



Folder

Vormen van psychotrauma- en stressor gerelateerde stoornissen

Wat zijn psychotrauma- en stressor gerelateerde stoornissen?

Psychotrauma- en stressor gerelateerde stoornissen zijn psychische aandoeningen die ontstaan na het meemaken van een ingrijpende of stressvolle gebeurtenis. Dit kan variëren van een ernstig ongeval, fysiek of emotioneel geweld, het verlies van een dierbare, tot langdurige stressvolle situaties. Deze stoornissen hebben een grote invloed op hoe iemand zich voelt, denkt en functioneert in het dagelijks leven.

In deze folder worden de belangrijkste vormen van psychotrauma- en stressor gerelateerde stoornissen uitgelegd, evenals de symptomen en mogelijke behandelopties.

Vormen van psychotrauma- en stressor gerelateerde stoornissen

1. Posttraumatische Stressstoornis (PTSS)

Wat is PTSS?

Posttraumatische stressstoornis (PTSS) is een stoornis die kan ontstaan na het meemaken van een traumatische gebeurtenis waarbij je intense angst, machteloosheid of afschuw ervaarde. PTSS kan optreden kort na het trauma, maar soms ontwikkelen de klachten zich pas maanden of jaren later.

Symptomen van PTSS:

- Herbelevingen: Regelmatig flashbacks, nachtmerries of ongewenste herinneringen aan het trauma.
- Vermijding: Het vermijden van situaties, plaatsen of gedachten die aan het trauma herinneren.
- Verhoogde prikkelbaarheid: Moeite met slapen, snel geïrriteerd of boos worden, en constant alert zijn (hypervigilantie).
- Negatieve gedachten en gevoelens: Een aanhoudend gevoel van angst, schuld of schaamte, en een verminderd vermogen om positieve emoties te ervaren.

2. Acute Stressstoornis (ASS)

Wat is ASS?

Acute stressstoornis (ASS) is een stoornis die ontstaat kort na een traumatische gebeurtenis. ASS lijkt veel op PTSS, maar het verschil is dat ASS zich binnen de eerste vier weken na het trauma ontwikkelt en vaak tijdelijk is. ASS kan echter een voorloper zijn van PTSS als de klachten langer aanhouden.

Symptomen van ASS:

- Herbelevingen: Intensieve flashbacks of nachtmerries over het trauma.
- Emotionele verdoving: Een gevoel van afstand tot jezelf en je omgeving, ook wel dissociatie genoemd.
- Verhoogde spanning: Overmatige alertheid, slaapproblemen en prikkelbaarheid.
- Vermijding: Vermijden van gedachten of situaties die aan het trauma herinneren.

3. Aanpassingsstoornis

Wat is een aanpassingsstoornis?

Een aanpassingsstoornis ontstaat als gevolg van een ingrijpende, maar minder acute stressvolle gebeurtenis, zoals een scheiding, verlies van een baan, of een verhuizing. De persoon heeft moeite om zich aan te passen aan de nieuwe situatie, wat leidt tot emotionele en gedragsmatige problemen.

Symptomen van een aanpassingsstoornis:

- Overmatige stress: Een sterk gevoel van angst, spanning of verdriet dat buiten proportie is voor de gebeurtenis.
- Moeite met functioneren: Problemen op het werk, school of in sociale relaties.
- Somberheid of hopeloosheid: Gevoelens van neerslachtigheid of wanhoop die het dagelijks leven beïnvloeden.
- Gedragsveranderingen: Overmatig piekeren, teruggetrokken gedrag of impulsieve acties zoals agressie.

4. Reactieve hechtingsstoornis (RHS)

Wat is RHS?

Reactieve hechtingsstoornis is een ernstige aandoening die meestal ontstaat bij jonge kinderen die onvoldoende liefde, aandacht en zorg hebben ontvangen.

Dit kan het gevolg zijn van verwaarlozing, misbruik of een langdurige verblijf in instellingen. Kinderen met RHS hebben moeite om gezonde emotionele banden met anderen aan te gaan.

Symptomen van RHS:

- Onvermogen tot hechting: Moeite om vertrouwensrelaties op te bouwen met verzorgers of anderen.
- Teruggetrokken gedrag: Een afkeer van sociale interacties, waarbij het kind zich terugtrekt en weinig emotie toont.
- Gebrek aan troost zoeken: Het kind zoekt geen troost bij anderen, zelfs niet in stressvolle situaties.
- Ongepaste sociale reacties: Soms reageert het kind op een verstoorde manier op de sociale omgeving, zoals overdreven waakzaam zijn of totaal geen reactie tonen op verzorgers.

5. Désinhibitie Hechtingsstoornis (DSED)

Wat is DSED?

Désinhibitie Hechtingsstoornis (DSED) is, net als RHS, een hechtingsstoornis die ontstaat in de kindertijd door verwaarlozing of gebrek aan stabiele verzorgers. Bij DSED vertonen kinderen juist overmatig sociaal gedrag, zonder onderscheid te maken tussen vreemden en vertrouwde personen.

Symptomen van DSED:

- Ongepaste sociaal gedrag: Kinderen benaderen vreemden of onbekenden zonder terughoudendheid, alsof ze deze mensen goed kennen.
- Gebrek aan grenzen: Geen onderscheid maken tussen bekende en onbekende volwassenen, en een gebrek aan gezonde angst voor vreemden.
- Onveilige relaties: Moeite om stabiele, veilige relaties op te bouwen, omdat ze niet selectief zijn in hun sociale interacties.

Conclusie

Psychotrauma- en stressor gerelateerde stoornissen hebben grote invloed op het dagelijks leven van mensen die hiermee te maken hebben. Het is belangrijk om deze stoornissen te herkennen en tijdig te behandelen indien de klachten langer dan enkele weken aanhouden.

Vragen?

Heb je vragen over psychotrauma of wil je weten of traumabehandeling voor jou geschikt is? Neem dan gerust contact op met je behandelaar.

