

# EMDR bij ouderen

Lucinda Meihuizen, GZ psycholoog

Werkzaam bij Zorgpartners Midden Holland  
& PH Haastrecht

Milly Smit, GZ psycholoog

Werkzaam bij Dijk en Duin in Purmerend,  
Ouderenpsychiatrie, ambulantly

Beiden in opleiding tot EMDR practitioner

<https://www.youtube.com/watch?v=IEWE1IwFnRM>

**FILM** | *korte introductie op EMDR*

# EMDR

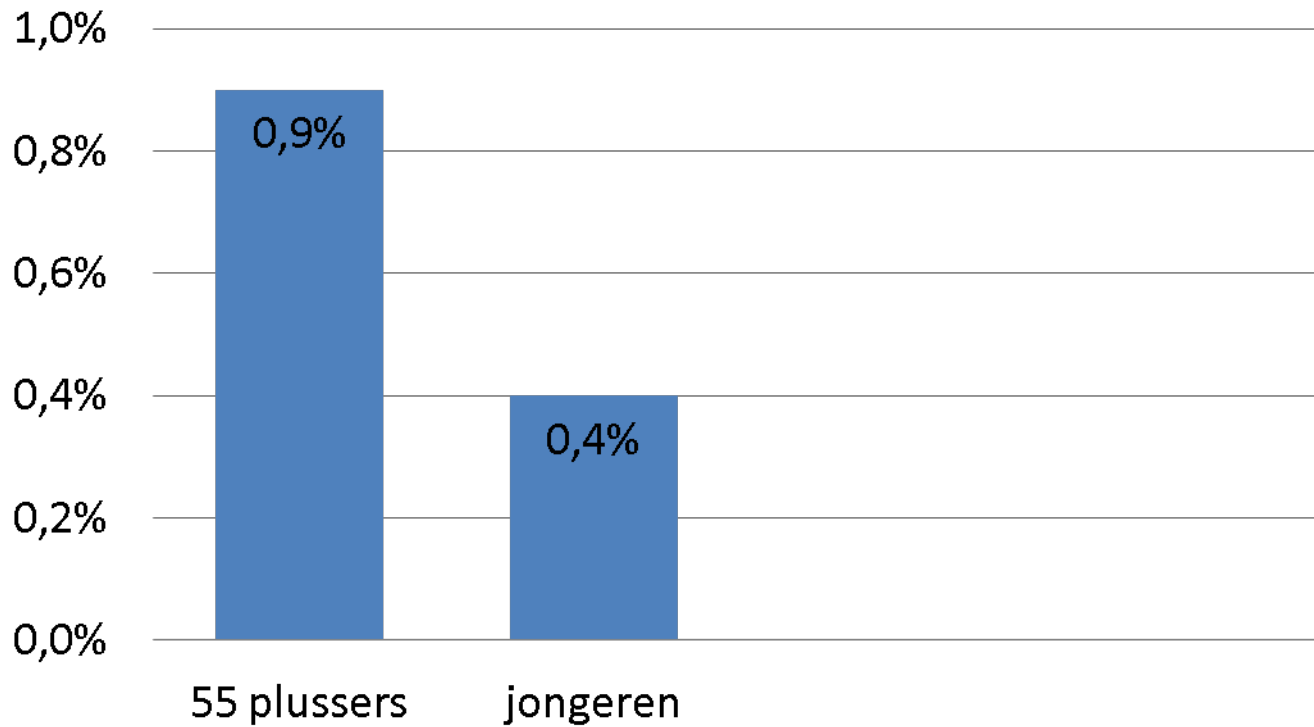
Eerste keuze behandeling bij PTSS

Ook bij andere klachten veel evidentie, zoals bij angststoornissen, depressie, chronische pijn, rouw, verstoord zelfbeeld

