

Klinisk retningslinje for psykoterapi til voksne med PTSD med komorbiditet eller kompleks PTSD i ambulant psykiatri

1 Eksponering ved traumefokuseret psykoterapi til voksne med PTSD

Svag anbefaling for

Overvej at tilbyde traumefokuseret psykoterapi med eller uden eksponering til voksne med PTSD, idet der ikke er fundet forskelle i effekt herimellem.

Bemærkning:

Følgende specifikke terapier udgør evidensgrundlaget: Prolonged Exposure (PE), Kognitiv adfærdsterapi (KAT), Cognitive Processing Therapy (CPT), Kognitiv terapi (KT), Eye Movement Desensitisation and Reprocessing (EMDR) og Narrativ eksponeringsterapi (NET).

De specifikke anvendte psykoterapier bør følge validerede manualer.

Traumefokuseret psykoterapi med eksponering kan være krævende terapi-form. Af hensyn til patientens 'compliance' bør patienten have medindflydelse på beslutningen om, hvorvidt denne skal tilbydes traumefokuseret psykoterapi med eller uden eksponerende metoder. Der skal afsættes tid til at forberede og informere patienten om mulighederne inden behandlingsopstart. Terapeuter, der anvender eksponerende interventioner, bør være undervist i metoden. Desuden anbefales løbende undervisning og specialisering.

Erfaringer fra den kliniske arbejdsgruppe (KA) og spørgeskemaundersøgelsen for voksne med PTSD indikerer, at eksponering kan have en god effekt over tid, men at det kan være en belastende metode i starten af behandlingen, som muligvis medfører tidligt frafald. KA anbefaler, at der er stor opmærksomhed på patientens reaktion på behandlingen, eventuelt behov for graduering af de eksponerende interventioner i opstartsfasen samt eventuelt behov for træning i følelsesregulerende færdigheder i tillæg til eksponering.

Det er KA's erfaring, at arbejdet med en eksponerende metode kan medføre omsorgstræthed hos terapeuten, hvis belastningsgraden (antal udførte eksponeringssessioner) er for høj. Terapeuter, der anvender eksponerende metoder, bør modtage regelmæssig supervision.

2

Psykoterapi til behandling af PTSD med komorbid emotionelt ustabil personlighedsstruktur – borderline type

Traumefokuseret dialektisk adfærdsterapi (TF-DAT)

Svag anbefaling for

Overvej at tilbyde traumefokuseret dialektisk adfærdsterapi til voksne med PTSD og komorbid emotionelt ustabil personlighedsstruktur – borderline type.

Bemærkning:

Behandlingen bør følge validerede manualer.

TF-DAT er også kendt som DAT-PTSD.

Narrativ eksponeringsterapi (NET)

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af narrativ eksponeringsterapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid emotionelt ustabil personlighedsstruktur – borderline type, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Kognitiv adfærdsterapi (KAT)

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af kognitiv adfærdsterapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid emotionelt ustabil personlighedsstruktur – borderline type, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Stabiliserende gruppeterapi

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af stabiliserende gruppeterapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid emotionelt ustabil personlighedsstruktur – borderline type, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

3

Psykoterapi til behandling af PTSD med komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer

Mindfulness og kropsfokuserede psykoterapier

Svag anbefaling for

Overvej at tilbyde mindfulness og kropsfokuserede psykoterapier til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer.

Bemærkning:

Behandlingen bør følge validerede manualer.

Mindfulness- og kropsfokuserede psykoterapier refererer generelt til psykoterapier, der integrerer de mentale og fysiske aspekter af sundhed og velvære (se klinisk retningslinje for detaljer).

Ved brug af mindfulness og kropsfokuserede interventioner i behandlingen af PTSD med komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer bør der være en opmærksomhed på patientens evne til at regulere kropslige og psykiske traumereaktioner, da interventionerne kan medføre øget angst, utryghed, aggressivitet og en følelse af 'at være fanget i egen krop'. Desuden bør der være en bevidsthed om, at mindfulnessinterventioner kan igangsætte flashbacks.

Prolonged Exposure (PE)

Svag anbefaling for

Overvej at tilbyde Prolonged Exposure til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer.

Bemærkning:

Behandlingen bør følge validerede manualer.

Der er mulighed for påvirket kognitivt funktionsniveau hos mennesker med PTSD og komorbid depression eller komorbide moderate-svære depressionssymptomer, hvilket kan påvirke evnen til at indgå i eksponering.

PE er en forholdsvis krævende behandlingsform for patienten.

Cognitive Processing Therapy (CPT)

Svag anbefaling for

Overvej at tilbyde Cognitive Processing Therapy til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer.

Bemærkning:

Behandlingen bør følge validerede manualer.

Narrativ eksponeringsterapi (NET)

Svag anbefaling for

Overvej at tilbyde narrativ eksponeringsterapi til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer.

Bemærkning:

Behandlingen bør følge validerede manualer.

Present-Centered Therapy (PCT)

Svag anbefaling mod

Tilbyd ikke rutinemæssigt Present-Centered Therapy til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer, idet det er usikkert, om effekten sammenlignet med traumefokuserede psykoterapier er ligeværdig.

Kognitiv terapi (KT)

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af kognitiv terapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Interpersonel psykoterapi (IPT)

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af interpersonel psykoterapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Eksponeringsterapi med brug af Virtual Reality (VRE)

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af eksponeringsterapi med brug af virtual reality i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Kognitiv adfærdsterapi (KAT)

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af kognitiv adfærdsterapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Imagery terapi

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af imagery terapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Eye Movement Desensitisation and Reprocessing (EMDR)

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af Eye Movement Desensitisation and Reprocessing i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med PTSD og komorbid depression eller moderate-svære depressionssymptomer, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

4

Psykoterapi til behandling af PTSD med komorbide dissociative lidelser eller PTSD med dissociative symptomer (DSM-5 subtype)

God praksis (konsensus)

Det er god praksis at tilbyde psykoterapier til voksne med PTSD og komorbide dissociative lidelser eller dissociative symptomer, som integrerer interventioner målrettet dissociative symptomer i behandlingen.

Implikationer for forskning

Der bør laves mere forskning på voksne populationer med PTSD og komorbide dissociative lidelser eller dissociative symptomer, da evidensen på området er sparsom.

5 Psykoterapi til behandling af kompleks PTSD

Færdighedstræning som tillæg til behandling

Svag anbefaling for

Overvej at tilbyde psykoterapi med eller uden færdighedstræning (Skills Training for Affective and Interpersonal Regulation; STAIR) til voksne med kompleks PTSD, idet der ikke er fundet forskelle i effekt herimellem.

Bemærkning:

Behandlingen bør følge validerede manualer.

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af imagery terapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med kompleks PTSD, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Gruppeterapi

Implikationer for forskning

Overvej kun brugen af gruppeterapi i forskningsmæssig sammenhæng til voksne med kompleks PTSD, da der er usikkerhed om de gavnlige og skadelige virkninger af metoden.

Om quick-guiden

Quick-guiden indeholder de centrale anbefalinger i den kliniske retningslinje for psykoterapi til voksne med PTSD med komorbiditet eller kompleks PTSD.

Bemærk, at en enkelt anbefaling gælder for psykoterapi til voksne med PTSD generelt (fokuseret spørgsmål 1: Eksponering ved traumefokuseret psykoterapi til voksne med PTSD).

Denne kliniske retningslinje indeholder anbefalinger vedrørende udvalgte fokuserede kliniske spørgsmål og kan derfor ikke stå alene, men må ses i sammenhæng med øvrige kliniske retningslinjer på området.