

Hvad er PTSD?

Posttraumatisk belastningsreaktion benævnt PTSD (posttraumatisk stress belastning) er en psykisk sygdom.

Hvem får PTSD?

Personer, som har været involveret i voldsomme hændelser kan få efterreaktioner, som i nogle tilfælde kan udvikle sig til behandlingskrævende senfølger i form af posttraumatisk belastningsreaktion, depression, angstlidelser m.v. Det er ikke alle mennesker, der udvikler PTSD efter eksponering for en traumatiserende hændelse, og udviklingen af PTSD afhænger af flere faktorer ud over hændelsen i sig selv.

Karakteren, omfanget og varigheden af belastningen har betydning. Derudover kan det være faktorer som bl.a. generelle biopsykosociale ressourcer, relationelt tilknytningsmønster og kvalitet og robustheden i evne til affektregulering.

Særlig risiko for at udvikle PTSD har følgende personer:

- Veteraner udsendt til væbnede konflikter
- Ofre for voldelig kriminalitet fx fysisk og psykisk overfald/overgreb
- Seksuelt misbrug, optøjer, uroligheder og bombesprængninger
- Ofre for krig, tortur eller terrorisme samt flygtninge
- Overlevende fra alvorlige ulykker og katastrofer
- Hjælpere ved katastrofer, redningsfolk, politi og sygehuspersonale

Symptomer på PTSD

Symptomerne på PTSD ses som en forsinket eller forlænget reaktion ved genoplevelse af traumet i form af påtrængende, svært kontrollerbare følelser, tanker og minder, tilbagevendende genoplevelse af traumet i "flashbacks", mareridt og andre søvnforstyrrelser, hukommelsesforstyrrelser og koncentrationsbesvær, øget træthed og irritabilitet, angst, undvigeadfærd, smerter, hovedpine, manglende appetit, og anspændthed. PTSD klassificeres i WHO's ICD-10 klassifikationssystem under hovedkategorien "F40-49. Angst- og tvangslidelser samt psykisk betingede legemlige symptomer og belastning- og tilpasningsreaktioner". Lignende kriterier findes i det amerikanske klassifikationssystem DSM IV, der accepterer en længere latenstid.

Typiske symptomer:

- Søvnproblemer og mareridt
- Koncentrationsproblemer
- Hukommelses- og indlæringsproblemer
- Anspændthed, rastløshed, irritabilitet, opfarethed
- Psykisk træthed
- Tristhed og depressive træk
- Spændinger i kroppen
- Smerter
- Isolationsproblemer

- Vredesproblemer
- Stemnings- og humørsvingninger
- Flashbacks – genoplevelse af torturen i vågen tilstand
- Skyld og skamfølelse
- Selvbebrejdelse
- Manglende tillid til andre