



LMS - Landsforeningen mod spiseforstyrrelser og selvskaade



VIDENSCENTER OM
SPISEFORSTYRRELSER
OG SELVSKADE

Behandling af selvskaade

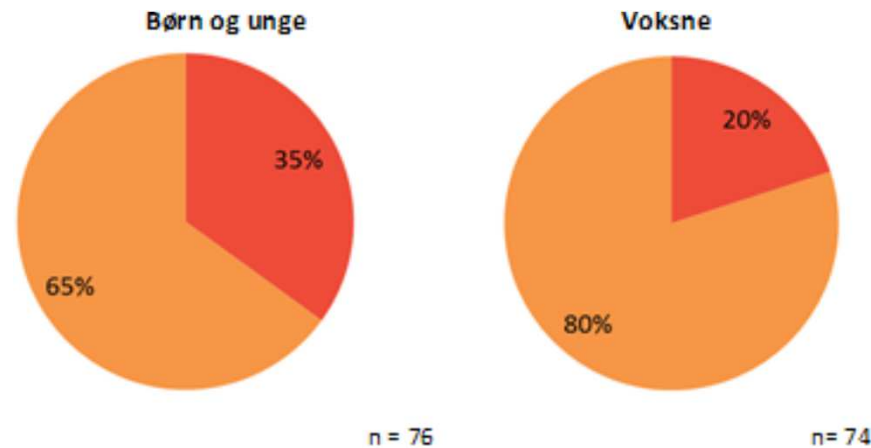
Rasmus Thastum, sociolog, projektleder, ViOSS

Behandling af selvskade

- Selvskade er ingen diagnose
 - Ingen behandling i psykiatrien
 - Psykiatriske afdelinger ser mange med selvskade
 - Ofte i forbindelse med personlighedsforstyrrelser, spiseforstyrrelser, depression og selvmordsforsøg
- DSM-5: Forskningsdiagnose, forslag til fremtidig kliniske diagnose

Kommunale tilbud i Danmark

- ViOSS rapport fra 2013: "Kommunernes tilbud til personer med spiseforstyrrelser og selvskade"
 - Nogle kommuner har specialiserede tilbud til personer med selvskade



- Flere kommuner har tilbud til personer med selvskade, end til personer med spiseforstyrrelser
 - Fordi selvskade ikke er en officiel diagnose og derfor ikke kan henvises til psykiatrien?

Effektive behandlingstilgange

- Begrænset viden om effekten af behandling af personer med selvskade i dansk kontekst
- Internationale studier
 - Primært med psykiatriske patienter (borderline, depression eller selvmordsforsøg)

Dialektisk adfærdsterapi (DAT)

- Kognitive adfærdsterapeutiske principper, mentalisering og mindfulness
- Udviklet i 1993 til behandling af personer med Borderline Personlighedsforstyrrelse (BPD)
- I dag en udbredt behandlingstilgang til adfærdslidelser i den nordiske psykiatri
- Den første behandlingsform, der har vist dokumenteret effekt for patienter med BPD i kombination med enten selvskade eller selvmordsforsøg
- En af de behandlingsmetoder, der har vist størst effekt for personer med selvskade kombineret med andre samtidige psykiske lidelser

Effekten af DAT

- Flest studier undersøger effekten blandt patienter med BPD
- Hollandsk RCT fra 2003: 58 kvinder med BPD randomiseredes til 12 måneders DAT eller standardbehandling
 - DAT medførte signifikant større reduktion i selvskadende adfærd sammenlignet med standardbehandling
 - 6 måneders followup: Samme effekt blandt patienterne i interventionsgruppen, forværret i kontrolgruppen
- Studie blandt 61 selvmordstruede unge: 86 % skadede sig selv ved baseline, 38 % ved followup 4 måneder efter endt behandling
- Flere studier: Signifikant positive resultater af DAT til behandling af personer med selvskade.
 - Delte fund omkring, hvorvidt denne effekt bevares over tid.

Mentaliseringsbaseret terapi (MBT)

- Psykodynamisk terapi
 - Mentalisering og affektregulering
 - Indeholder terapeutiske elementer, der kan anvendes i individuel terapi, gruppeterapi eller anden behandlingsmæssig kontakt med personer, der har psykiske vanskeligheder.

