

# Behandeling Obsessieve-Compulsieve Stoornis (OCS)

Voor de behandeling van OCS zijn bij ons diverse mogelijkheden: (1) een medicamenteuze behandeling, (2) psychotherapeutische dagbehandeling (3) diepe hersenstimulatie (DBS). Afhankelijk van de ernst van de klachten wordt bij de intake bepaald welke van deze behandelvormen of een combinatie toe te passen.

## Intake

Bij uw eerste bezoek aan de polikliniek onderzoeken we wat er exact aan de hand is. We vragen naar uw ziektegeschiedenis en doen lichamelijk onderzoek. Dan kijken we of u in aanmerking komt voor behandeling en wat voor soort behandeling (medicamenteuze behandeling of dagbehandeling) de voorkeur heeft. Aan het eind van de gesprekken heeft u een goed beeld van wat u te wachten staat.

Soms hebben mensen niet alleen een dwangstoornis (of OCS) maar daarnaast nog een andere psychische kwetsbaarheid, zoals bijvoorbeeld een post-traumatische stress stoornis, persoonlijkheidsproblematiek of een autisme spectrum stoornis. In die gevallen kan het raadzaam zijn om eerst de onderliggende kwetsbaarheid in kaart te brengen en te behandelen. Niet al deze diagnostiek en behandelingen zijn mogelijk in Amsterdam UMC.

## Naasten

In belang van de diagnostiek en de impact van de klachten op de omgeving werken wij zoveel mogelijk systemisch. Wij raden aan om een naaste of familielid mee te nemen naar de intake en zullen uw naaste zoveel mogelijk betrekken bij de behandeling.

## Medicamenteuze behandeling

De medicamenteuze behandeling vindt poliklinisch plaats. Meestal worden patiënten ingesteld op antidepressiva (SSRI's). Voor de behandeling zijn hoge/maximale doseringen noodzakelijk. De medicatie kan bijwerkingen geven. Pas na 10- 12 weken wordt het optimale effect bereikt.

Indien er geen verbetering van de klachten optreedt of er ernstige bijwerkingen zijn, kan de medicatie aangepast worden naar ander antidepressivum. Bij wederom uitblijven van effect zal een antipsychoticum bij het antidepressivum worden toegevoegd.

Patiënten worden frequent poliklinisch teruggezien of telefonisch gesproken om het effect van de medicatie te kunnen beoordelen.

## **Dagbehandeling**

Het doel van de behandeling is dat u zich in het dagelijks leven niet meer laat leiden door angst. Bij dwang gaat het om exposure (blootstelling) aan de angstopwekkende situaties en stoppen van de dwanghandelingen. Stapje voor stapje kunt erop leren vertrouwen dat er geen ramp gebeurt en u de angst aankunt.

## **Programma**

De dagbehandeling bestaat uit de volgende groepsonderdelen: cognitieve therapie, exposure & doelen, modi.

### **Cognitieve therapie**

De kern van de cognitieve therapie is dat niet de situatie op zich u angstig maakt maar dat de angst voortkomt uit de manier waarop u erover denkt, hoe u tegen de situatie aankijkt of deze beoordeelt. Cognitie is een ander woord voor gedachten, ideeën, beelden.

Bij een dwangstoornis kunnen dat gedachten zijn over besmetting, risico's op slechte afloop en gevaren. Ook de neiging om zich oververantwoordelijk te voelen, hoge eisen aan zichzelf te stellen en de sterke behoefte om alles onder controle te houden komt aan bod.

### **Exposure**

In dit onderdeel gaat u stap voor stap aan de slag met uw doelen. Het verbreken van vermijding, het blootstellen aan angst opwekkende situaties en het achterwege laten van dwanghandelingen. U bepaalt wekelijks doelen om thuis mee aan de slag te gaan

### **Modi**

Met modi worden de verschillende gemoedstoestanden bedoeld die we als mens hebben. We proberen deze emotionele- en gedragstoestanden te activeren en inzichtelijk te maken o.a. middels sport en spel. Doel is om te leren tegemoet te komen aan onderliggende emotionele behoeften.

## **Duur van de behandeling**

De behandeling is 1 dag per week en duurt zestien weken. Na 6 en eventueel 12 weken vindt er een evaluatie plaats. In week 7 vindt er een systeemgesprek plaats naar aanleiding van de evaluatie. U kunt iemand meenemen die belangrijk voor u is (ouder, partner).

## **Groepsgrootte**

De groep bestaat uit maximaal acht patiënten. Het is een open groep, dat betekent dat er mensen bij komen en vertrekken.

## **Nazorg**

Na de dagbehandeling is het mogelijk om deel te nemen aan een nazorgprogramma. Deze vindt gedurende 6 maanden, 1x per maand plaats.