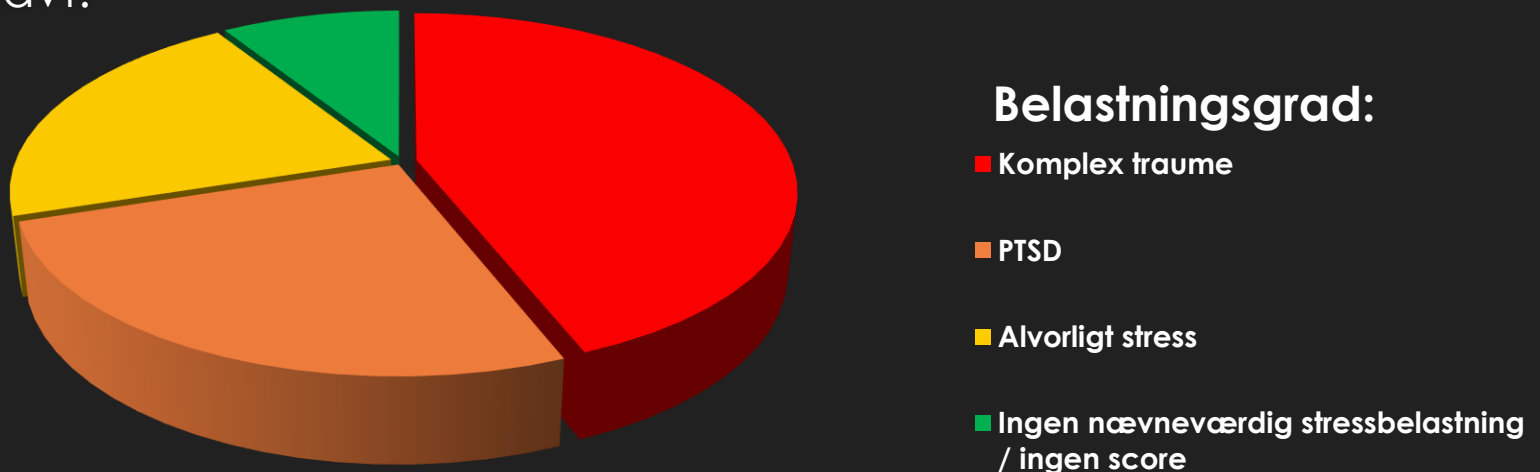


Belastningsgrad:

- Komplex Traume
- PTSD
- Alvorligt stress
- Ingen nævneværdig stressbelastning.

KVINDERNE !

- **70 %** har symptomer svarende til PTSD.
- Heraf **44%** alvorlig somatiseringsgrad og symptomer på Komplex traume, ofte alvorlig vold og seksuelle overgreb i barndom og ungdom.
- **21%** har herudover alvorlige stress symptomer. Meget ofte med en score lige under de kritiske værdier.
- Der er **1** kvinde, der slet ikke scorer i disse screeninger, og **1** der scorer meget lavt.



Nadine Burke Harris - TEDtalk – ACE (Adverse Childhood Experience)

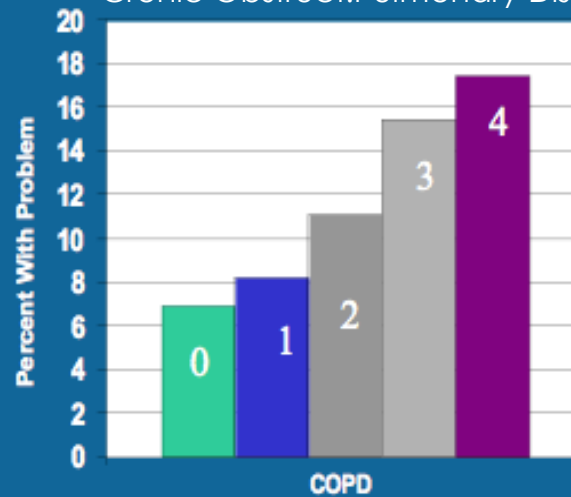
https://www.ted.com/talks/nadine_burke_harris_how_childhood_trauma_affects_health_across_a_lifetime#t-58273
<https://www.cdc.gov/violenceprevention/acestudy/index.html>

4:23-9:30

Senfølger af opvækstbelastninger

ACE Score vs. COPD

Chronic Obstructive Pulmonary Disease



Også i Danmark er der tydelig sammenhæng ml. belastning / ACE og Levealder / livskvalitet

<https://www.dr.dk/nyheder/indland/grafik-i-aalborg-ost-dor-de-lige-sa-tidligt-som-i-pakistan>

Økonomi

Disponibel indkomst for familien i 2012

Levealder

VEST ØST

TEMA EN SYG FORSKEL

47 ARTIKLER

INDLAND

GRAFIK I Aalborg Øst dør de lige så tidligt som i Pakistan

Bor man i Aalborg Øst lever man i gennemsnit 13 år kortere, end hvis man bor i det mere velhavende kvarter, Hasseris, syv kilometer derfra. Det viser en ny undersøgelse lavet for DR Dokumentar.

11 %

Sidestiller man to **jævnaldrende** personer fra **Hasseris** og **Aalborg Øst**, vil personen fra Aalborg Øst have **dobbelt** så høj **risiko** for at **dø** (faktor 2,2) inden for en given periode.

Tidlig modgang: Adverce childhood experience (ACE)





