

ERKEN DÖNEM MÜDAHALELER

Melike Guzey

2021

ERKEN DÖNEM MÜDAHALELER

- TSSBnin, bireyler, aileler, topluluklar ve toplum açısından oluşturduğu yük...
 - SIKINTIYI HAFİFLETMEK
 - UZUN VADELİ SORUNLARI ENGELLEMEK
- Travma sonrası akut evrede optimal bir müdahale sağlayan araçlar...

PSİKOLOJİK BİLGİLENDİRME

- ▶ **Kritik olay stres bilgilendirmesi (critical incident stress debriefing - CISD)**
- ▶ Tek bir bilgilendirme seansı
- ▶ Travmadan sonraki birkaç gün içinde uygulama
- ▶ Kolaylaştırıcı
 - ▶ mağdurların travmaya karşı psikolojik, bilişsel ve duygusal tepkilerini tartışma
 - ▶ stres yönetimi tavsiyeleri vermek
 - ▶ yönlendirme yapmak, yani danışanı başvurabileceği kaynaklara yönlendirmektir.

PSİKOLOJİK BİLGİLENDİRME

- ▶ İlerleyen dönemlerdeki TSSB belirtilerini engelleyememe
- ▶ CISD'nin **zararlı** olabileceğine dair bulgular
- ▶ Destek almayı engelleme
- ▶ Travmanın çok erken bir biçimde işlenmesine neden olma

TRAVMA MAĞDURLARININ BELİRLENMESİ

- Müdahaleye uygun veya müdahale ihtiyacı olan travma mağdurlarının belirlenmesi
 - Çok yüksek düzeyde sıkıntı belirtileri gösteren veya uzun vadede TSSB belirtileri gösterme olasılığı olan kişilerin belirlenmesi
- AKUT STRES BOZUKLUĞU
 - Önemli derecede psikolojik zorluk yaşayan kişileri saptamak
 - Kronik TSSB geliştirme olasılığı yüksek olan kişileri saptamak
- ASB / TSSB
 - ASB'de akut dissosiyatif tepkilere vurgu yapılması

TRAVMA MAĞDURLARININ BELİRLENMESİ

- ▶ ASB'nin yüksek riskli olanları belirlemek için erken bir tarama işlevi var mı?
- ▶ ASB, TSSB'yi yordar
- ▶ ASB tanısının özgüllüğü düşüktür
- ▶ Disosiyatif tepkilerin sınırlayıcılığı

KISA SÜRELİ BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TERAPİ

- ▶ Kronik TSSB'yi azaltmada en başarılı müdahale yöntemi
Psikoeğitim + Kaygı Yönetimi + Bilişsel Yeniden Yapılandırma + Hayali / İn Vivo Maruz Bırakma + Nüks Önleme
- ▶ Akut evredeki işlevsel olmayan bilişsel tepkiler (Ehlers ve Clark'ın Bilişsel Modeli)
- ▶ Aşırı / Felaketleştirici Olumsuz Değerlendirmeler
- ▶ Diğerleri yönelimli atıflar, utanç atıfları, olumlu anıları geri çağırmada güçlük,
- ▶ 1,5 saatlik 5 seans
- ▶ Travma sonrası tepkilere yönelik bilgilendirme, gevşeme eğitimi, bilişsel yeniden yapılandırma ve travmatik olaya ilişkin hayali ve in vivo maruz kalma

FARMAKOLOJİK MÜDAHALELER

- ▶ Propranolol + Gabapentin
- ▶ SSRI
- ▶ Trisiklik antidepresan
- ▶ Hidrokortizon
- ▶ Morfin

PSİKOLOJİK İLK YARDIM

► uzman olmayan psikologlar, halk sağlığı uzmanları, sağlık eğitimcileri, acil m¼dahale ekipleri ve hiçbir psikoloji eğitimi olmayan afet ya da arama kurtarma çalışanları...

1. Temel ihtiyaçları karşılamak;
2. Akut psikolojik ve / veya davranıřsal tepkileri stabilize hale getirmek;
3. Daha uyumlu bir işlevselliğin (yani psikolojik dayanıklılık) geri kazanılmasına yardımcı olmak için akut stres ve sıkıntıyı veya işlev bozukluğunu azaltmak;
5. Dođal olarak kişide bulunan başa çıkma ve dayanıklılık mekanizmalarını devreye sokmak;
6. Eđer bařvuran kiřiden böyle bir talep geldiyse, desteđe veya daha
7. yüksek düzeyde bakıma erişimi kolaylaştırmak.