



Unge med angst

Psykinfo-Efterår 2018

Hvem er vi

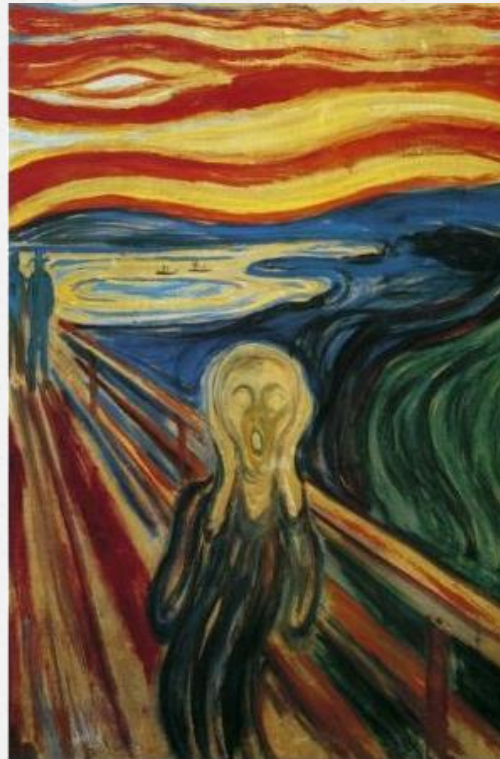
o Anne Krogh Nielsen

o Sidsel Høj Morthorst

Dagens program

- o Information om angst, symptomer, forståelse mv.
- o Angst som diagnose
- o Behandling hvor og hvordan
- o Erfaringsudveksling – angst i uddannelsesmæssig sammenhæng

Angstens ansigter



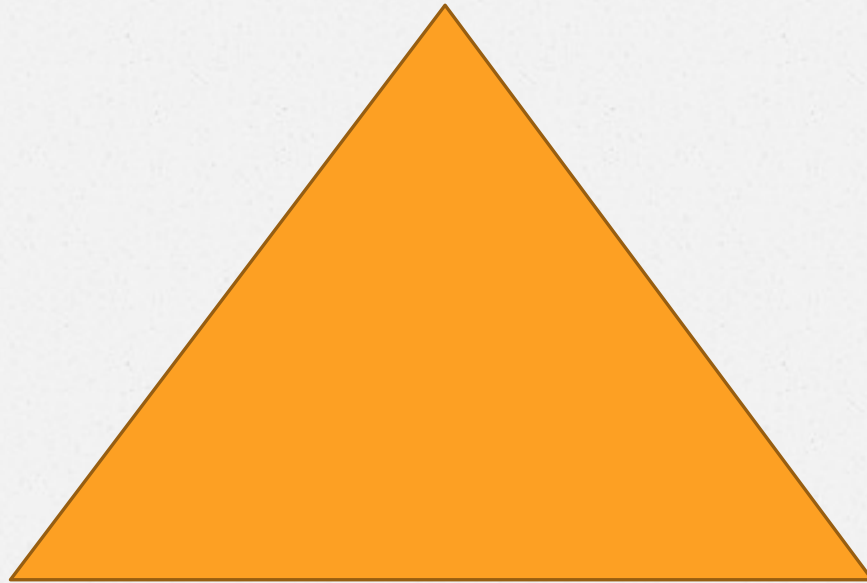
Hvad er angst?

- Angst er en grundfølelse
- Autonome nervesystem (kropslige reaktioner).
- Kamp/Flugt/Frys reaktion (adfærds respons)
- Tanker fokuserer på faremoment

Angst bliver et problem når:

- Den opstår i situationer, hvor den ikke tjener et formål
- Reaktionerne er ude af proportioner
- Den forhindrer almen livsførelse og alderssvarende udvikling (undgåelse)

Angstens bestanddele



Når angst spænder ben

- Angstlidelser er blandt de hyppigst forekomne psykiske lidelser hos børn og unge (Jørgensen og Schlander 2018).
- Op imod 80% af børn og unge med en angstlidelse opfylder også kriterierne for en anden psykisk lidelse (Rapee et al. 2013)
- Kønsforskel med overvægt af piger med angstlidelse (Jørgensen og Schlander 2018)
- Sundhedsstyrelsen vurderer, at angst hos voksne er hyppigste årsag til førtidspension og forårsager størst produktionstabsomkostninger i DK (Sundhedsstyrelsens hjemmeside)

Diagnose

- Diagnosemanual ICD-10 (muligvis snart 11)
- Diagnoser er beskrivende for symptomer, specificering af undgåelse, udtryk mv.
- Underinddeling i sværhedsgrad; let, moderat og svær

Angst som diagnoser

- o Angsten inddeles diagnostisk i forskellige kategorier fx:
- o Seperationsangst (gns debutalder 6,5 år)
- o Enkelt fobi (gns debutalder 7 år)
- o Socialfobi (gns debutalder 8,5 år)
- o Generaliseret angst (gns debutalder 8 år)
- o Panik angst (gns debutalder 18 år) (Costello et al., 2011)

Angst som symptom

- o Angstsymptomer kan være del af anden lidelse fx:
- o Depression
- o OCD
- o Personlighedsforstyrrelse
- o PTSD
- o Skizofreni
- o Autisme
- o Stress

Afledte effekter

- o Sårbarhed ift. udvikling af anden psykopatologi (komorbiditet)
- o Selvmedicinering ved misbrug
- o Selvskade
- o Social isolation
- o Selvmordstanker
- o Frafald fra uddannelse
- o Ect.