Traumatiserede i terapi

Vi ser dem i misbrugsbehandlingen – børn, unge og voksne

Vanskeligheder ift. affektiv regulering

Uhensigtsmæssige forsvarsmekanismer, evt. dissociation

Vanskelig konkurrence med stoffernes hurtige, Kraftige effekt

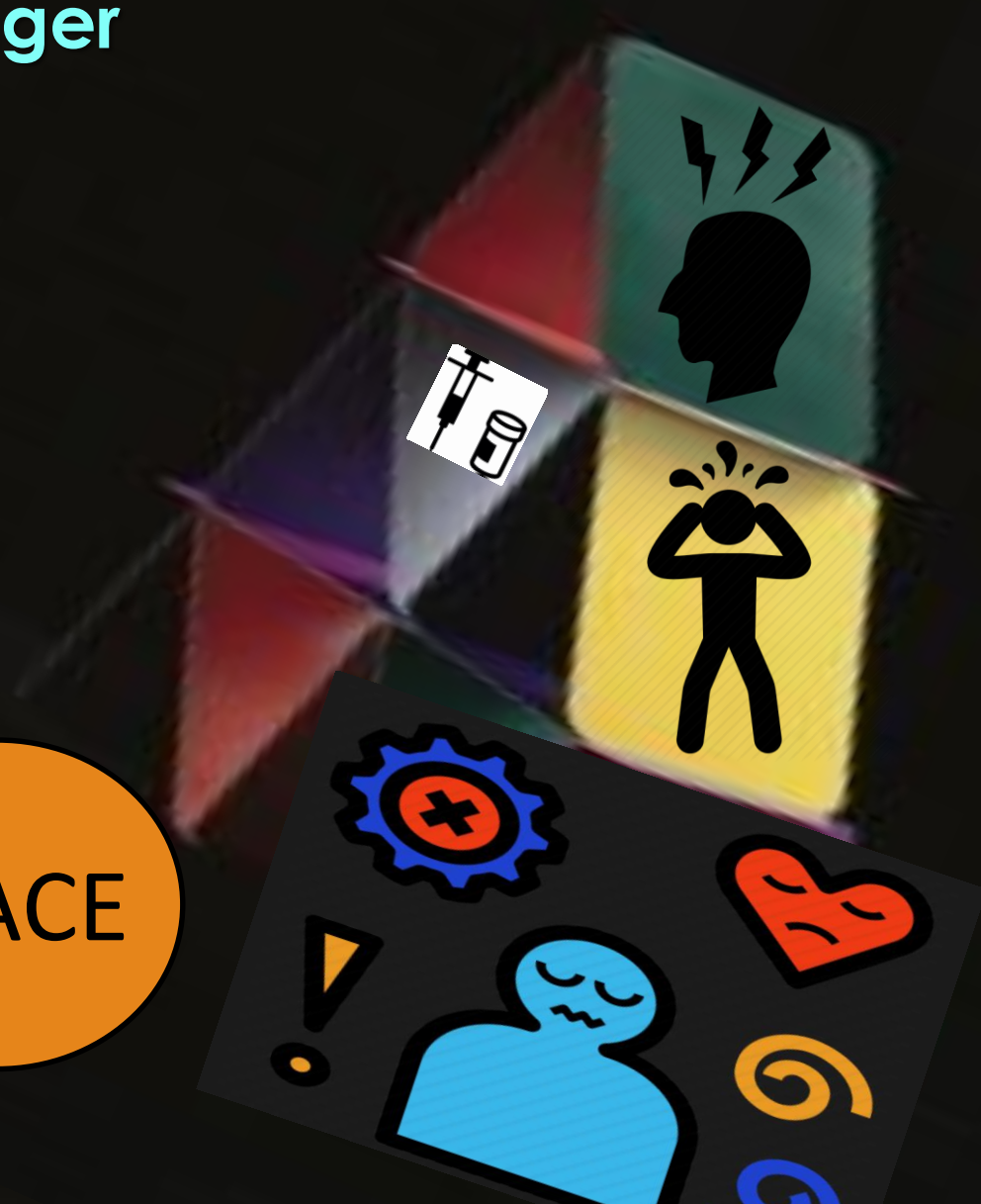
Dårligt funktionsniveau, kognitivt, sprogligt, adfærdsmæssigt etc.

Hukommelse og læring

Via EMDR arbejdes med - og bagom -
traumatiske minder bag negativ
erfaringsdannelse og læring

**EMDR er traumefokuseret terapi – men også en
måde at skabe kontakt til ressourcer samt ændre
mønstre og fjerne forhindringer for det gode liv.**

Alternative strategier (læring)
kompenserer til dels for de
negative erfaringer
(gemt i minder)