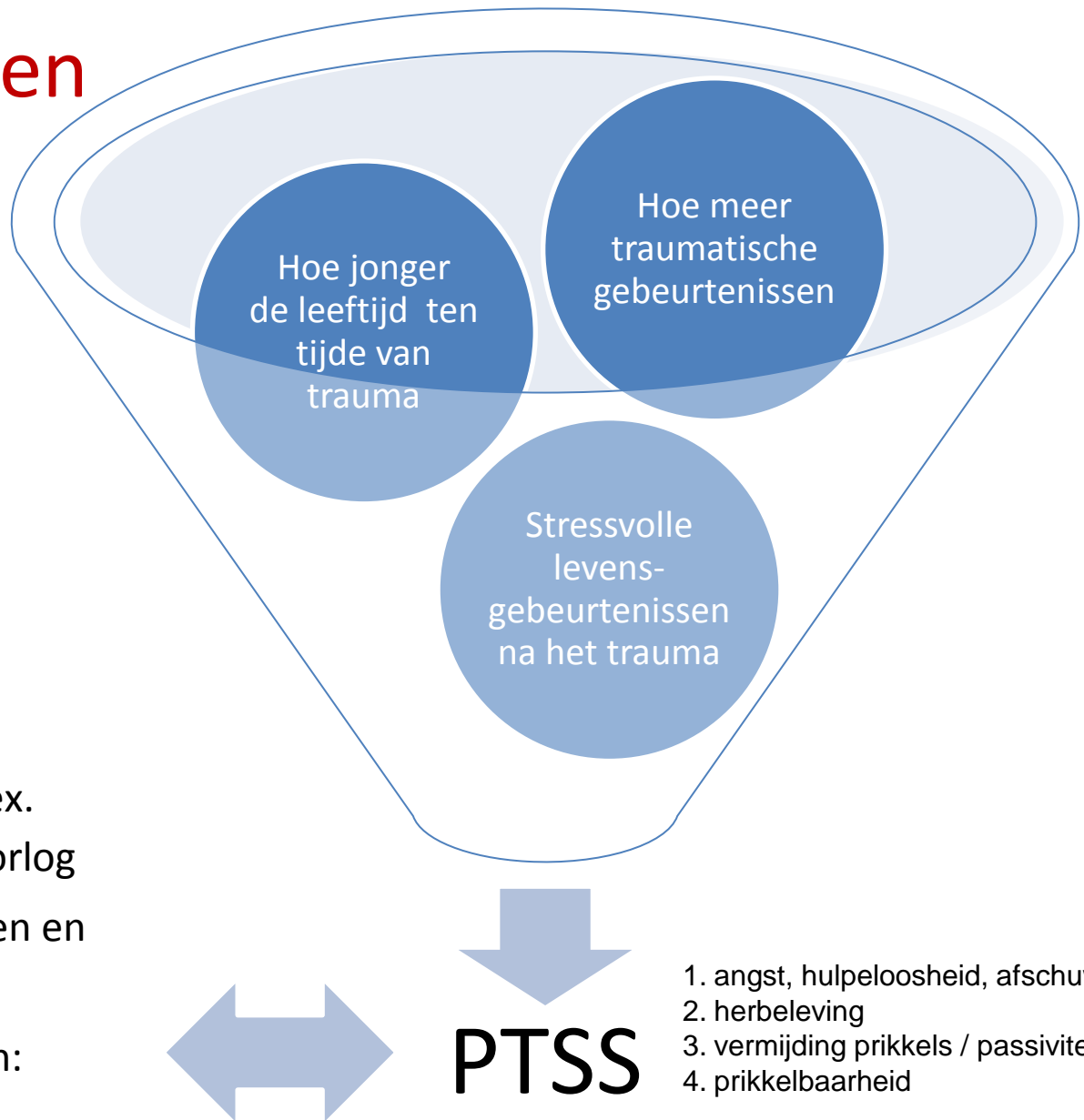
Nog geen onderzoek naar effect bij ouderen  
(wel genoemd in addendum ouderen in de multidisciplinaire richtlijn angststoornissen)