Angst i Psykiatrien

- Der kan ske henvisning fra egen læge eller PPR.
- Den psykiatriske målgruppe er mennesker med moderat til svær angst.
- Mennesker med let til moderat angst skal behandles i primær regi (mere om dette senere)
- Indledningsvis udredes med henblik på vurdering af, om den unge er i Psykiatriens målgruppe, herefter visiteres til mulig behandling.

Behandling i psykiatrisk regi

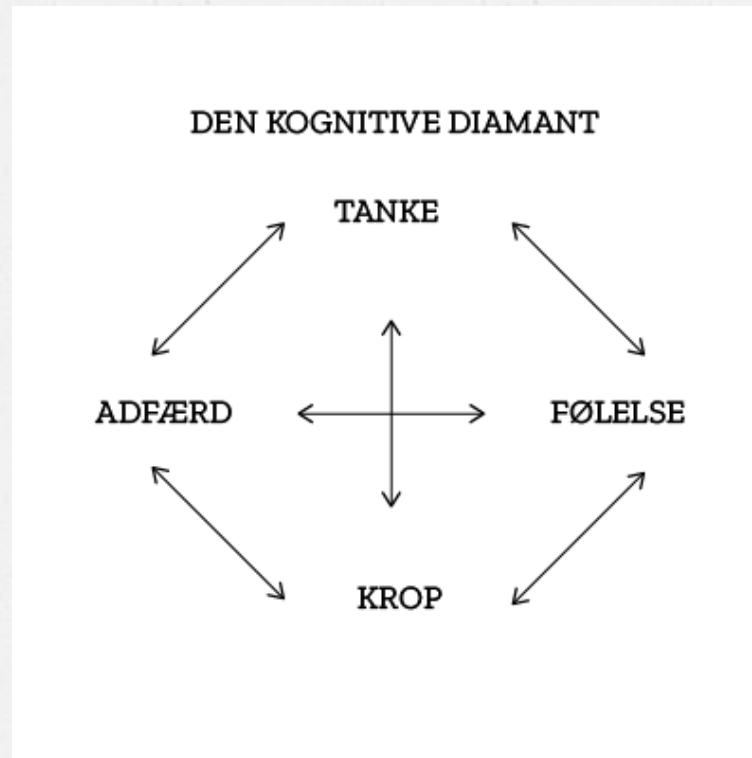
- o Samtale terapi individuelt eller i grupper
- o Familieterapi
- o Medicinering i kombination med anden samtale intervention

- o God evidens for anvendelse af kognitiv adfærdsterapi.

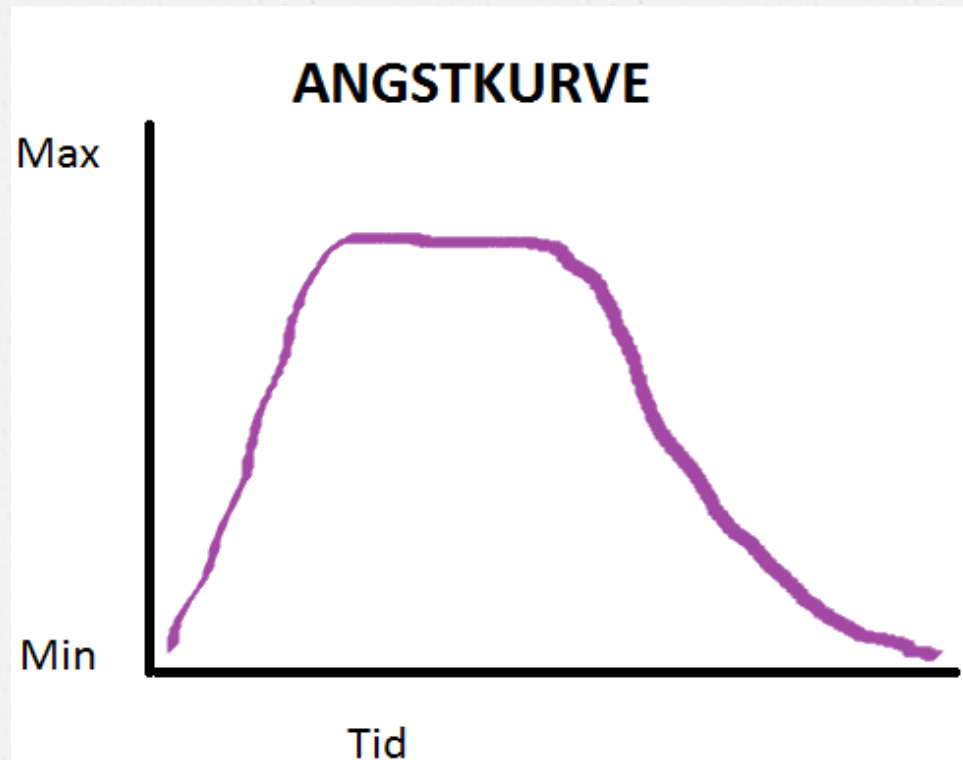
Valg af behandling

- Der kan være forskel på, hvilke behandlingsmetoder, de enkelte unge tilbydes, da interventionsform vælges med tanke på, komponenterne i den unges angst og om angsten er en del af anden psykiatri.

Kognitiv adfærdsterapeutisk forståelse af angst



Eksposering



Hjælp udenfor Psykiatrien

- o Privat praktiserende psykolog vederlagsfri behandling til 18-19-20 årige
- o Egen læge
- o headspace
- o Psykinfo
- o Kommunerne

Spørgsmål - erfaringsudveksling

- Ingen specifikke sager men overordnede problemstillinger/udfordringer

Angst i uddannelsesmæssig sammenhæng:

- o Hvordan opdager I de angste unge?
- o Hvilke udfordringer oplever I, som særligt kendetegnende for unge med angst?
- o Hvordan kendes forskel på undgåelsesadfærd og dovenskab?