



Nationaal
Psychotrauma
Centrum

Psychotrauma bij ouderen

NKOP 19 november 2020

Stichting Centrum '45 / ARQ

- Landelijk instituut voor specialistische diagnostiek en behandeling van mensen met complexe psychotraumaklachten
- Achtergrond van de klachten
 - Herhaalde schokkende gebeurtenissen
 - Beroeps-gerelateerd geweld
 - Vervolging en/of oorlog
 - Nare ervaringen in de kindertijd
- Geen strijdige belangen te melden!

Vignet 1: ingehaald door het verleden?



Wat kunt u verwachten?

- ~ Ouder worden na een trauma
- ~ Psychologische behandeling
- ~ Onderzoek naar twee benaderingen
 - Narratieve Exposure Therapie
 - Present Centered Therapy
- ~ Behandelresultaten
 - Kwantitatief en kwalitatief

Ouder worden na een trauma

- ~ Potentieel traumatische gebeurtenissen:
 - Gedurende het hele leven!
- ~ Als hardnekkige gevolgen het functioneren ernstig belemmeren:
 - Post-traumatische stress stoornis (DSM-5)
- ~ Bij ouderen vaak een partieel beeld
 - Maar ook kans op reactivering van 'oud zeer'
 - Risico's dus tijdens COVID-19
 - Wees alert op signalen

Symptomen en vormen van beloop

- ~ Herbeleven, vermijden en verhoogde prikkelbaarheid (DSM-IV)
- ~ Negatieve veranderingen in stemming en cognities (DSM-5)
- ~ Beloop: chronisch, al dan niet fluctuerend
 - Onder invloed van actuele stress of triggers
 - Verlaat begin mogelijk, na een crisis
- ~ Plus depressie, middelen, lichamelijke klachten

Barrières voor behandeling

- ~ Onderrapportage
- ~ Angst voor stigmatisering
- ~ Comorbiditeit => misinterpretatie
- ~ Miskenning van traumacontext
- ~ “Ouderen kunnen niet meer veranderen”
- ~ Onderzoeksliteratuur smal en niet eenduidig

Te kwetsbaar? Heeft behandeling zin?



Behandelstrategieën

- ~ Begeleide, gecontroleerde exposure
 - In vivo of (meestal) imaginair
- ~ Werken met cognitieve schema's
- ~ Versterken van veerkracht
- ~ Inzet van onderlinge steun

Psychologische behandelvormen

- ~ Trauma-gericht => imaginaire exposure
 - EMDR (Eye Movement Desensitisation and Reprocessing) of Narratieve exposure therapie
- ~ Focus op traumatische rouw
 - Korte eclecticische psychotherapie –TR
- ~ Versterken van veerkracht
 - PCT (Present Centered Therapy)
 - Systeem: partner, kinderen, vrienden
 - Groep: herkenning, erkenning, steun

Onderzoek / promotieproject

- ~ Promotores:
 - Prof. Dr. Rolf Kleber en
 - Prof. Dr. Jan van de Bout
- ~ Copromotor: dr. Jeroen Knipscheer
- ~ Universiteit Utrecht
- ~ Dataverzameling: 2013-2016

Twée behandelingen vergeleken

- ~ Bij 28 ouderen met PTSD
 - Gem. leeftijd 64 [55-81], gemengde groep
- ~ Randomised Controlled Trial (RCT)
 - Twee instellingen: C45 en Sinai Centrum
 - Twee groepen, drie metingen
- ~ Veiligheid, haalbaarheid en effecten
- ~ PTSD, Depressie, Psychosociale aanpassing

Narratieve Exposure Therapie (NET)

- ~ Geprotocolleerde korte traumagerichte psychotherapeutische behandeling
- ~ Elementen van exposure (trauma-gerichte cognitieve gedragstherapie) en getuigenistherapie
- ~ Effectief voor kinderen, volwassenen en ouderen
- ~ Eenmaal eerder onderzoek naar NET bij ouderen
 - Bichescu et al., 2007

Kenmerken

- ~ Imaginaire exposure
 - Habituatie => klachtreductie
- ~ Van meervoudig of herhaald trauma
- ~ Herstel van de narratieve continuïteit
- ~ Document voor persoonlijk gebruik

Protocol

- ~ Kennismaking, psycho-educatie, behandelplan
- ~ Leggen van levenslijn
 - Selectie van te behandelen 'stenen'
- ~ Stenen én bloemen
 - Niet alleen de pijn, maar ook de ervaren steun
 - Documentatie van het levensverhaal
- ~ Laatste zitting: overhandigen document
 - Vooruitkijken, afscheid

Een koord, stenen, bloemen...