# PTSS komt bij ouderen vaker voor

**PTSS bij ouderen versus jongeren**



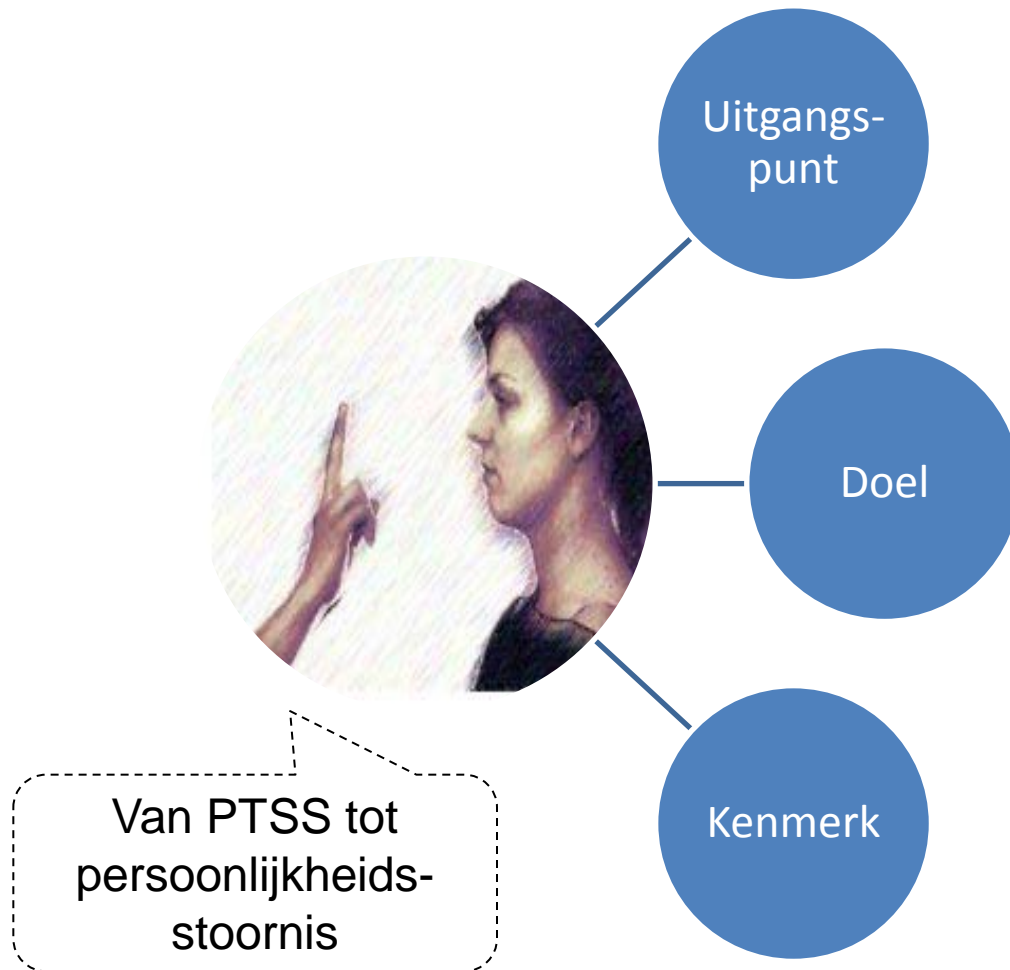
# PTSS en ouderen



- » Secundair traumatisering: sex. Misbruik kerk, tv-beelden oorlog
- » Veroudering: balans opmaken en meer piekertijd
- » En vaak leven lang gezwegen: het geheim

1. angst, hulpeloosheid, afschuw
2. herbeleving
3. vermijding prikkels / passiviteit
4. prikkelbaarheid

# Eye Movement Desensitisation Reprocessing wil de beschadigende ervaring desensitiseren.



- Beschadigende ervaring
- Desensitiseren waardoor Arousal niveau zakt  
Andere betekenisverlening
- Kort
- Geprotocolleerde, *evidence based* behandelprocedure
- Weinig interactie:  
doel is proces op gang houden

# EMDR | *werking*

- De Werkgeheugentheorie geniet de meeste empirische steun
  - Werkgeheugentheorie pleit voor gebruik vingerbeweging i.p.v. koptelefoon



# Contra-indicaties EMDR



- Actuele stressor/onveiligheid continueert
- Overmatig gebruik van sederende medicatie/alcohol
- Onvoldoende pijn kunnen verdragen
- Cliënt durft (nog) niet geheel eerlijk/open te zijn



# EMDR en ouderen

- Een leven lang ervaringen opgedaan = veel filmlades: goed zoeken. Dit betekent een actieve houding van de therapeut
- Meer aandacht voor psycho-educatie en uitleg over de behandeling
- Exposure effect: grote stap
- Aanpassing tempo oogbeweging en herstellen oogbeweging
- Andere vormen van afleiding
- Meer vermijdend, ook tijdens EMDR
- Ouderen staan niet stil bij betekenis van effect EMDR: gelijk normaal dat klachten verdwenen zijn
- EMDR kan ook bij ouderen met beperkte IQ toegepast worden

# Toepassingen EMDR bij Ouderen

1. PTSS
2. Specifieke fobieën op latere leeftijd
3. Paniekstoornissen
4. Anticipatie angst
5. Depressie en gestagneerde rouw
6. Chronische pijn
7. Dementie

# EMDR bij mensen met dementie

- soms state dependent PTSS
- Onduidelijk of er sprake is van nare beelden vanwege fatische problemen
- intensieve samenwerking met zorg/steunsysteem
- Proces vereenvoudigen tot: opbouw van het beeld en desensitisatie
- Aanpassing zintuig modaliteit

# On the spot EMDR

EMDR bij gedragsproblemen bij mensen met  
vergevoerde dementie

Artikel: Tamaki Amano en Motomi Toichi  
faculteit geneeskunde Kyoto universiteit Japan

