

Διαταραχές σχετιζόμενες με τραυματικές καταστάσεις
[υπάγονται στις αγχώδεις διαταραχές]

- Τραυματικό γεγονός
 - Εμπειρία γεγονότος όπου υπάρχει πραγματικός ή επαπειλούμενος θάνατος/σοβαρός τραυματισμός/ απειλή σωματικής ακεραιότητας εαυτού ή άλλων
 - Το άτομο αντέδρασε με φόβο/αβοηθητότητα
- Διαταραχή μετά από τραυματικό στρες
 - Επίμονη επαναβίωση τραυματικού
 - Ενοχλητικές ανακλήσεις, όνειρα, flashbacks
 - Έντονη ψυχολογική και σωματική αντίδραση σε σχετικές με το τραύμα νύξεις
 - Επίμονη αποφυγή σχετικών με το τραύμα ερεθισμάτων
 - Σκέψεις, αισθήματα, συζητήσεις, δραστηριότητες, τόπους, ανθρώπους
 - Περιορισμός της γενικής απαντητικότητας
 - Ανικανότητα ανάκλησης πλευράς του τραύματος
 - Μείωση ενδιαφέροντος/συμμετοχής σε σημαντικές δραστηριότητες
 - Αίσθημα απομάκρυνσης/αποξένωσης από τους άλλους
 - Περιορισμένο εύρος συναισθήματος
 - Αίσθηση σμίκρυνσης μέλλοντος
 - Αυξημένη διεγερσιμότητα
 - Επίλευση/διατήρηση ύπνου
 - Ευερεθιστότητα/εκρήξεις θυμού
 - Δυσκολία συγκέντρωσης
 - Υπερεπαγρύπνηση
 - Υπερβολική αντίδραση αιφνιδιασμού
 - Διάρκεια >1 μήνα, οξεία (<3 μήνες), χρόνια, με καθυστερημένη έναρξη (6 μήνες + από έναρξη)
- Διαταραχή οξέως στρες
 - 2 ημέρες έως 4 εβδομάδες, εντός 4 εβδομάδων από τραυματικό γεγονός

Διαταραχή μετά από τραυματικό στρες

- Πόλεμος, σεξουαλική ή σωματική κακοποίηση παιδική ηλικία, βιασμός, φυσικές καταστροφές, τροχαία ατυχήματα
- 22% επικράτηση σε προσωπικό ασθενοφόρων
- Καλύτερη πρόγνωση επαναβίωση, χειρότερη υπερδιέγερση
- Επιπλέον επιβαρυντικοί παράγοντες
 - Μικρή προηγούμενη εμπειρία
 - Μικρή εκπαίδευση στην αντιμετώπιση καταστροφών
 - Διαμονή σε κοινότητα που βιώνει τραύμα
 - Γυναίκες: παρουσία συζύγου ιδίως αν εμφανίζει δυσφορία
- Αιτιολογία
 - Βιολογικοί παράγοντες: ορμόνες τους στρες <-> παγίωση τραυματικών μνημών αμυγδαλή και ιππόκαμπος
 - Θεωρία δύο σταδίων – διατήρηση μέσω αποφυγής
 - Μοντέλο σχημάτων (Ψα): Το τραυματικό γεγονός δεν μπορεί να εναρμονιστεί με τα σχήματα του ατόμου για τον κόσμο ≠ τάση για अपαρτίωση
- Θεραπεία
 - Παραδοσιακά: Ανασκόπηση γεγονότος. Μη αποτελεσματική
 - Δευτερογενής τραυματισμός
 - Ιατρικοποίηση
 - Εμποδίζει προστατευτικές αντιδράσεις άρνησης και αποστασιοποίησης
 - Σταδιακή επιλεκτική έκθεση + γνωσιακή αναδόμηση (χαλάρωση, απόσπαση προσοχής κ.ά.)
 - EMDR
 - Αντικαταθλιπτικά, ιδίως SSRI