

Cognitieve gedragstherapie bij een dwangstoornis bij kinderen en jongeren



Een kind dat allerlei handelingen steeds maar opnieuw wil doen, omdat het bang is dat er anders iets ergs gebeurt of omdat het een gevoel heeft dat dat moet, heeft een dwangstoornis. Voorbeelden hiervan zijn veel en uitvoerig handenwassen, urenlange wasrituelen onder de douche, veel te vaak controleren of deuren en ramen dichtzijn, controleren of spullen wel goed liggen of veel overbodige vragen stellen aan ouders.



Hoe herken je een dwangstoornis?



Ouders maken zich zorgen omdat hun kind zich vreemd gedraagt: tot iedere prijs allerlei overbodige rituelen wil uitvoeren, angstig is of klaagt over nare gedachten.



Kinderen vermijden een groot aantal activiteiten.



Kinderen klagen over een stemmetje in hun hoofd dat hen zegt dat ze dingen moeten doen, terwijl ze dat eigenlijk niet willen.



Er zijn veel ruzies thuis over onbegrijpelijk gedrag van het kind.

Een dwangstoornis...

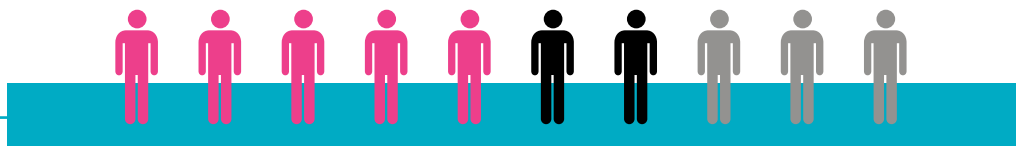
- leidt vaak tot schaamte en zwijgen. Kinderen zijn vaak bang dat ze 'gek' worden verklaard en opgenomen moeten worden.
- kan het leven van een kind ernstig verstoren: ruzies thuis, niet meer naar school gaan of geen huiswerk kunnen maken, verliezen van contact met vriendjes en vriendinnetjes.
- gaat meestal niet vanzelf over, maar wordt steeds ernstiger en invaliderender.
- begint in de meeste gevallen in de vroege puberteit, maar in sommige gevallen veel eerder.
- komt bij 1 tot 2 op de 100 kinderen voor. Een oorzaak van de dwangstoornis is niet bekend.



Cognitieve gedragstherapie (CGt) bij een dwangstoornis

- Behandeling is in meeste gevallen poliklinisch, met wekelijkse therapie sessies.
- Het kind leert de dwanghandelingen verminderen en te staken (exposure & responspreventie) en op een andere manier omgaan met de angsten.
- De ouders worden altijd betrokken bij de behandeling. Hun hulp bij het staken van de dwangrituelen is, zeker bij jonge kinderen, belangrijk.
- Gemiddelde duur van een CGt-behandeling is vier maanden.
- Een ernstige dwangstoornis is geen indicatie voor een combinatiebehandeling van CGt met medicatie. Medicatie is alleen geïndiceerd als er met CGt na een aantal weken geen enkele voortgang wordt geboekt.

