

Herval?

De kans op herval is zeer groot wanneer je de medicatie stopt en je geen cognitieve gedragstherapie gevolgd hebt.

Zodra de dwanggedachten en dwanghandelingen terugkomen, neem je best zo snel mogelijk terug contact op met de huisarts/psychiater/psycholoog.

Vragen

In het Sint-Franciscusziekenhuis hechten wij veel belang aan veiligheid en communicatie. Wanneer je vragen heeft betreffende uw behandeling, kan je hiervoor terecht bij de arts.

Contactgegevens:

Afdelingspsychiaters Tel. 011 71 57 00

Dr.Sven Estercam

Dr.Gert Neirinck

Dr.Eva Vansummeren

Hoofdverpleegkundige Tel: 011 71 57 06

Kristof Vandingenen

Algemene contactgegevens PAAZ

Tel: 011 71 57 00

Fax: 011 71 56 77

Publicatie: December 2019, team PAAZ
Sint-Franciscusziekenhuis
P. Paquaylaan 129 - 3550 Heusden-Zolder
Tel.: 011 71 50 00 - Fax.: 011 71 50 01 - www.sfz.be

OCD

[Obsessieve-Compulsieve
Dwangstoornis]

OCD of Obsessieve-Compulsieve Dwangstoornis

Obsessieve-compulsieve stoornis, of ook wel OCD genoemd, is een bijzondere vorm van angst, waarbij dwanghandelingen en/of dwanggedachten sterk op de voorgrond staan.

Dwanggedachten zijn steeds terugkerende gedachten of denkbeelden die akelig en onrustwekkend lijken. Mensen zijn er zich vaak van bewust dat ze niet logisch zijn, maar toch helpt dit niet om ze tegen te houden.

Dwanghandelingen is een steeds terugkerende nood om een bepaald gedrag te stellen, om bepaalde rituele handelingen uit te voeren. Als mensen met een dwangstoornis verhinderd worden om hun dwanggedrag te stellen, worden ze ook vaak enorm angstig. Bekende dwanghandelingen zijn was- en poetsdwang, controledwang, smetvrees, of een dwang naar perfectie of netheid.

We spreken pas van een dwangstoornis als het gaat om 'gedachten'

Je beseft dat deze gedachten overdreven zijn – een onlogische angst om besmet te worden, de angst dat je huis gaat ontploffen, dat je je kind iets gaat aandoen.

Het zijn gedachten waarvan je soms het gevoel hebt dat ze niet van jezelf zijn maar je leven overheersen, bijbehorende dwanghandelingen maken dat je geen normaal leven meer kan leiden.

Symptomen:

- Dwangmatige gedachten (gedachten die aanzetten tot de handelingen)
- Dwanghandelingen (bepaalde handelingen steeds opnieuw moeten doen)
- Controledwang
- Angst
- Onrust
- Paniek
- ...

Behandeling

Een dwangstoornis gaat niet vanzelf over. Bij OCD is het nodig om je te laten begeleiden door een psycholoog en/of psychiater.

De aandoening is behandelbaar. Afhankelijk van de ernst van de aandoening bestaat deze behandeling uit cognitieve gedragstherapie, medicatie of een combinatie van beiden.

• Cognitieve gedragstherapie

Door te praten en te oefenen kun je leren bepaalde gedachten en reacties op angst te wijzigen.

• Medicatie

Wanneer cognitieve therapie niet voldoende is, wordt een aanvullende behandeling met medicatie, anti-depressiva gestart

Het effect van deze medicatie wordt langzaam opgebouwd. Het eerste resultaat wordt pas merkbaar na 2 à 3 maanden. De werkzaamheid kan gedurende 1 jaar blijven toenemen.

De behandeling duurt minstens 1,5 jaar en in sommige situaties zelfs levenslang.