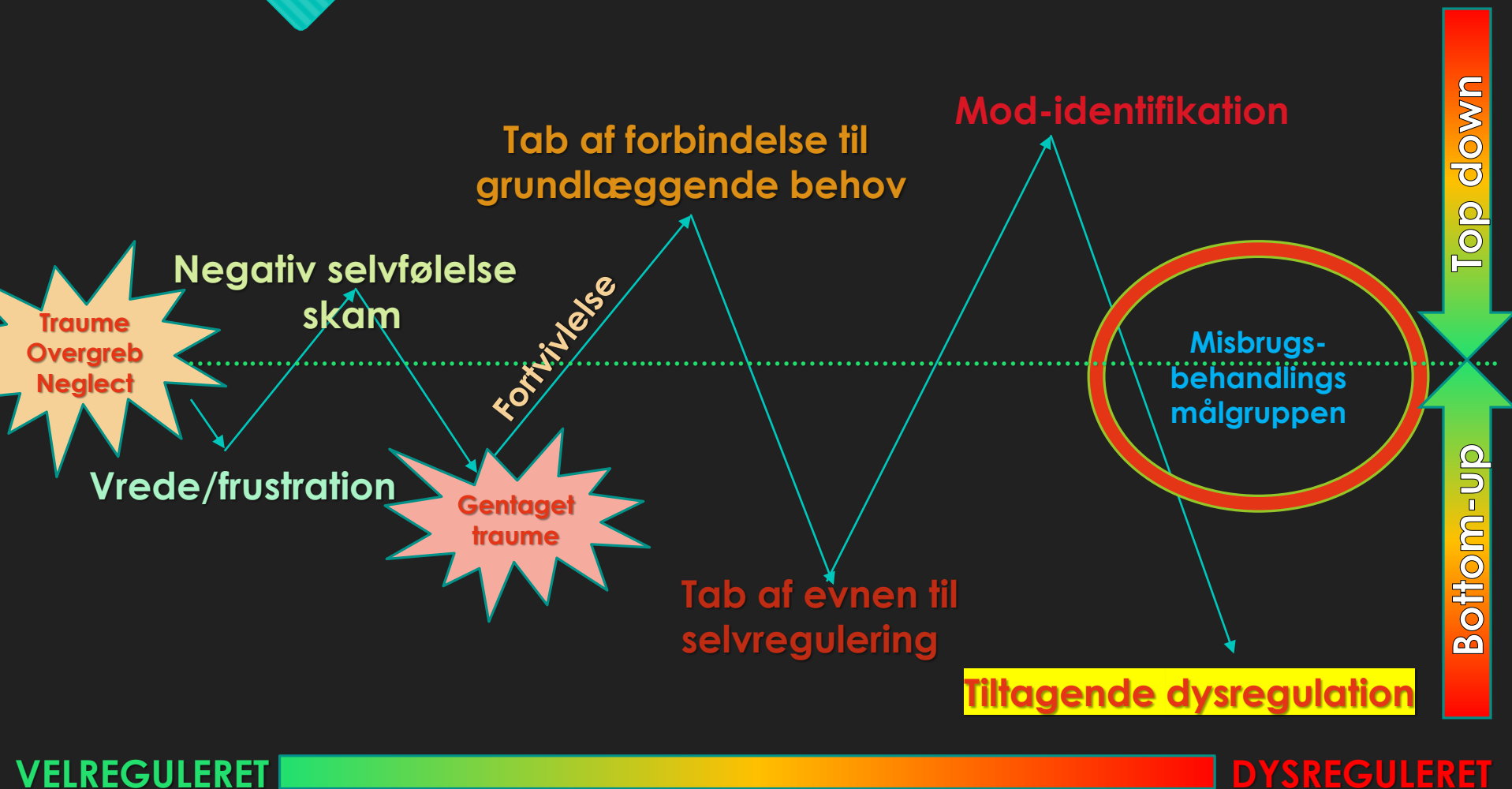


**ACE /Udviklingstraume
/hverdagstraume som begreber vs.
Katastrofe**

**PTSD – forstås klinisk som en kronisk,
uhensigtsmæssig reaktion på et
eller flere traumer som ér ophørt.**

Traumer – og senfølger

Tiltagende dysregulering efter traume / neglect: The distress cycle



Dysregulering over tid:



- Alarm-system/arousal over-aktiveret af konstant trussel.

+

- Amygdala og andre feedback systemer støtter ikke mere affektregulering til følelsen af fred og ingen fare..

=

- Body/mind systemet kæmper for overlevelse.
- Der er ingen / få kræfter / kapacitet til indlæring, hukommelse, samvær og venskab

Oversvømmet af følelser:

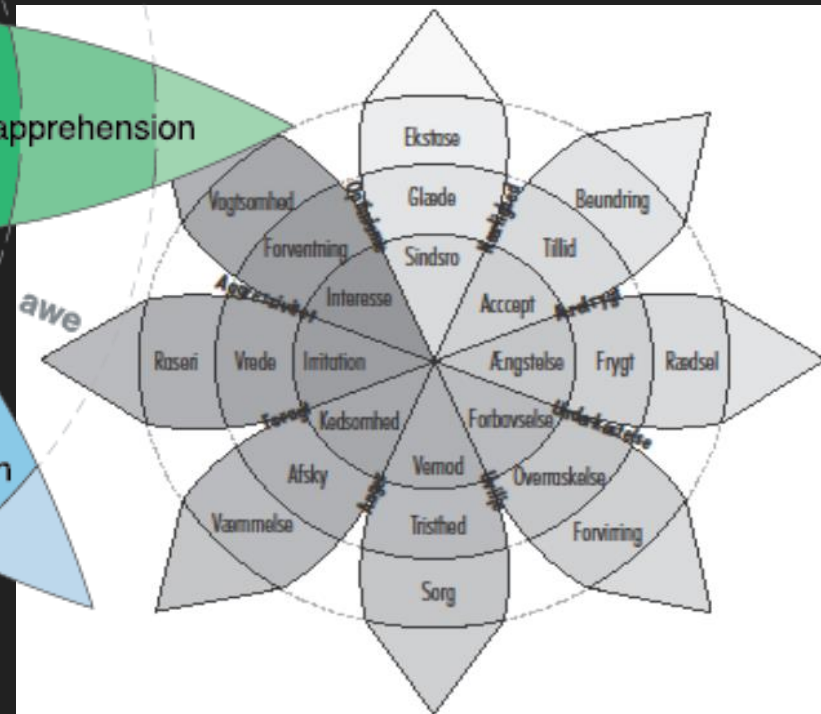
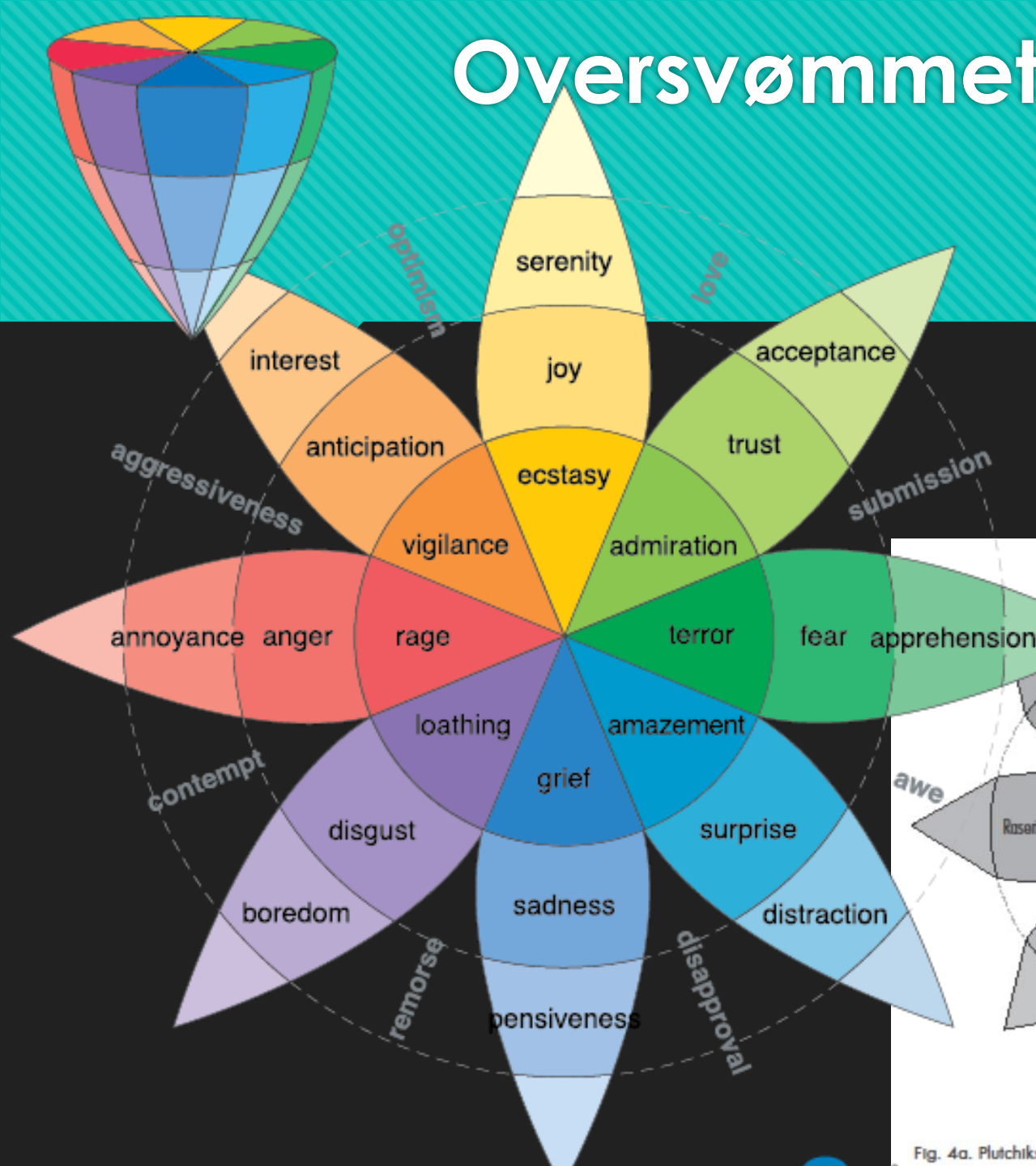