Beschrijving van behandeling van 3 patienten met  
gedragsproblemen met goed effect op rondlopen/  
agitatie/ schreeuwen

# Voorbeeld EMDR bij rouw

- Mevrouw wordt op revalidatie afdeling opgenomen voor somatische problemen
- Slaapt slecht
- Man kort daarvoor overleden gevolgen hersentumor
- Mevrouw blijft gezicht zien van man ( zeer bedreigend en boos, niet passend bij zijn persoonlijkheid
- Na 1 EMDR sessie slaapt weer; is in staan om ook andere beelden van man te zien

# Voorbeeld behandeling angststoornis

- Casus 3 mevr J is 92 jaar. Is bang om 's nachts te gaan slapen want is bang om te stikken. Zodra zij benauwd is loopt spanning op. Wil nu euthanasie zodat zij zelf controle heeft over haar doodproces achtergrond:
  - 1) dood moeder: hoorde haar gillen, trombose na dood zusje ( zij was 9)
  - 2) echtgenoot terminaal ziek: zij valt in slaap
  - 3) buurman hapt in stoel naar adem
- effect behandeling: goed; minder angstig en slaapt beter.

# Voorbeeld behandeling angst om te stikken

- Vrouw, 72 jaar, man overleden, ogenschijnlijk normaal rouwproces
- Decompenseerd door overbelasting en vermijden van negatieve gevoelens over het verlies van haar man
- Depressie met psychotische kenmerken
- Opgenomen in kliniek
- Krijgt haldol. Dit veroorzaakt een droge mond wat combinatie met paniekaanvallen leidt tot de angst om te stikken

# Voorbeeld behandeling angst om te stikken

- Target, het plaatje met lading dat gekoppeld is aan de klacht, in dit geval ligt mw. op de grond met een hol getrokken rug te stikken
- Subjective Units of Disturbance, SUD, hoe naar is het om naar het plaatje te kijken van 0-10. Bij mw. is dit 10, vreselijk naar. Je wilt dat het zakt naar 0, mw. kan er op een neutrale manier naar kijken zonder nog spanning te ervaren
- Validity of Cognition, VoC, hoe geloofwaardig voelt de uitspraak ik kan het aan om naar dit plaatje te kijken nu aan; 1= helemaal niet geloofwaardig tot 7= helemaal geloofwaardig

Dit is mij mw. Een 1, je wilt dat het een 7 wordt.



# Voorbeeld behandeling angst om te stikken

- Veel voorkomende aanpassingen die nodig zijn bij ouderen, ook bij deze casus
- Oogbewegingen worden door mw. niet vol gehouden, ze vermijdt het ook, komt hierdoor niet goed in het proces. Door het toevoegen van onregelmatige klikjes wordt het werkgeheugen beter gelast en wordt het plaatje beter gedesensitiseerd, de spanning zakt
- Hardnekkige disfunctionele overtuigingen blijven bestaan. Inzetten van cognitive interweaves; korte zinnen die een ander perspectief bieden, zoals bij mw; zijn er wel eens mensen dood gegaan door een droge mond?

Dit geeft ruimte voor cognitieve herstructurering

# Voorbeeld PTSS bij dementie

Mevrouw S heeft intrusies en herbelevingen van traumatische ervaringen in huwelijk. Slaapt slecht en wordt aangemeld door huisarts bij de SGGZ die weer verwijst naar Lucinda vanwege ervaring dementie en PTSS

# Opleiding tot EMDR therapeut

- Opleiding via EMDR vereniging Nederland ( VEN) : [www.emdr.nl](http://www.emdr.nl)
- De erkende EMDR-opleiding is voor GZ psychologen, psychotherapeuten en psychiaters
- Een basisopleiding van 4 dagen
- Vervolgens supervisie, daarna vervolgopleiding van 4 dagen
- Daarna opnieuw supervisie om EMDR practioner te worden



## Special interest group EMDR en ouderen

**Contactpersoon** : Lucinda Meihuizen

**Leden:** momenteel 15 psychologen met minimaal vervolgopleiding en werkzaam in de ouderenzorg ( V en V en de SGGZ)

**Doelen:** mogelijkheden behandeling kwetsbare ouderen onderzoeken door uitwisselen casuïstiek en bekend maken door presentaties op congressen, schrijven van artikelen. Op termijn verwijzlijst voor ouderen ( net als voor volwassenen en jeugd)

**Folder: EMDR en ouderen ( [www.emdr.nl](http://www.emdr.nl))**