Stichting **Centrum'45**

Sterke punten

- ~ Structuur, herhaling, 8-12 zittingen
- ~ Verbaal én visueel; stenen én steun
- ~ Coherentie en betekenisverlening
- ~ Levensverhaal / getuigenisdocument
- ~ Literatuur: Levensverhalen en psychotrauma
 - Onder redactie van Ruud Jongedijk (2014)

Present Centered Therapy (PCT)

- ~ Klachten geduid in trauma-context
- ~ Werken in het heden
 - Dus géén exposure!
- ~ Actuele stressoren en interpersoonlijk gedrag:
 - focus op oplossingen en steun
- ~ Veerkracht en herstelgericht
- ~ Intensieve samenwerking

Protocol

- ~ Kennismaking, psycho-educatie, behandelplan
- ~ Trauma-context van klachten
- ~ Vaste structuur
 - Cliënt selecteert actuele problemen (huiswerk)
 - In elke zitting bespreken van oplossingen
 - Huiswerkbladen => zelfhulpdocument
- ~ Laatste zitting: terugblik, vooruitkijken, afscheid

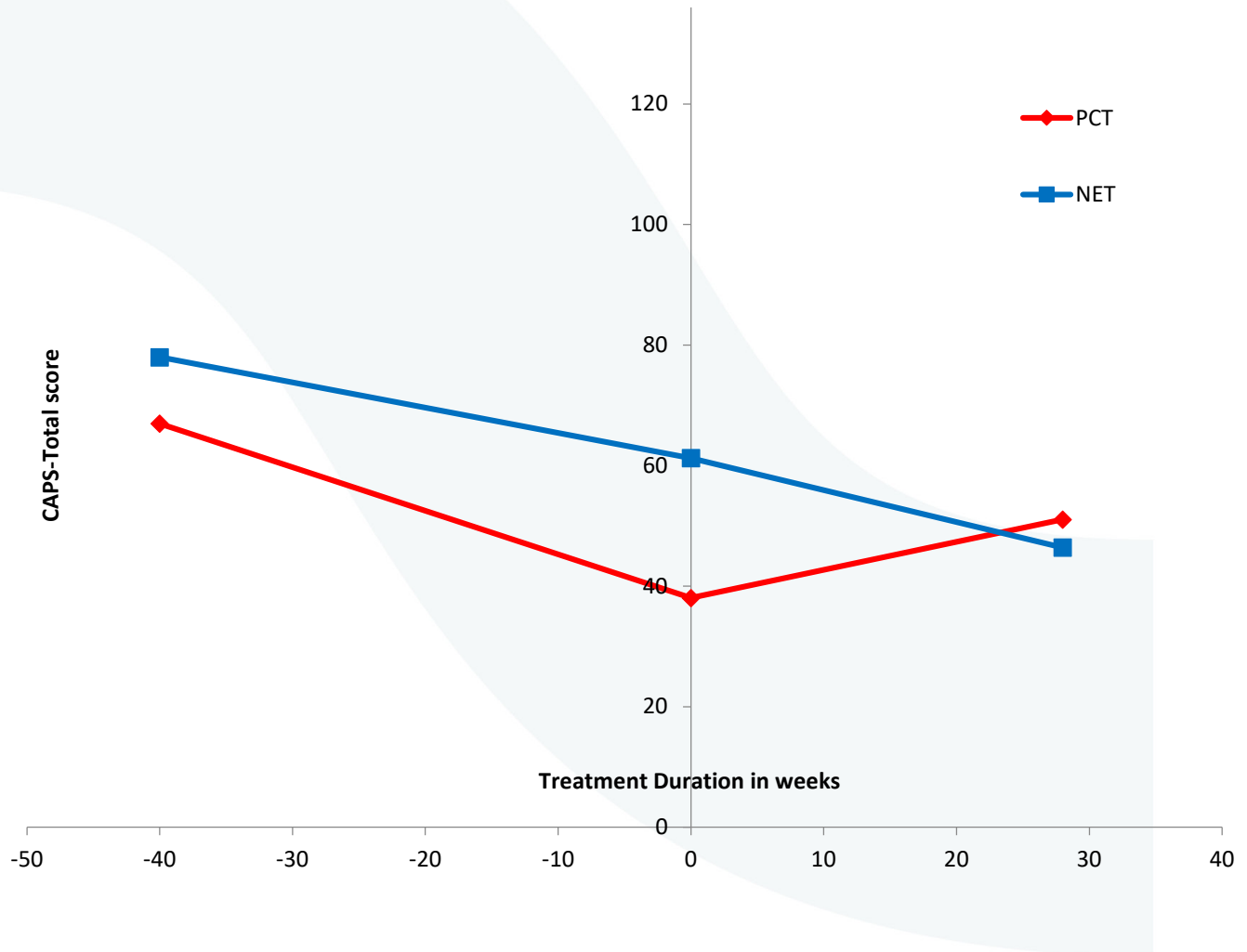
Onderzoeksoopzet

- ~ Twee groepen: NET en PCT
- ~ Elf sessies à 90 minuten
- ~ Drie meetmomenten:
 - Voor (T1) en na behandeling (T2) en
 - Vier maanden later: follow-up (T3)
 - Variabele intervallen
 - Tussen T2-T3: geen andere psychotherapie
- ~ Multilevel mixed effects piecewise groeimodel

Resultaten: kwantitatief

- Drop out: NET 6.25 %; PCT 16.67 %
- PTSD: van ernstig (T1) naar matig (T3): $g = 0.66^*$
 - NET: geleidelijke daling,
 - bij follow-up geen significant verschil meer
- Depressie: lichtere daling, gelijk opgaand
- Psychosociale aanpassing: PCT > NET!
 - In stabiliteit en kwaliteit van leven

Behandelresultaten in een grafiek



Kernpunten

- ~ Eerste Nederlandse RCT in dit veld
- ~ Veilig, haalbaar, weinig drop out
- ~ Effecten op vlak van PTSD (NET: T3) én psychosociale aanpassing (PCT:T2, T3)
- ~ Beperkingen
 - Kleine generaliseerbaarheid (N, leeftijd)
 - Kort follow-up interval

Kwalitatieve analyse

- ~ Subgroep (n = 4) van NET-deelnemers
