

Walk & Talk: Effectiviteit van 3MDR

Informatie voor patiënten



Het Top Referent Traumacentrum van GGZ Drenthe voert samen met Stichting Centrum '45 in Oegstgeest een onderzoek uit naar een nieuwe, intensieve traumagerichte psychotherapie. Wanneer u in behandeling bent vanwege traumaklachten na ingrijpende gebeurtenissen op het werk kunt u mogelijk deelnemen aan dit onderzoek. Graag informeren wij u waarom dit onderzoek belangrijk is en wat deelname voor u zou betekenen.

Verschillende traumabehandelingen

Er bestaan verschillende vormen van traumagerichte psychotherapieën, zoals EMDR en traumagerichte Cognitieve Gedragstherapie. Deze therapieën zijn bewezen effectief. Helaas werkt deze therapie niet voor alle mensen met PTSS. Daarom is het belangrijk om nieuwe, effectievere therapieën te ontwikkelen. In dit onderzoek vergelijken we een nieuwe therapie, 3MDR met reguliere traumagerichte psychotherapieën.

3MDR

3MDR is een nieuwe therapie die principes uit de Virtual Reality Exposure Therapie en EMDR combineert met lopen op een loopband en muziek. U loopt tijdens een 3MDR sessie richting zelfgekozen foto's die u doen denken aan uw traumatische gebeurtenis(sen). U wordt gevraagd de verschillende foto's te beschrijven en aan te geven wat het met u doet. Tot slot volgt u na elke foto een bal op het scherm die heen- en weer beweegt. Met de nieuwe 3MDR therapie kunnen uw PTSS klachten mogelijk sneller verminderen.

Uit voorstudies naar de effectiviteit van 3MDR komen veelbelovende resultaten. Daarnaast wordt er op dit moment bij onze collega-instelling, Stichting Centrum '45, een groot onderzoek uitgevoerd naar de effectiviteit van 3MDR bij veteranen waarbij andere therapieën onvoldoende hebben geholpen.

Hoe ziet het onderzoek ervoor u uit?

Als u mee wilt doen aan dit onderzoek zal u uitgenodigd worden voor een intakegesprek en zal er vooraf een psychologisch onderzoek bij u worden afgenomen. Daarna ontvangt u óf de 3MDR therapie óf een reguliere traumagerichte psychotherapie. U wordt op basis van loting toegewezen aan één van beide groepen.

Tijdens en na de therapie zullen er meerdere psychologische onderzoeken bij u worden afgenomen. Hiervoor nodigen wij u uit op het Top Referent Traumacentrum in Beilen. Daarnaast vult u vanaf de start van uw therapie wekelijks een korte vragenlijst in. Uw partner of een andere naastbetrokkene wordt ook gevraagd een enkele keer een vragenlijst in te vullen over uw klachten.



Praktische zaken

- Meedoen aan dit onderzoek betekent dat u zes extra afspraken buiten uw behandeltraject om heeft. De afspraken verschillen in duur. Twee afspraken duren twintig minuten en vier afspraken duren tussen de anderhalf en drie uur.
- De extra afspraken zullen zoveel mogelijk gecombineerd worden met uw reguliere behandelcontacten. Indien een extra afspraak niet gecombineerd kan worden, zullen wij uw reiskosten vergoeden.

- Wanneer u medicatie slikt, vragen wij u deze tijdens het onderzoek niet te wijzigen of de dosering te veranderen.
- Het onderzoek duurt, inclusief behandeling, ongeveer 9 maanden.

Meer informatie

Heeft u naar aanleiding van deze informatie nog vragen, dan kunt u contact opnemen met Ben van Dijk (onderzoeksassistent). Hij vertelt u graag meer over dit onderzoek.

E-mail: Ben.van.Dijk@ggzdrenthe.nl

Telefoon: 06 - 10 06 57 20 / 0593 - 53 58 00