Fig. 4a. Plutchik's tredimensionelle cirkumplekse emotionsmodel

Håndtering af belastninger: window of tolerance

Hyper-aktiveret:
stress, panik, vrede, impulsivitet,
overlevelse, "kamp/flugt"

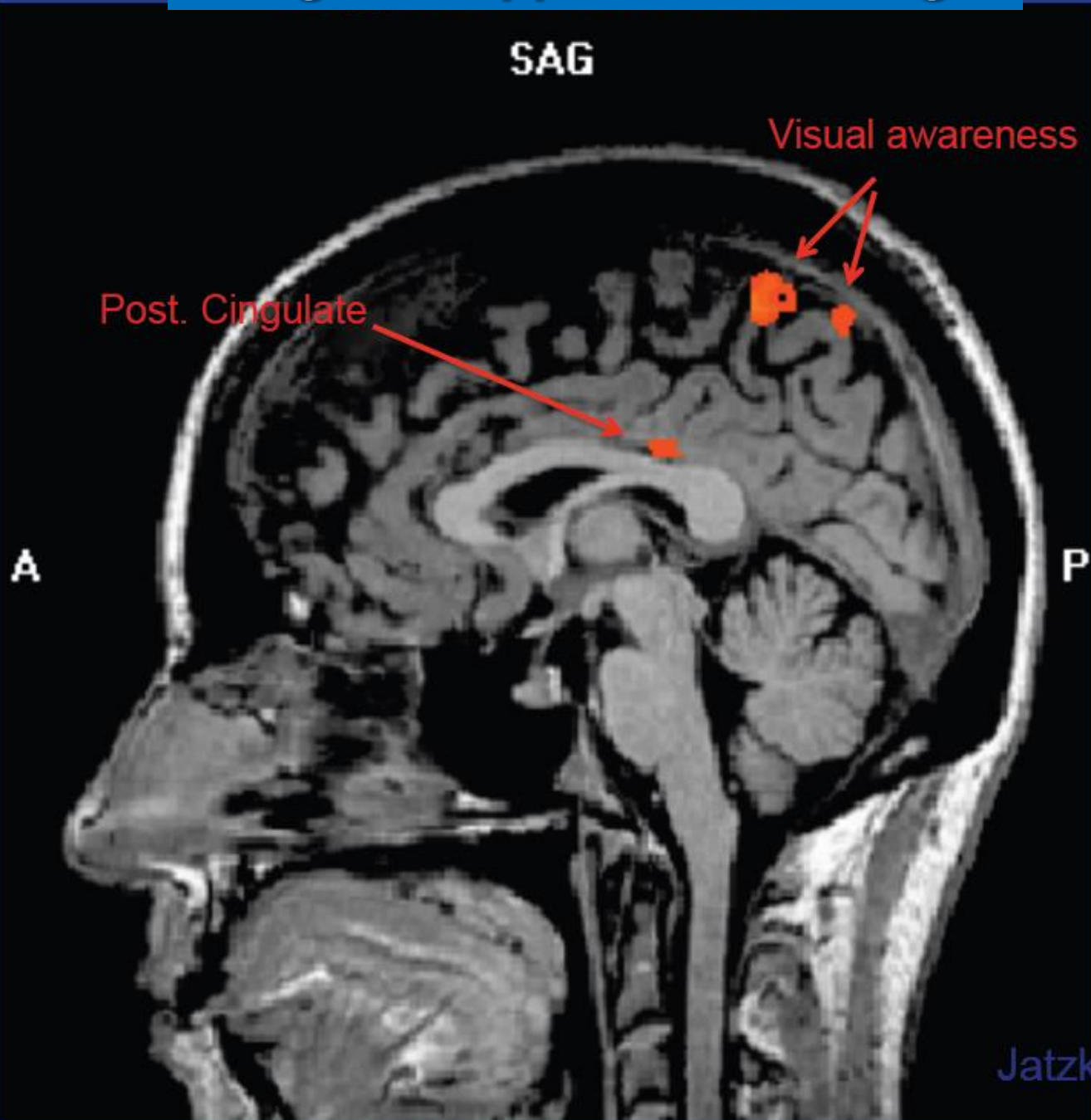
Arousal i balance: følelser og
responses er tålelige, tillader fx.
nyd/ fokus/ tillid/engagement

Hypo-aktiveret:
immobil, deprimeret,
tom, dissocieret, kaotisk, "frys"

Neurobiologi bag PTSD

- Der ses ændringer i hjernens funktionalitet ved traumer:
- Limbiske strukturer er hyperaktive (Amygdala)
(Kamp/Flugt/Frys/ Belønning)
- Deaktivering af kortikale funktioner
(Broca's område - Formulering og forståelse af tale)
- Nedsættelse af informationsprocessering
(Kognitive kompetencer, forståelse og bearbejdning)