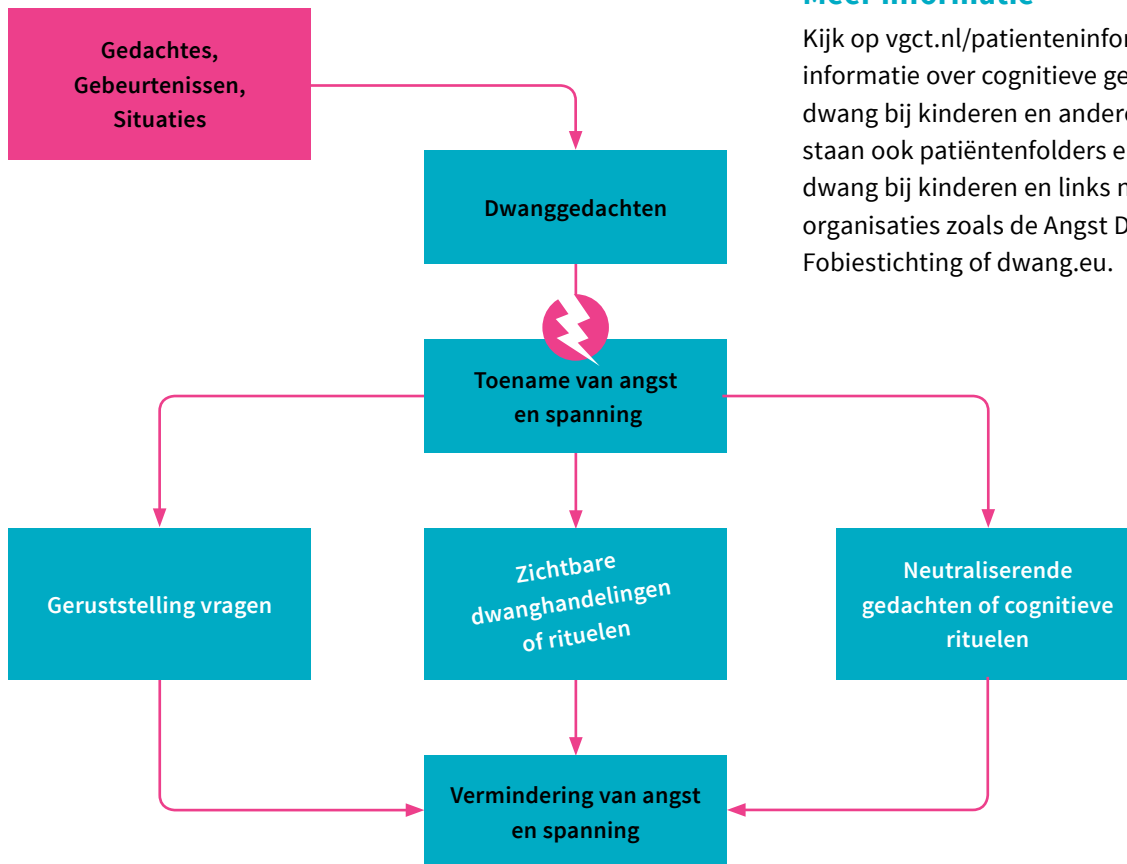
Ruim de helft van de kinderen heeft geen dwangstoornis meer na de behandeling. Bij 60-70% is de dwang aanzienlijk verminderd.



Wat kun je doen om je patiënt te motiveren voor een CGt-behandeling?

- Vertel kind en ouders dat het kind niet 'gek' is, maar een probleem heeft dat vaker voorkomt en dat goed behandeld kan worden.
- Vertel dat niemand (ook de ouders niet) schuldig is aan het ontstaan van de dwangproblemen.
- Vertel dat in de behandeling niet gezocht zal worden naar de oorzaken van de problemen, maar gewerkt wordt aan de oplossing ervan.

Dit model is weergave van het cognitief gedrags-therapeutisch model voor dwangklachten. Het legt patiënten uit hoe dwanggedachten – die kunnen worden opgeroepen door situaties en gebeurtenissen – angst en spanning geven. Getoond wordt hoe door verschillende vormen van dwanghandelingen de angst afneemt.



Comorbiditeit

Ongeveer 30% van de kinderen heeft ook een ticstoornis. Aan autisme verwante stoornissen (ASS) komen comorbide ook voor. In de meeste gevallen blijft dit echter beperkt tot enkele kenmerken ervan. Kinderen met een dwangstoornis zijn vaak depressief. Comorbiditeit met deze stoornissen is geen argument voor een andere behandeling dan CGt.

Wie behandelt de dwangstoornis?

Verwijs je patiënt bij voorkeur door naar een behandelaar met ervaring in de behandeling van dwangstoornissen, dan wel naar een centrum dat hierin gespecialiseerd is. Therapeuten met een registratie bij de VGCT hebben een opleiding gevolgd in cognitieve gedragstherapie en hebben vaak ook een BIG-registratie. VGCT-leden zijn te vinden via de website vgct.nl → vind een therapeut.

Meer informatie

Kijk op vgct.nl/patienteninformatie voor meer informatie over cognitieve gedragstherapie bij dwang bij kinderen en andere klachten. Hier staan ook patiëntenfolders en -video's over dwang bij kinderen en links naar patiëntenorganisaties zoals de Angst Dwang en Fobiestichting of dwang.eu.