- ~ Posttraumatische cognities/emoties
 - Over zich zelf, anderen en de wereld
- ~ Levensloopperspectief
- ~ Bron: NET-verslagen en interviews bij elke meting van de RCT
- ~ MAXQDA: close reading

De wereld achter het onderzoek

- ~ Nederlandse cliënten, leeftijd: 57-81 (M = 64.4)
 - Opgegroeid in Nederland
- ~ Traumatische ervaringen tijdens de jeugd:
 - Bombardementen op Rotterdam; huiselijk geweld, pesten op school, seksueel misbruik; geweld naar huisdieren; isolering (opname in sanatorium)
- ~ Traumatische ervaringen als jonge en latere volwassene
 - Triggers (voedseldroppings bij watersnood, spelletje schaak); verlies van naasten, fysieke crisis

Levensloop

- ~ Trauma in de kindertijd (> 5 jaar)
 - Veerkracht, maar ook gedragsstoornissen
 - Veel gezondheidsrisico's
- ~ Volwassene: Nieuwe relaties en vaardigheden
- ~ Door nieuwe crisis reactivering
 - Terug in oude onmacht of angst
- ~ Ouderen: kansrijk, langdurig perspectief
 - NB autonomie en controlemechanismen

Resultaten: kwalitatief

- ~ Jeugdtrauma's met lange nasleep
- ~ Levenslang proces van verwerken
- ~ Tijdelijk meer klachten tijdens de behandeling
- ~ Geleidelijke verschuiving in cognities
- ~ Groeiend zelfbewustzijn en eigenwaarde

Sterker dan mijn spoken

- ~ Nieuwe groei naast restsymptomen
 - Er is meer dan PTSD
- ~ Verbreding van emotioneel repertoire
- ~ Voldoende veerkracht om op terug te grijpen
- ~ Verbetering intergenerationele verbondenheid
- ~ Beperkingen:
 - Kleine subgroep, mogelijk 'survivor's bias'

Conclusies

- ~ Twee veilige en effectieve interventies
- ~ Jongere ouderen: kansrijke leeftijd
- ~ Vermindering medische kosten en sociaal isolement
- ~ Pessimisme over ouderen ongegrond
- ~ Geen nadelige invloed van behandelresultaat door jeugdtrauma (ook niet bij vluchtelingen)

Ik had dit veel eerder moeten doen...



