

F O R O R D

Af Henrik Steen Andersen, overlæge, dr. med., speciallæge i psykiatri, Militærpsykiatrisk Ambulatorium, Psykiatrisk Center København

P PTSD er en lidelse, som opstår som følge af enten enkeltstående meget svære – ofte livstruende – belastninger eller traumer, eller gentagne knap så voldsomme hændelser. Visse personer er udsat for både de livstruende og de repeterede traumer.

Ved PTSD er de centrale symptomer ubehagelige genoplevelser af belastningen, forsøg på undgåelse af stimuli og minder om denne – og ikke mindst en række symptomer på anspændthed eller psykisk overfølsomhed, kaldet ”arousal” på engelsk. Hertil kommer ofte følelsesmæssige symptomer i form af tristhed, tomhed, følelsesfladhed og irritabilitet.

Man kommer sjældent uden om kroppen, som også reagerer, når sjælen ikke er i balance. Så mange personer med PTSD har mange kropslige reaktioner, som i vekslende grad præger tilstanden – fysiologiske angstsymptomer, spændinger og dårlig regulering af det såkaldt autonome nervesystem (fordøjelse, hjertefunktion, vandladning, åndedræt etc.).

PTSD kan optræde i mange forskellige sammenhænge – civilt, militært og privat. Vi lever i et på mange måder fredeligt land uden naturkatastrofer, terror (endnu!), krig og med få større trafikale katastrofer. Én gruppe har dog skilt sig noget ud. Nemlig militært personel. Danmark har bidraget med et stort antal soldater i en række større missioner i udlandet – især på Balkan, i Irak og i Afghanistan. Mange af disse soldater – ofte kaldet veteraner – har betalt en pris på deres sjæl og har udviklet PTSD. Heldigvis er hjælp, støtte og behandling blevet bedre gennem årene, men mange lider, uanset hvor meget hjælp de får.

Jeg har gennem årene set i omegnen af 1.500 veteraner, hvor hovedparten havde/har PTSD. På vores ambulatorium har der flere år været et kropsterapeutisk tilbud, som mange har været glade for. I Veterancentret tilbydes også en form for kropsterapi til visse veteraner. Trods gode erfaringer var jeg dog noget skeptisk, da jeg blev kontaktet af vores egen kropsterapeut og Manuvision huset med henblik på at etablere et videnskabeligt projekt, som skulle vurdere effekten af netop Manuvision kropsterapi på veteraner med PTSD. Dels kunne det være svært at få økonomiske midler, dels er sådan forskning kompliceret at gennemføre, dels havde jeg beskedne forventninger til, at vores veteraner med PTSD magtede at gennemføre en lang og intensiv række Manuvision-behandlinger og endelig vidste jeg, at der formentlig skulle mange deltagere til, at man statistisk kunne påvise en forskel mellem behandlingsgruppen og kontrolgruppen. Kort sagt: Jeg troede ikke på projektet...

Ildsjæle kan – om ikke flytte bjerge – så antænde vådt brænde. Og jeg lod mig overtale til at medvirke. Den korte version er, at økonomien kom på plads, vi fik gode samarbejdspartnere, det lykkedes at rekruttere et til-

strækkeligt antal veteraner og – for mig lidt overraskende – langt hovedparten gennemførte det store antal behandlinger over 6 måneder.

Min skepsis blev gjort til skamme. Jeg var faktisk lidt forbløffet over de mange positive tilbagemeldinger fra vores patienter (som jeg ofte kendte rigtigt godt) – enkelte fremhævede, at det var den bedste behandling, de havde oplevet. Resultaterne er analyseret og endnu ikke færdigpubliceret, så de kan ikke refereres i detaljer, men antydningvis kan det nævnes, at de er ret positive. Der vil komme både en statistisk, kvantitativ analyse – og en oplevelsesorienteret, kvalitativ analyse af undersøgelsen.

Baseret på disse erfaringer er kropsterapi i form af Manuvisions behandling et godt tilbud til visse veteraner. Nærværende bog giver en indgående beskrivelse af, hvad Manuvision er, både generelt og med udgangspunkt i forskningsprojektet med veteraner.

* * *