



NEUROFEEDBACK

-En metod för att behandla
traumatiserade patienter?


Farzad Pakzad

Stavanger 7 Juni 2019

Kris- och traumamottagningen

Närhälsan, Göteborg

- ▶ Utreder, behandlar och rehabiliterar människor med krigs- och tortyrskador.
- ▶ Konsulterar, handleder, metodutvecklare och utbildar inom kunskapsområdet.
- ▶ Psykoterapeuter, läkare, fysioterapeut, administratörer.



Vi möter människor som har en PTSD-diagnos eller andra traumarelaterade diagnoser med symptom som ångest, oro, sömnsvårigheter, mardrömmar, flashbacks, etc.


Många har svårigheter med att reglera sina känslor, ett hinder mot initial stabilisering för att bearbeta traumat.

Vårt behandlingsutbud:

- Bedömning, nybesöksutredning
- Psykoedukativ grupp och därefter...
- Individuell psykoterapi, traumaterapi
- Fysioterapi (kroppsmedvetande träning)
- Gruppterapi
- "Kris och trauma Ung"

Vad erbjuder vi våra patienter?

- ▶ Vår samlade kliniska erfarenhet,
- ▶ Ett brett evidensbaserat behandlingsutbud,
- ▶ Vår helhetsperspektiv och att...
- ▶ Förmedla hopp och tro på att människor kan återhämta sig efter svåra erfarenheter i livet.

- 
- ▶ Trauma drabbar hela personen med stora konsekvenser för psyket, vardagsfunktioner, känslomässig självreglering och relationer till familj och nätverk.
 - ▶ Det krävs därför att behandlingen tar hänsyn till helheten, i det långa perspektivet.
 - ▶ **Stabilisering, Bearbetning och Nyorientering.**

Traumaspesifik behandling

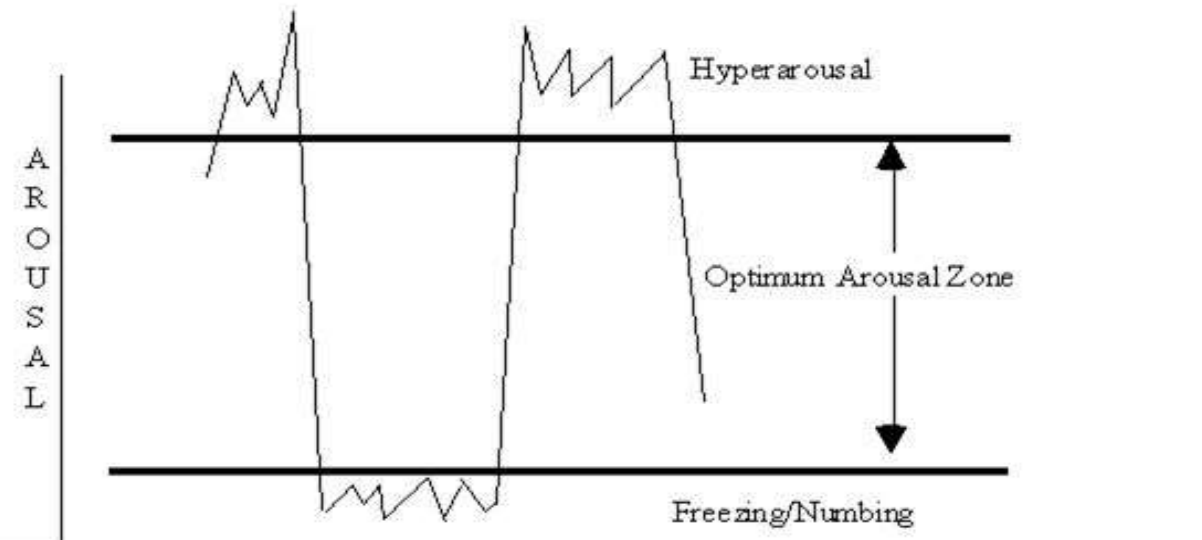
- ▶ Fassettspecifik: Stabilisering/Bearbetning/Återuppriktelse
- ▶ Skapa tillit, bryta tystnaden, minnas, sörja
- ▶ Bearbetning av traumat; verbal, icke verbal
- ▶ Individuell terapi genom EMDR, NFB, TF-KBT, PE, Psykodynamisk traumaterapi, etc.
- ▶ Olika exponeringsmetoder, visualisering
- ▶ Hjälp till bättre emotionell självreglering

NEUROFEEDBACK

- ▶ En träningsform eller en behandlingsmetod där man med hjälp av EEG-mätning genom en datorskärm kan observera och självreglera hyper- och hypoarousal
- ▶ Utvidga toleransfönstret


Toleransfönstret

- Med toleransfönster menas den nivå av aktivitet i en människas centrala nervsystem som krävs för att hon ska vara vaken, vid medvetande, undersökande och relaterande!!!



INFÖRANDE AV METODEN

- ▶ Vi introducerade metoden som ett behandlingsalternativ på mottagningen i januari 2019 som ett pilotprojekt.
- ▶ De som arbetar med metoden på mottagningen är en psykiatriker, Jonas Gondinger och två psykoterapeuter

- 
- ▶ Patienten får visuell, auditiv eller taktil feedback på sin hjärnaktivitet i realtid vilket ger möjlighet till bättre förmåga till emotionell självreglering på sikt.
 - ▶ De tre huvudsakliga placeringarna vi använder: Stabilisering, Lugnande och Alfa-Theta-placering för PTSD (låg arousal)
 - ▶ Effekten kan märkas tidigt - under de första 10 sessionerna men för att den skall bli bestående behövs det mellan 20-40 sessioner, beroende på olika faktorer.

-Vad ser vi så här långt?

- ▶ Att flera patienter som har fått behandlingen mår bättre och uppvisar mindre symtom, sover bättre, etc. Några har blivit markant bättre samtidigt som effekten inte är lika märkbar hos andra.
- ▶ Vi ser att det är bättre med högre besöksfrekvens, två gånger i veckan (i början i alla fall) samt att kontinuiteten spelar en stor roll i utfallet.

Vad säger forskningen?

- ▶ Det finns mindre omfattande kliniska studier som visar att metoden ger symptomreducering vid PTSD.
- ▶ En metaanalys av flera internationella studier visar detsamma men poängterar att deras vetenskapliga kvalitet inte är hög.
- ▶ Det finns däremot bättre stöd för behandling av vissa neuropsykiatriska tillstånd som ADHD, inlärningssvårigheter, tics, migrän etc.

Vilka resultat förväntar vi oss?

- ▶ Att metoden är en effektiv självregleringshjälp eller behandlingsalternativ i stabiliseringsfasen samt har viss bearbetningseffekt av traumat.
- ▶ Det är mycket av metoden som bygger på klinisk erfarenhet och forskning i fältet pågår.

TACK!