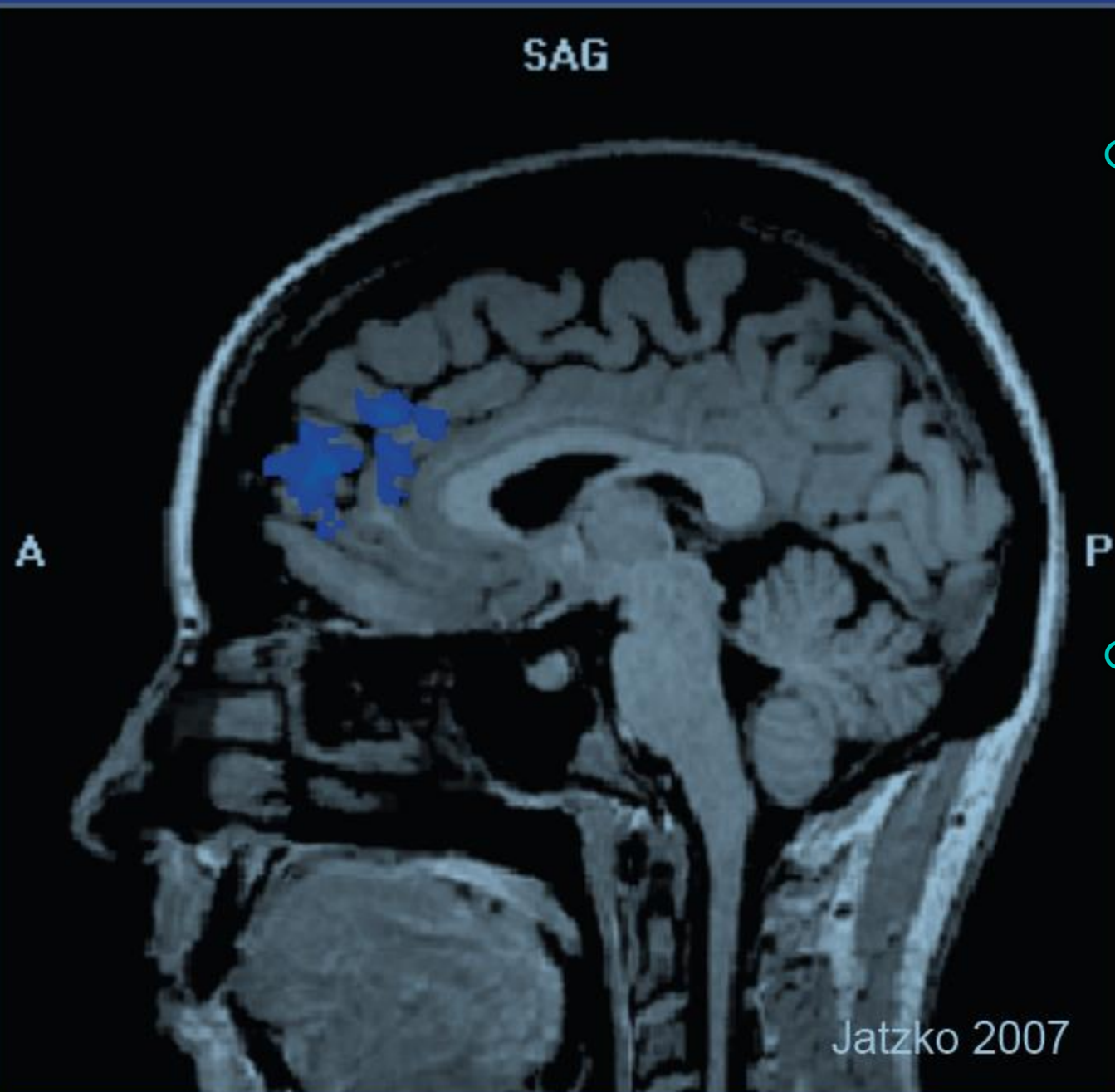
Øget / Hyper-aktivering



- Øget visuel opmærksomhed og genkald af minder
- Potentielt flashbacks og mareridt ud fra dårligt bearbejdet hukommelse
- Øget adressering af smerte- og episodisk hukommelse (Hændelser / episoder)
- Øget fare-fokus

Nedsat / hypo-aktivering

- Nedsat arbejdshukommelse
- Del af Default-mode network dæmpes. vores "pause-skærm" en ikke-fokuseret tilstand, som er vigtig del af "bevidsthed" og "identitet"
- Nedsat kognitiv funktion, herunder informations-bearbejdning, indlæring, konsekvens-beregning, realitetstestning



