Rehabilitering af soldater med Post Traumatisk Stress Disorder

Notat udarbejdet af Ergoterapeutforeningen, 2010

ERGOTERAPEUTFORENINGEN

Danske soldater med PTSD

Et af de indgribende symptomer som nogle hjemvendte soldater lider af er PTSD (Post Traumatisk Stress Disorder). Det kan optræde efter traumatiske oplevelser og kendetegnes ved biologiske ændringer og psykiske symptomer, som ofte kompliceres af for eksempel depression og angst. Også efter kamprelaterede fysiske skader under udsendelse i krig, har soldater større risiko for at udvikle depression og/eller PTSD.
Konsekvenserne af PTSD kan efterfølgende komme til udtryk i en usammenhængende hverdag og medføre problemer på mange niveauer i forhold til hjem, arbejde og fritid.

Det anslås, at hver sjette af de udsendte soldater på et eller andet tidspunkt vil udvikle PTSD efter hjemkomsten. Og de første hjemvendte soldater har allerede fået tilkendt førtidspension af den årsag.

Det har ikke været muligt for Ergoterapeutforeningen at finde danske undersøgelser af, hvor mange soldater der udvikler PTSD på grund af krigstraumer.
Rigshospitalets Krise- og Katastrofepsykiatrisk Center har bekræftet, at der stort set ingen dansk forskning er vedrørende soldater, der efter udsendelse i krig får PTSD. Derfor formodes der at være et ukendt antal tidligere soldater med PTSD, som ikke er i kontakt med behandlingssystemet.

Erfaringsgrundlaget

De psykiske reaktioner under og efter krig er ikke et nyt fænomen, og behandling herfor har været under udvikling siden første verdenskrig. De første psykiske reaktioner blev kendt som krigsneuroser eller granat chok.
Ergoterapiens første opblomstring var således under første verdenskrig, hvor nogle af de første ergoterapeuter kaldet *Reconstruction Aides* var en vigtig del af rehabiliteringen i forhold til krigsneuroser.

Hærens Konstabel og Korporal Forening (HKKF) har erfaringer med danske soldater med PTSD, der ofte er ubehandlede i flere år og isolerer sig i hjemmet i stigende omfang. Soldaterne eller pårørende kontakter HKKF, når hverdagen ikke længere hænger sammen. Det kan skyldes problemer i forhold til arbejde, økonomi, rengøring, indkøb, madlavning, sociale relationer eller fritidsaktiviteter.
HKKF har samtidig peget på, at det ikke er tilstrækkeligt at tilbyde psykologisk intervention til soldaterne, - der er behov for et terapeutisk tilbud som tager et praktisk udgangspunkt i de daglige aktiviteter, og de mange strukturer som danner en ønsket hverdag.

Konsekvenser af PTSD

Soldaterne påvirkes både socialt, helbredsmæssigt og følelsesmæssigt af PTSD. Eksempelvis kan det dokumenteres, at tidligere veteraner fra Vietnamkrigen med PTSD eller depression oftere er arbejdsløse, eller har en lavere gennemsnitlig løn end veteraner fra Vietnamkrigen uden PTSD. Andre undersøgelser har beskrevet, hvordan soldater fra Irak og Afghanistan med PTSD bliver påvirket i arbejdslivet og familielivet. De kan opleve søvnforstyrrelser, nedsat koncentrationsevne, humørsvingninger, vredesudbrud, nedsat hukommelse og stress. Dette kan blandt andet medføre vanskeligheder med at organisere opgaver, møde til tiden eller overskue for meget af gangen.

Dette viser, at soldater med PTSD oplever et mangesidet problemfelt relateret til deres aktiviteter i hverdagen. Ergoterapeutforeningen vil derfor pege på, at PTSD også indvirker på organisering og udførelse af daglige aktiviteter, der er forbundet med hjem, arbejde og fritid. PTSD forringer livskvaliteten for den enkelte, hæmmer den sociale adfærd og kan føre til uarbejdsdygtighed.

Rehabilitering: Tilbage til aktivitet og deltagelse i hverdagslivet

Ergoterapeuter anbefales derfor inddraget i samarbejdet vedrørende den konkrete udmøntning af kommende rehabiliteringsinitiativer overfor soldaterne. Således kan der blive mulighed for et terapeutisk tilbud med målrettede praktiske handlinger. I USA indgår psykoedukation i den ergoterapeutiske intervention, hvorigennem soldaterne lærer at forstå PTSD og have opmærksomhed på symptomernes udvikling. Disse elementer kunne også med fordel inkluderes i en dansk rehabiliteringsindsats.

Det overordnede mål for den samlede rehabilitering og hermed den ergoterapeutiske specialviden skal være at anvise praktiske løsninger og målrettede handlinger, der kan hjælpe soldater med at kompensere, tilpasse eller genvinde meningsfulde aktiviteter i deres hverdag.

Kilder

For at belyse emnet er der foretaget indsamling af videnskabelig forskningslitteratur fra søgebaserne: PubMed, Cinalh, Psykinfo og Google scholar. Litteraturen er fundet ved brug af søgeord som for eksempel occupational therapy, military personnel og PTSD. Forskningslitteraturen er peer reviewed, og består bl.a. af store kohorte studier samt mindre kvalitative undersøgelser. Desuden er notater fra Forsvarets hjemmesider blevet benyttet.

Yderligere er der taget kontakt til:

- **Konsulent Yvonne Tønnesen, Hærens Konstabel & Korporal Forening**
- **Overlæge Henrik Steen Andersen, leder af Krise- og Katastrofepsykiatrisk Center på Rigshospitalet**
- **Chefpsykolog Vibeke Schmidt fra Institut for Militær Psykologi (IMP)**
- **Ergoterapeut Annemarie Østergård, fra Rigshospitalets Traumecenter**

Yderligere oplysninger hos Ergoterapeutforeningen www.etf.dk