Effekten af MBT

- Påvist effekt af MBT til behandling af personer med BPD samt til behandling af selvskade samtidig med andre adfærdslidelser
- Studie fra 2012: 45 patienter med BPD over en 18-måneders periode
 - Statistisk reduktion i antallet af patienter, der skadede sig selv (fra 51 % til 19 %)
- Studie fra 2015: Sammenligning af MBT med tidligere psykodynamisk terapi.
 - Effekten på selvskadende adfærd var større ved MBT, men begge behandlingsmetoder medførte reduktion i selvskadeepisoder. For de patienter, der modtog MBT, var der en reduktion af selvskadende adfærd fra 89 % til 27 %
- Mangler mere forskning

Emotion Regulation Group Therapy (ERGT)

- Lovende ny behandlingstilgang
- 14-ugers program målrettet patienter med BPD og selvskade.
 - *Add-on*, som direkte målrettes den selvskadende adfærd og dets underliggende mekanismer
- Fokus på følelsesregulering og at lære personen andre måder at reagere og regulere sine følelser på
- 14 gruppesessioner, som handler om selvskadens funktion og udtryk samt impuls kontrol. Kombineres med gruppeøvelser og hjemmearbejde, der både består af øvelser samt registrering af følelser og selvskadende impulser

Effekten af ERGT

- 2006: 22 kvinder med BPD og selvskade
 - Standardbehandling suppleret med ERGT vs. standardbehandling.
 - Signifikant reduktion, stigning i kontrolgruppen.
- 2011: 23 kvinder modtog ERGT.
 - Samme tendenser som i 2006. 55 % af deltagerne rapporterede ikke at have skadet sig selv de seneste to måneder
- 2014: RCT med deltagelse af 61 kvinder.
 - Signifikant fald
 - 9 måneders follow-up: 43 % klinisk signifikante forbedringer i deres selvskadende adfærd
- Foreløbige resultater peger på god effekt, men der mangler mere forskning

Erfaringer fra Sverige

- Oktober 2011: Aftale mellem kommuner, regioner og regering
 - Udvikle og koordinere indsats for at mindske andelen af unge med selvskade
- Formål
 - Reducere antallet af unge med selvskade
 - Reducere indlæggelser og tvangsforanstaltninger
 - Styrke den tidlige indsats

Aktiviteter

- Prævalensmåling
 - 1717 psykiatriske patienter
 - 68,2 % kvinder, 23,9 % mænd
 - Gennemsnitsalder: 31,3 år
 - Forekomst af selvskade: 47,2 %
 - Kvinder under 18: 73,8 %
- Undervisning:
 - Kurser:
 - Kompetenceudvikling for terapeuter
 - Undervisning i behandlingsprogrammer
 - Webundervisning

Aktiviteter

- Evaluering af behandlingstilgange
 - ERGT (Emotion Regulation Group Therapy):
 - 96 Kvinder med selvskade
 - 69 % BPD
 - 69,4 Angst
 - 54,6 % Depression
 - Gennemsnitsalder: 25,4 år
 - Resultater:
 - Deliberate self-harm inventory: Præ = 21 (9-56), post = 10 (3-46)
 - 61,5 % af effekt forklares med forandring i effektregulering
 - ERGT uden emotionsregulering reducerer ikke selvskade?
 - Konklusioner:
 - ERGT: Gennemførlig og effektiv behandling af selvskade
 - Vigtigt at adressere emotionsregulering i behandling af selvskade
- ERITA (Emotion Regulation Individual Therapy for Adolescents):
 - Individuel, internetbaseret version af ERGT

Opsummering

- Manglende viden om støtte og hjælp til ikke-psykiatriske mennesker med selvskade
- Vigtigt med tidlig opsporing
 - Fysisk og psykisk afhængighed
 - Social isolation, abstinenslignende symptomer, koncentrationsvanskeligheder og et altoverskyggende indre kaos
 - Øget risiko for selvmord eller selvmordsforsøg, alvorlig mistriivsel, psykisk sygdom samt alkohol- og stofmisbrug

Spørgsmål?