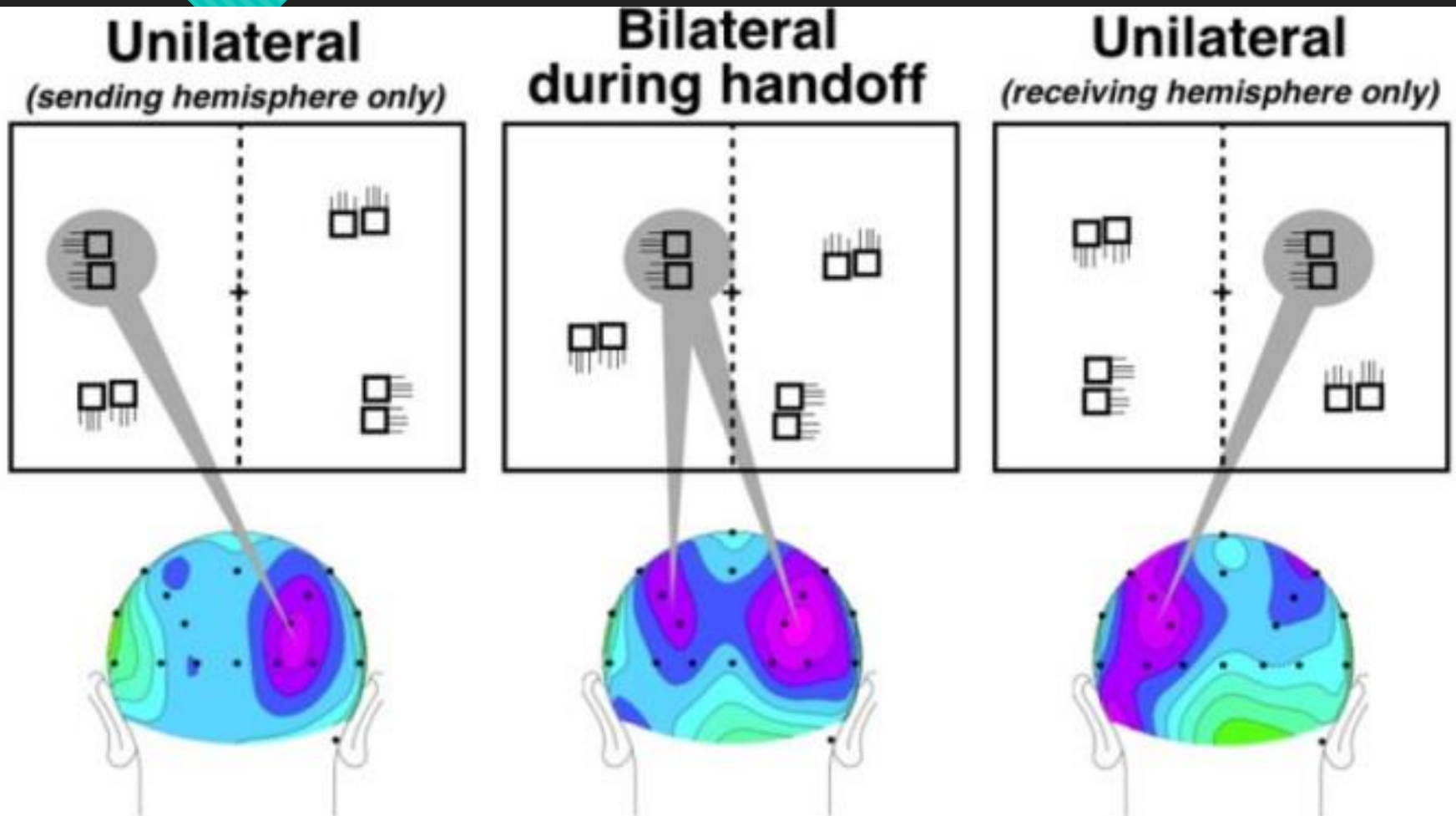
EMDR

Erfaringer fra terapi med traumatiserede borgere

EMDR - behandling via klientens egen Adaptive Informations Processing

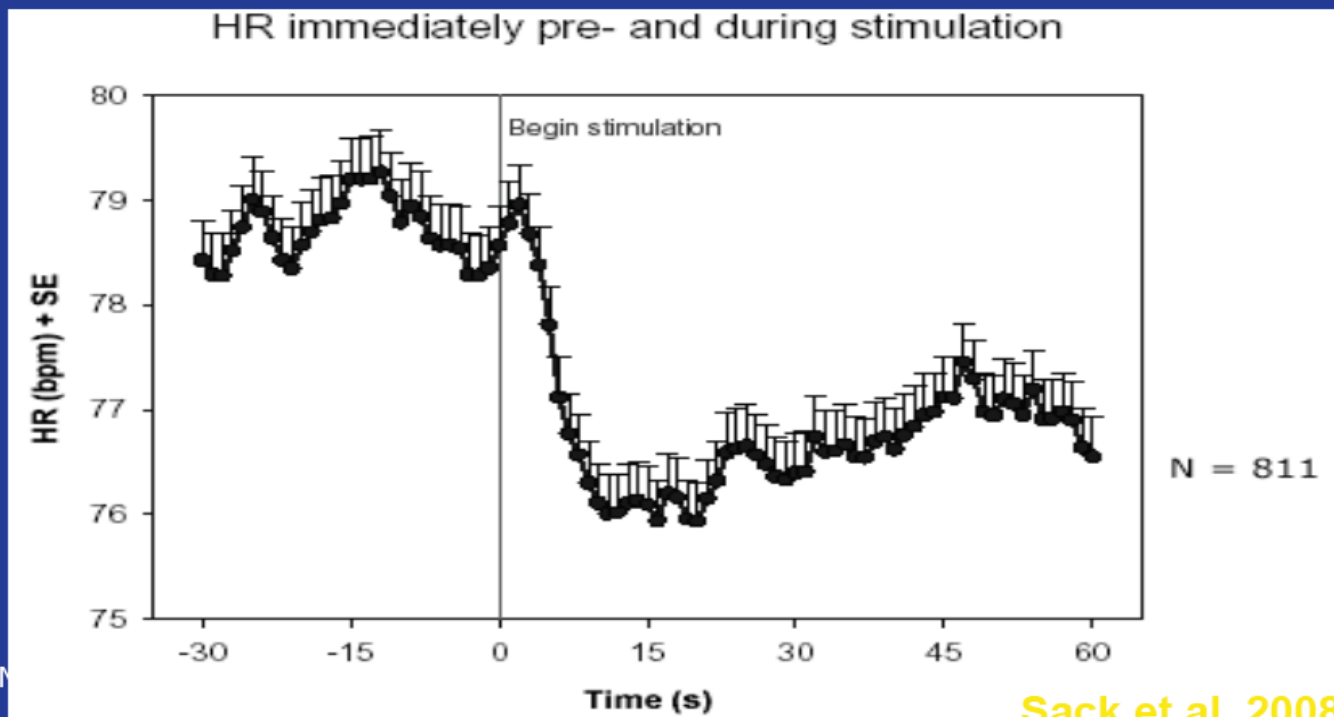
- AIP finder "naturligt sted" under REM-søvnen.
- Hukommelse adresseres, bearbejdes og gemmes i "ny form" som minde. Vi aktiverer AIP med EMDR processen via bilateral stimulation.
- Aktivering og adressering af hukommelse
Fra: implicit hukommelse / "sorte boks" / "set-indefra-hukommelse, der ligger låst og med affekt indlejret.
- Via **AIP processing** skabes:
- Forståelse og mening med mindet, samt etablere et processeret, "eksplicit" minde. Højre og venstre hjernehalvdel samarbejder via AIP og EMDR.
- Kan genkaldes og "tænkes på" (Minde)
– frem for at "befinde sig midt i" (Flashback / Mareridt)

aktiveres begge hjernehalvdele, og processing kan finde sted i ellers "låst" materiale.
Visuel stimulering (følg objekt/fingre) aktiverer begge hjerne-hemisfærer og øger samarbejde



