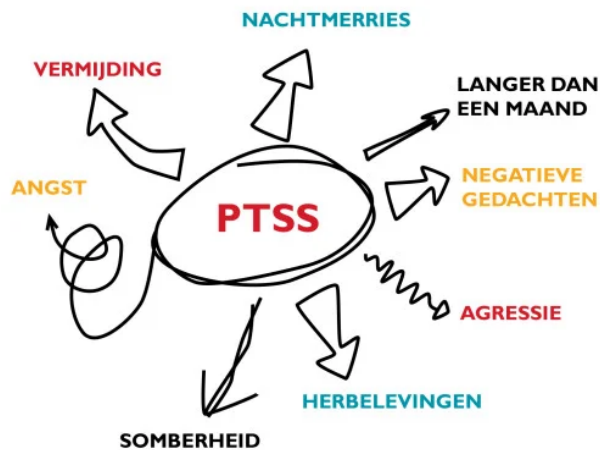


Medicacion

Finalmente tin un rol (limita) pa medicacion. Realmente mester usa esaki solamente ora un hende ta demasiado malo pa psicoterapia, ora un hende ta prefera **medicacion** na lugá di psicoterapia, si psicoterapia no tin efecto o si un hende ta asina malo cu e ta forma un peliger pa su mes y pa otronan. Sí a resulta recientemente cu tin cierto medicacion cu por usa bon contra pesadiya. Esaki por ser aplica den combinacion por ehempel cu psicoterapia, o den espera di psicoterapia.



Mas Informacion

FUNDACION SALUD MENTAL ARUBA RESPALDO

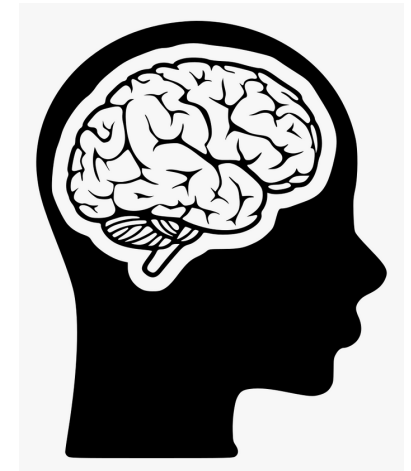
Mahuma 54
Oranjestad, Aruba

(+297) 281 5000
info@respaldo.aw

www.respaldo.aw



Fundacion Salud Mental Aruba RESPALDO



TRASTORNO DI STRESS POST-TRAUMATICO

Informacion general



Trastorno di Stress Post-Traumático

Ora hende pasa den un suceso impactante, manera un accidente, violacion o un asalto, esaki por ocasiona problema psikiko Un suceso asina nos ta yama un 'suceso traumático'. Tin ora hende sa haya asina hopi problema cu por papia di un trastorno di stress post-traumático (PTSS, na Hulandes).

Diagnostico

Hende cu un PTSS por haya molester di un serie di sintoma. Nan hopi biaha ta hopi **alerto** y por spanta masha facil mes. Nan ta haci nan best pa no pensa mas riba e suceso desagradable ey. Hopi biaha hende cu un PTSS tin problema cu **pesadiya**. Tambe nan por tin problema cu 'flashback'. Durante un flashback, sentimento, imagen y sonido di e suceso traumático por ser experimenta atrobe, mientras cu un persona por ta normalmente lanta. Un hende por ehempel ta mira e suceso 'manera un pelicula' su dilanti. O un persona ta tende e sonidonan cu tabata tende tambe e momento aya. Un flashback hopi biaha ta trece hopi angustia cune. Tambe hende cu un PTSS tin e tendencia pa evita tur tipo di asunto cu ta pone nan pensa riba e trauma. Esaki ta yama **evita**. Por ehempel evita pasa na e lugar unda e trauma a tuma luga o evita mira programa di television cu ta pone nan pensa riba e trauma.

Diagnostico

Si bo resumi esaki na un manera simpel bo por bisa cu hende cu un PTSS tin problema cu un recuerdo traumático cu, na un manera di bisa, '**ta hiba su propio bida**'. E ta bin sin puntra, ora bo no kier, e ta duna bo miedo, e ta duna bo pesadiya. Hende pesey tin masha miedo di e recuerdo y ta haci tur cos pa no tin molester di esey (principalmente **evitando**).

Causa

Un PTSS por surgi rapidamente despues di e recuerdo traumático, pero tambe hopi despues (tin biaha hasta varios año despues). Dicon esun persona ta haya un PTSS despues di un trauma y otro no, nos no ta comprende bon ainda. Actualmente ta haci hopi investigacion encuanto prevencion di un PTSS despues di un suceso traumático.

Ta conoci cu un PTSS no ta bay di su mes. Hende ta pensa tur tipo di triki pa maneha e sintomanan, pero e no ta bay. Tambe e problemanan cu un PTSS ta ocasiona por bira cada biaha mas grandi, ora hende bira manera preso den un círculo di miedo y di evita. Bida ta bira cada biaha mas limita pasobra tin cada biaha mas cos cu e persona ta evita, pa miedo di por ehempel, flashback.

Tratamento

Por trata un PTSS bon. Mientras tanto tin diferente tratamiento di efectividad proba, cu por ofrece.

Un tratamiento ofreci hopi ta **EMDR** (Eye Movement Desensitization and Reprocessing). Aki un persona na manera di bisa ta ser distrai cu un estimulo (por ehemplo sigui un luz chikito cu ta move, o tende un batimento cada biaha na otro orea) mientras e terapeuta ta pidi bo pa bo pensa conscientemente riba e trauma. E mecanismo operativo no ta completamente cla ainda, pero nos ta kere cu a traves di carga e memoria operativo, finalmente e carga di e suceso traumático ta disminui.

Un otro forma di tratamiento ta cu **terapia di conducta cognitivo**, esta cu '**exposicion imaginario cu exposicion en vivo**'. Aki e terapeuta ta yuda bo den bo imaginacion cada biaha atrobe repasa e recuerdo traumático den gran detaye y experimenta esaki cada biaha atrobe. Asina gradualmente e carga traumático di e recuerdo ta desaparece. Banda di esaki, den bida diario bo ta bay busca hustamente e luga y cosnan cu ta haci bo corda hopi riba e trauma, pa aki tambe siña cu bo no mester evita e cosnan aki mas.

Esakinan no ta e unico formanan di psicoterapia pa PTSS, pero pa trata tur forma aki ta bay demasiado leu pa e foyeto aki.