Klinisch vignet 2

~ Graag starten

TIPS

- ~ Overleg bij een ernstige somatische aandoening met de medische specialist
- ~ Leg afspraken vast in een signaleringsplan
- ~ Sluit aan bij motivatie en hulpvraag
- ~ Leg goed uit wat de bedoeling is
- ~ Ook aan de naasten van betrokkene

Werk in uitvoering!



Literatuur

- ~ Lely, J.C.G., De la Rie, S.M., Knipscheer, J.W., & Kleber, R.J. (2019a). Stronger than my ghosts: A qualitative study on cognitive recovery in later life. *Journal of Loss and Trauma* 24(4), 369-382. doi: 10.1080/15325024.2019.1603008.
- ~ Lely, J.C.G., Knipscheer, J.W., Moerbeek, M., Ter Heide, F.J.J., Van den Bout, J., & Kleber, R.J. (2019b). Randomised controlled trial comparing Narrative Exposure Therapy with Present-Centered Therapy for older Patients with post-traumatic stress disorder. *British Journal of Psychiatry* 214(6), 369-377. doi: 10.1192/bjp.2019.59.
- ~ Lely, J.C.G. Treating trauma-related disorders in later life. Dissertation. www.Arq.org, 2019

Trauma en COVID-19

- ~ Effecten chronische stress voor iedereen
- ~ Nawerking geschiedenis (isolement, angst)
- ~ Effecten op betekenisgeving:
 - Geen afscheid, beperkte rituelen
 - Lijden, eenzaamheid
 - Afstand tot geloof, gemeenschap
 - Economische druk
- ~ Zie Geert Smid: een raamwerk van betekenisgeving na verlies, 2020

Traumawerk in tijden van COVID-19

- ~ Wees alert op signalen van angst en onmacht
 - Neem triggers op in het behandel- of signaleringsplan
- ~ Maak zo mogelijk tijd voor extra aandacht
 - Tijdsmanagement
- ~ Maak gebruik van biografische informatie
 - Bestaande levensboekjes
- ~ Let op jezelf en elkaar!

SIG NtVP Ouderen en psychotrauma

- ~ Collega's binnen zelfde populatie
- ~ Delen van ervaringen
- ~ Scherp blijven, up-to-date
- ~ Intervisie, wat grotere casuïstiek, toepassingen
- ~ Uitwisselen literatuur
- ~ Hard maken voor oudere doelgroep
- ~ Workshops
- ~ Totaalplaatje
- ~ Een groep kan meer dan in je eentje
- ~ Verwetenschappelijking
- ~ Aanpassingen van protocollen aan ouderen.

Zomaar wat onderwerpen

- ~ Neuroplasticiteit en trauma
- ~ Cognitieve controle en trauma. Invloed op exposure?
- ~ Trauma-gerichte E-health bij ouderen
- ~ Oudere migranten en trauma
- ~ Traumabehandeling in de laatste levensfase

Met dank aan...

- ~ Onze sponsor: Fonds Nuts Ohra
- ~ De Raad van Bestuur van Arq
- ~ Promotores en copromotor!
- ~ Leiding en collega's van Centrum '45 en Sinai C.
- ~ Onze deelnemers, behandelaars en supervisoren
- ~ Onze stagiaires en junior onderzoekers

Meer weten?

- ~ NET-trainingen:
 - Arq Academy, Nienoord 13, 1112 XE Diemen
- ~ Verwijzen naar Centrum '45:
 - Zie website, Tel: 088-3305511
- ~ Special Interest Group (SIG) bij NtVP
 - **Ouderen en Psychotrauma**
- ~ Voor meer informatie daarover:
j.lely@centrum45.nl

**Bedankt voor uw aandacht
en tot ziens**