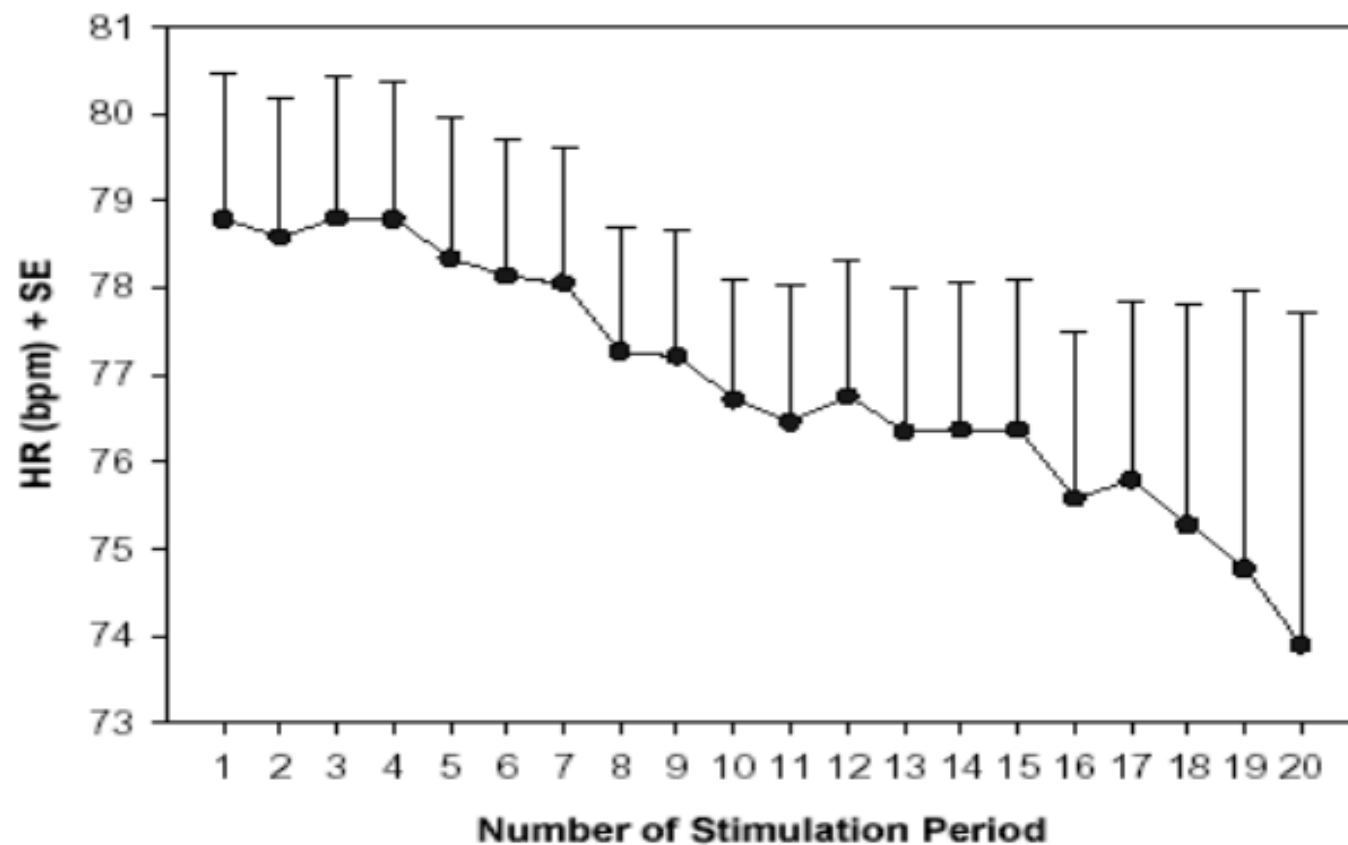
Ved bilateral stimulation aktiveres hjernens interconnectivitets-samarbejde.
Effekten er hurtig og målbar, bl.a. på arousal

Effect of Eye Movements



Effect of Eye Movements

Effects of repetitive stimulation on mean HR



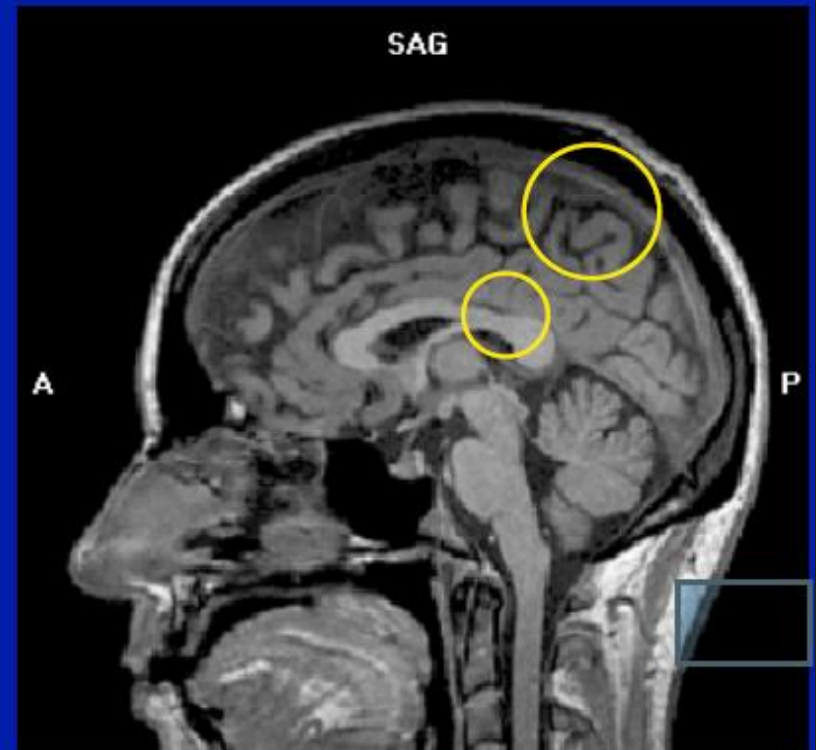
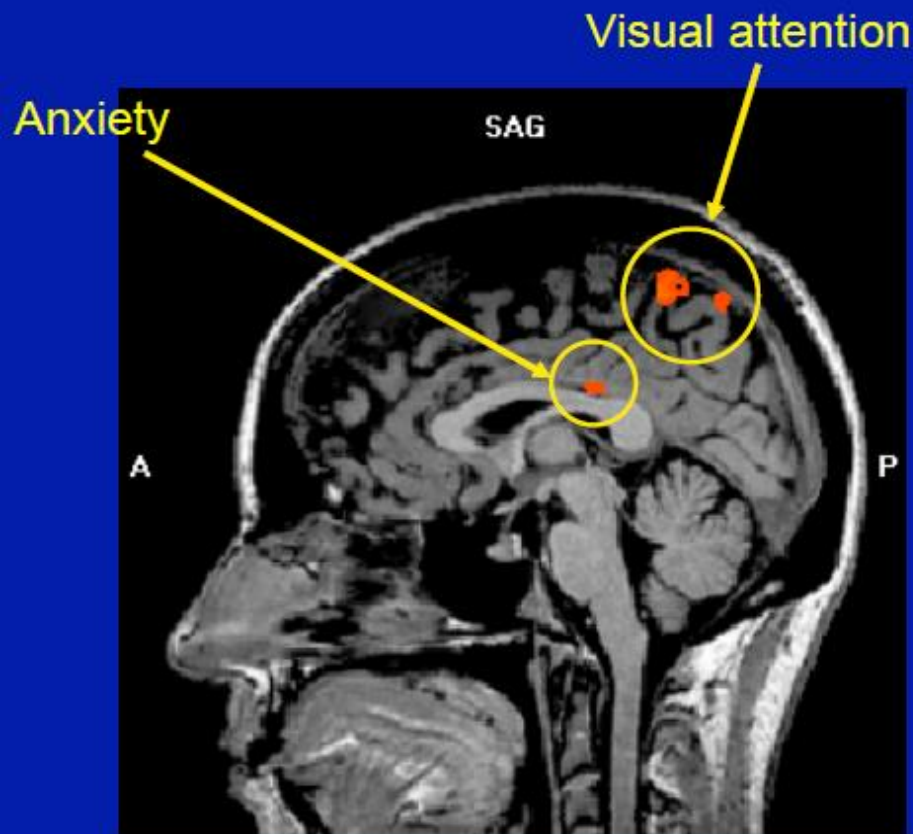
N = 55/9

