

TEMPO onderzoek: informatie voor patiënten

Traumagerichte exposure therapie met beweging voor patiënten met een posttraumatische stressstoornis

GGZ Drenthe voert samen met de Rijksuniversiteit Groningen onderzoek uit naar een innovatieve behandeling voor patiënten met een posttraumatische stressstoornis (PTSS). Bent u op dit moment in behandeling bij GGZ Drenthe vanwege uw PTSS klachten? Dan kunt u mogelijk deelnemen aan dit wetenschappelijke onderzoek.

Graag informeren wij u over het doel van het onderzoek en wat deelname aan dit onderzoek voor u zou betekenen.

Achtergrond

Er bestaan verschillende effectieve behandelingen voor patiënten met PTSS, zoals imaginaire exposure (CGT) en EMDR. Toch helpen deze behandelingen niet iedereen. Steeds vaker worden nieuwe, innovatieve technieken ingezet om de behandeling te proberen te verbeteren. 3MDR (*Multi-modal Motion-assisted Memory Desensitization and Reconsolidation*) is zo'n behandeling.



Wat is 3MDR?

3MDR is een traumagerichte therapie die de afleidende taak van EMDR therapie combineert met Virtual Reality exposure. Tijdens een 3MDR sessie staat u op een loopband en bent u omgeven door grote beeldschermen, waarop een virtuele omgeving wordt getoond. U krijgt tijdens een behandelsessie zeven zelfgekozen foto's te zien die u doen denken aan uw traumatische gebeurtenis(sen). De foto's verschijnen één voor één steeds groter in beeld, terwijl u op de loopband vooruit loopt.

De behandelaar vraagt u telkens om een foto te beschrijven, uw herinnering aan de traumatische gebeurtenis te vertellen en aan te geven wat u voelt en beleeft. Vervolgens verschijnt er een rode bol met cijfers op de schermen die een aantal keren heen en weer beweegt. Deze bol volgt u met uw ogen terwijl u de cijfers hardop uitspreekt. Met deze techniek kunnen uw PTSS klachten verminderen.

Doel van het onderzoek

Het gebruik van Virtual Reality exposure bij het verwerken van traumatische herinneringen is al goed onderzocht en blijkt effectief te zijn. Op dit moment is nog niet onderzocht welke invloed het lopen op de loopband heeft op de uitkomst van een 3MDR sessie. In dit onderzoek van GGZ Drenthe en de Rijksuniversiteit Groningen vergelijken we welke verschillen er zijn tussen het volgen van een Virtual Reality exposure behandeling mét beweging op de loopband (3MDR) en een Virtual Reality exposure behandeling zónder beweging op de loopband.

Deelname aan dit onderzoek

Als u mee wilt doen aan dit onderzoek, wordt u eerst uitgenodigd voor een onderzoeksmeting. Met meerdere interviews en vragenlijsten wordt bepaald of u kunt deelnemen aan het onderzoek. Een loting bepaalt vervolgens of u de Virtual Reality exposure behandeling gaat volgen mét of zónder het gebruik van de loopband tijdens de behandelsessies. De ene helft van de deelnemers ontvangt de Virtual Reality exposure behandeling met lopen op een loopband (3MDR) en de andere helft van de deelnemers ontvangt de Virtual Reality exposure behandeling zonder lopen op een loopband.

De volledige behandeling duurt zo'n negen tot vijftien weken, afhankelijk van het wel of niet veranderen van uw klachten tijdens de behandeling. U krijgt eerst twee voorbereidende sessies, vervolgens zes of twaalf Virtual Reality exposure sessies en tot slot één afsluitende sessie.

Gedurende uw behandeling en na uw behandeling wordt u uitgenodigd voor onderzoeksmetingen. Daarnaast wordt u nog enkele keren uitgenodigd voor vervolgmetingen: na drie maanden, na zes maanden, na een jaar en na anderhalf jaar.

Praktische informatie

Duur van het onderzoek

Meedoen aan dit behandelonderzoek betekent dat u acht extra afspraken heeft met de onderzoeker. Deze onderzoeksmetingen vinden plaats op uw eigen behandellocatie. De laatste twee afspraken vinden plaats via (video)bellen. Aan het begin en aan het einde van elke behandelsessie vult u een korte vragenlijst in waarmee uw ervaringen en klachten worden gemeten. Dit duurt ongeveer 5 tot 10 minuten.

Het totale onderzoek duurt ongeveer twee jaar, vanwege de verschillende vervolgmetingen. Op deze manier kunnen wij onderzoeken of een behandel-effect ook blijvend is. Voor het afnemen van deze vervolgmetingen hoeft u niet (meer) in zorg te zijn bij GGZ Drenthe.

Lengte van een onderzoeksmeting

De duur van de zes extra metingen op uw behandellocatie varieert van anderhalf tot tweeënhalp uur. Daarnaast wordt u voor elke meting gevraagd om thuis online enkele vragenlijsten in te vullen. Dit duurt gemiddeld een half uur tot drie kwartier. De laatste twee afspraken via (video)bellen duren één uur. Bij deelname aan dit onderzoek verstrekt de onderzoeker u meer informatie waarin de exacte duur per meting beschreven staat. Voor de onderzoeksmetingen op locatie krijgt u een reiskostenvergoeding.

Locatie van de behandeling

De Virtual Reality exposure sessies vinden plaats in het Traumacentrum van GGZ Drenthe in Beilen, omdat het 3MDR systeem alleen daar gebruikt kan worden.

Behandelaar

U ontvangt de behandeling van een therapeut uit uw eigen behandelteam. U wordt dus niet verwezen naar een andere afdeling, maar blijft gewoon in zorg bij uw huidige afdeling.

Medicatie

Gebruikt u medicatie voor uw psychische problemen? Dan vragen wij u deze tijdens de behandeling, tot en met drie maanden na de behandeling, niet te wijzigen.

Andere therapieën

Als blijkt dat u mee kunt doen aan het TEMPO onderzoek, start de behandeling na zes weken. Gedurende deze zes weken en tot drie maanden na het onderzoek vragen wij u geen andere traumagerichte behandelingen, zoals EMDR of imaginaire exposure, te volgen. Wel kunt u andere vormen van behandeling ontvangen van uw eigen behandelaar.

Meer weten?

Heeft u naar aanleiding van deze informatie nog vragen, dan kunt u contact opnemen met Linde Bus, onderzoeksassistent. Zij beantwoordt graag uw antwoorden over het TEMPO onderzoek.

Contactgegevens

Linde Bus (onderzoeksassistent)

E-mail: tempo@ggzdrenthe.nl

Telefoonnummer: (06) 51 62 35 97

Rick de Haart (coördinerend onderzoeker)

E-mail: rick.de.haart@ggzdrenthe.nl

U kunt ook een telefonische afspraak maken via de receptie van het Traumacentrum (0593 - 53 58 00)