



# Angst en trauma? Denk aan EMDR!

Femke Boer, GZ-psycholoog

Hilde Mulder-Pouwels, GZ-psycholoog



# Stelling 1

- Angst neemt af met het ouder worden



## Stelling 2

- Bij een angststoornis bij ouderen heeft medicatie de voorkeur



## Stelling 3

- Angst wordt goed behandeld in het verpleeghuis



# Wat bespreken we?

- Trauma
- Posttraumatische-stressstoornis
- Signalen
- Behandeling met EMDR
- Aandachtspunten ouderenzorg

# Trauma

- Ingrijpende gebeurtenis
- Soorten trauma's ouderen
  - \* recent (val, IC, diagnose, stikken)
  - \* oudere trauma's (oorlog, mishandeling, natuurramp)





# Posttraumatische-stressstoornis

Blootstelling aan een feitelijke of dreigende dood, ernstige verwonding of seksueel geweld.

Het kan zijn dat dit de persoon zelf is overkomen, dat hij getuige is geweest of dat een naaste dit is overkomen.

# Posttraumatische-stressstoornis

Aanwezigheid van vier symptoom clusters:

1. Terugkerende herbelevingen
2. Aanhoudende vermijding
3. Negatieve verandering in cognities en stemming
4. Prikkelbaar gedrag, overgevoelige reacties





# Signaleren

- Wanneer denk jij aan een trauma bij een cliënt?
- Wat zouden signalen kunnen zijn?



# Signaleren

- Vermijden (niet in lift, niet lopen)
- Afwezige indruk
- Afweer bij zorgmomenten

# Signaleren bij een cliënt

- Onrust
- Schrikachtigheid
- Slaapstoornissen
- Nachtmerries
- Herbelevingen
- Prikkelbaarheid





# Diagnostiek

- Schokverwerkingslijst
- NPI Angst



# EMDR

Stukje film youtube rino ouderenpsycholoog vanaf 6:49

# Eye Movement Desensitization and Reprocessing

- Door oogbewegingen
- Minder heftig maken
- en verwerken





# EMDR

- Terugdenken aan de nare gebeurtenis
- Kijken wat het naaste beeld is
- Concentreren op herinnering én afleidende oogbewegingen
- Kijken wat er opkomt



# EMDR

- Doel spanning of naarheid neemt af
- Iemand kan weer naar het beeld kijken
- Vaak verandert het beeld





# EMDR in ouderenzorg

- Bij dementie (artikel bij heftig probleemgedrag uit Japan)
- Bij mensen met NAH
- Vaak niet gesignaleerd
- Soms neiging tot medicaliseren of toedekken



# Wat neem je mee?



# Wat wij je mee willen geven

- Wees alert op angst
- Kijk of je angst kunt behandelen
- Naast Doen bij Depressie ook Doen Bij Angst?