Statistical comparison (2 first vs. 2 last sets of stimul.): Paired T-Test: $T(54): 4.4, p < .001$

Nedsat og øget neural aktivitet Pre og Post EMDR Hyperactivation

Vor EMDR
Pre EMDR

Nach EMDR
Post EMDR



Neuro-nørderi fascination

Synaptisk depotentions koncept – Rasolkhani-Kalhorn & Harper (2006)

<http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1534765609338498>

Den neurale basis for EMDR effekten er depotentionering af frygt hukommelses synapserne i amygdala under opnået hjernetilstand lig den der findes under langsom bølge-søvn (Slow wave Sleep) – med en (fyrings)frekvens på ca. 1-5 Hz. Ca. 900 stimulationer af neuroner der er "låst" med maksimum elektrisk potentiale renser dem, og frigør minderne til de videre processerings-komponenter fra "rå sanse/emotional data" til processeret og kognitivt behandlet langtidsminde.

*A recent theory postulates that traumatic memories are retained in amygdalar synapses due to powerful electric signals **overpotentiating alpha-amino-3-hydroxy-5-methyl- 4-isoxazole (AMPA) receptors.***

*During slow wave sleep (SWS) this would **prevent their merging with the cognitive memory trace via anterior cingulate cortex** (for review see [59]).*

*Animal studies have demonstrated that a **low-frequency tetanic stimulation** using one to five pulses per second can cause in the synapses of the basolateral tract of the **amygdale a depotentiation of AMPA receptors proportional to the stimulation frequency and extinguishing the traumatic memories** [61].*

*Such stimulus is similar to the one administered during EMDR sessions (about 2 Hz) and the pathophysiological mechanism of the therapy might be related to the slowing of the depolarization rate of neurons in the limbic system elicited by BS. This in turn **would result in the emotional memories pathologically confined in the amygdale moving to higher brain centers and being fully processed***

EMDR TERAPI FØLGER EN PROTOKOL

Fremme ressourcer først

Det er vigtigt at kunne finde ro og tryghed før og efter behandling der adresserer traumatiske erindringer.

Etableringen af trygt sted, styrke etc. ligger forud for behandling af traumatisk materiale.

Når EMDR metoden er prøvet via ressourceinstallation, og tilstrækkelige ressourcer er etableret, kan belastende minder adresseres.

Dette arbejde følger oftest en standard protokol – men der findes mange specifikke "special-protokoller" – fx ifht. kompleks PTSD, afhængighed etc.

Selv i misbrugsbehandling kan langt det meste tilgås med standard-protokollens 8 trin

Video illustration: (Re-)Etablering af ressource

EMDR Standardprotokollens 8 trin:

- 1: Introduktion til EMDR, overordnet Historietagning og behandlingsplanlægning
- 2: Forberedelse til EMDR, installation af positive ressourcer
- 3: Assessment / valg af target minde
- 4: Desensitivering af traumatiske erindring
- 5: Installation af positive tanke/ressource
- 6: Body scan efter evt. tilbageværende ubehag
- 7: Nedlukning / afslutning
- 8: Re-evaluering ved næste session

Video illustration: Start på EMDR med traumatisk minde

Fokus: traumer hos Flygtninge & arbejdet via Tolk

- Tolkeunderstøttet terapi og behandling
 - Særlige udfordringer
 - Sprogligt svage / med få ord for det oplevede
 - **Ubehag** forbundet med genfortælling – evt. retraumatiserings oplevelse
 - Ofte dissociation som del af minderne – oplevet at de kan arbejde hen imod traumet – og forsvinder så!
 - Fortolkning og for-tolkning
 - Tryghed og relation – nu også nødvendigt ift. tolken
 - Tolken skal også kunne containe det sagte
 - Tolkeunderstøttelsen sætter tempoet ned – alt siges og forstås 2 gange
 - Coaching / træning af tolken nødvendigt ift. opgaven under terapi

Video illustration: Intervention mod overbelastning, dissociation og retraumatisering

Terapi med traumatiserede - nuancer

Behandlingen af traumatiserede misbrugere **virker ikke optimalt eller hurtigt**. Beroligelse og træning i regulering nødvendigt. EMDR har svingende effekt på misbruget – men oftest god effekt på PTSD, depression etc.

Treating Trauma in Addiction with EMDR: A Pilot Study

(<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/02791072.2014.921744>)

Results: The TAU+EMDR group showed a **significant reduction in PTSD symptoms but not in addiction symptoms**. EMDR treatment was also associated with a **significant decrease in depressive symptoms**, while patients receiving TAU showed no improvement in this area. The TAU+EMDR group also **showed significant changes in self-esteem** and alexithymia post-treatment. *Conclusions:* This study suggests that **PTSD symptoms can be successfully treated with standard EMDR protocol in substance abuse patients**.

Ved komplekse / langvarige traumer (Kompleks PTSD, opvækst-traumer over mange år etc.) er det mere vanskeligt at "ramme traumet" - da der ofte er tale om store "samlinger" / clusters af traumer og reaktioner herpå

Dem det virker for – får ofte en ny mulighed for at komme videre fra tidligere mønstre og traumer – uden deres senfølger i tilværelsen

Fremadrettet fokus

Behandlingen er vanskelig og kræver stor tiltro til behandleren

Forskellene der kan etableres med terapi er ofte livsforandrende

Vi skal have modet til at adressere traumer, og forstå det som en stor del af den samlede tilbudte misbrugsbehandling – da traumer ofte er det der har udløst behovet for at dulme og ændre på oplevelsen af at "være i verden".

EMDR

Traumefokuseret terapi med fokus på integration og processering af minder.

Terapi er mulig uden mange ord – med fokus også på krop og følelser samt tanker bundet i både negative og positive minder.

Vigtigheden af at behandle de traumatiserede misbrugere er ubestridelig

Debat, spørgsmål og
til sidst - Tak for i dag

Mvh. Anne og Johannes