

Danmarks Veteraner og HBM's Pilotprojekt omkring PTSD

For snart 2år siden, blev ideen om at lave et pilotprojekt med danske PTSD-ramte veteraner født.

Metoden der skulle testes i projektet var HBM. En videnskabelig baseret metode, udviklet og afprøvet igennem 22 år. Metoden er baseret på neurovidenskab, kinesiologi og sensorisk integration. Den har vist sig, at have en gavnlig effekt på de skader der sker i hjernen, når den neurokemiske balance påvirkes af traumer og længerevarende stress.

En anonym donation muliggjorde det for Oberst Niels Hartvig og Hanne Stigaard, at få stablet dette længe ventede projekt på benene.

Projektet løb af stablen 3. – 10. november 2018 på Perry Park Ranch i Colorado.

De danske repræsentanter på turen for HBM - Horseback Miracles, var Hanne Stigaard - HBM Director of International Expansion, & Helle Birkehøj, HBM Practitioner/terapeut i DK.

Repræsentanterne for Danmarks Veteraner, var Oberst Niels Hartvig, Psykolog Jens Hansen og Major Jens Morten Jørgensen.

De 6 deltagende veteraner med PTSD, var alle fra ISAF 9. De udvalgte repræsenterede en bred vifte af PTSD symptomer, både med hensyn til art og voldsomhed. Alle 6 veteraner modtog 10 HBM-sessioner, samt Terapi v. Helle Birkehøj og samtalsessioner v. psykolog Jens Hansen, i løbet af de 6 dage.

HBM-sessionerne gør 2 ting. 1) Neutraliserer stresshormonerne. 2) Balancerer hjernens neurokemikalier.

Ved forhøjet cortisol grundet stress over længere tid, er der begrænset adgang til dele af hjernen. Her især frontallapperne, hvor al rationel tænkning, fokusering og hukommelse foregår. Derfor er første skridt at neutralisere stress, så hjernen åbner / gendanner kommunikationsvejene. Dette bevirker, at man nu både kan forholde sig til, og bearbejde, de følelser og traumer der påvirker en. Et HBM forløb effektiviserer og optimerer altså al anden efterfølgende terapi, som tidligere ikke har vist sig at have den ønskede virkning.

Det var en meget intens uge med store rutsjebaneture for deltagerne. Hele følelsesregisteret var i spil. Det var fantastisk at se, hvordan både indestængt vrede, sorg og traumer, som de i nogle tilfælde ikke engang var bevist om, kom til overfladen, blev bearbejdet og sluppet.

Alle deltagere blev målt med EEG før og efter HBM forløbet. Dette vil udmunde i en rapport, samt en bog. Rapporten er ikke færdig endnu, men vi er ovenud tilfredse med de forandringer vi så og oplevede i løbet af ugen.

I videoen kan du høre James Ashley Robinson udtale sig om sine oplevelser gennem HBM forløbet.

Her et udpluk af deltagernes citater fra ugens løb:

"Jeg er glad - jeg har ikke følt denne slags glæde i mere end 8 år"

"Jeg vågner glad og afslappet. Jeg plejede altid at sove længe og stadig følte mig udmattet"

"At sidde her på en restaurant med mange mennesker og meget støj og nyde det og have det sjovt, efter 4 intense travle lange dage – det var ikke muligt for mig før dette"

"Dette er den største high, jeg nogensinde har haft – intet drug kan måle sig med det"

"Det følte som al min vrede bare forsvandt ned gennem min krop og endte i mine sko og forsvandt"

"Jeg plejede at have tsunamier af tanker i mit hoved, når det ramte puden om natten. Nu er alle tankerne klare og adskilte og jeg kan vælge en tanke, holde fast i den og tænke den til ende inden jeg vælger en ny"

"Jeg havde traumer der kom til overfladen i denne uge, som jeg ikke engang anede var der"

"Jeg har grædt mere i denne uge end i hele mit liv tilsammen, og det føles godt at få det ud"

"Min krop plejede at føles som en tom rustning med vrede og sorg indeni – nu kan jeg mærke mig selv og jeg føler glæde"

"Jeg vil bare blive på denne hest"

"Alle soldater / veteraner med PTSD bør gå igennem sådan et forløb her"

"Dette giver mig håb om, at jeg kan få mit liv tilbage"

"Jeg sover en dyb søvn, som jeg ikke er vant til. Selv om jeg vågnede 3 gange i nat, faldt jeg bare i dyb søvn igen, og jeg vågnede klar, glad og afslappet"

Det donerede beløb, har dækket udgifterne til opholdet i Colorado. Vores næste mål er at søge midler til at kunne mødes og følge op på de 6 veteraner 4 x i de næste 12 måneder, så vi ikke blot står med det kortsigtede resultat, men også kan se resultaterne på lang sigt.

Vores mål er endvidere at få denne behandling ud til alle de soldater/veteraner i Danmark, som har det ganske forfærdeligt og hvis familier lider med dem. Det er både forfærdeligt menneskeligt, men også farligt at have tikkende bomber gående rundt, som for manges vedkommende isolerer sig selv fordi de udmærket godt ved, at de er tikkende bomber og de ønsker ikke at skade nogen. Økonomisk er vi heller ikke i tvivl om, at det vil være en bedre ide at give dem HBM behandlinger, så de rent faktisk kommer ud af deres PTSD og bliver aktiver igen. Mange af dem er tunge samfundsøkonomisk i dag.

Vi håber dette projekt og resultaterne skaber politisk interesse, samt accept fra Veterancenteret, så vi får mulighed for at hjælpe endnu flere veteraner der lider af PTSD.

Oberst Niels Hartvig Andersen, tlf. +45 61311098 - Projektleder

Hanne Stigaard, tlf. +45 50401160 - Projektleder & HBM Director of International Expansion

