



OCD-mottagning Lerum

Om oss

OCD-mottagning i Lerum är en regional mottagning som har hela Västra Götalandsregionen som upptagningsområde. Mottagningen erbjuder ett tidsbegränsat behandlingsprogram för dig med tvångssyndrom och närliggande diagnoser.

Under behandlingen hos oss har du kvar din kontakt vid din vuxenpsykiatriska öppenvårdsmottagning som ansvarar för all övrig behandling, läkemedel, eventuell sjukskrivning med mera.

På mottagningen arbetar professionerna psykiatrisjuksköterska, psykolog, psykoterapeut, verksamhetsutvecklare och medicinsk sekreterare.

Vägen till vår mottagning

Den regionala OCD-mottagningen i Lerum tar endast emot remisser från specialistpsykiatrin. Problematikens svårighetsnivå ska också ligga på måttlig till extremsvår nivå.

Vi kallar först till två bedömningsbesök hos oss innan vi tar beslut om behandling. Vi använder oss av 1177 Stöd och Behandling för att hämta in information och där har du som patient även tillgång till vårt behandlingsmaterial.

Beskrivning av tvångssyndrom och närliggande diagnoser

Tvångssyndrom – OCD

Tvångssyndrom, eller OCD (Obsessive Compulsive Disorder), är ett tillstånd där man får påträngande tankar/bilder/impulser som skapar obehag.

Tvångstankarna upplevs ofta som orimliga men är svåra att avfärda.

Vanligtvis leder detta till att man utför tvångshandlingar för att minska

obehaget. Detta skapar en ond cirkel där man undviker allt fler saker i livet. Tillståndet självläker sällan och skapar ofta stort lidande hos individen.

Dysmorfofobi – BDD

Dysmorfofobi är en psykiatrisk sjukdom som innebär att man är överdrivet upptagen av någon del av sitt utseende. Sjukdomen kan leda till stort lidande och funktionsnedsättning. De flesta med dysmorfofobi brukar uppleva att deras utseendedefekt sitter i ansiktet, huden eller håret, men många olika varianter finns.

Samlarsyndrom – Hoarding

Samlarsyndrom innebär att man samlar på sig en stor mängd olika föremål i sitt hem. Det kan vara olika föremål som bord, stolar, kläder, böcker, påsar, tyg men även annat som man upplever sig ha svårt att skiljas ifrån.

Trichotillomani – TTM

Trichotillomani innebär ett överdrivet, och/eller ångestframkallande, plockande eller dragande av hårstrån. Vanligast är att man drar från huvudhåret eller ögonbrynen, men även hår på andra ställen av kroppen förekommer. Ibland kan kala fläckar uppstå.

Dermatillomani – DTM

Dermatillomani innebär ett överdrivet, och/eller ångestframkallande, plockande eller rivande på huden. Ofta gäller det upplevda ojämnheter eller defekter i huden.

Olfactory Reference Syndrome – ORS

Olfactory Reference Syndrome kännetecknas av en överdriven upptagenhet vid en upplevd dålig kroppsodör.

Om behandlingen

Den behandlingsform som rekommenderas för tvångssyndrom är kognitiv beteendeterapi (KBT) med exponering med responsprevention (ERP). Innan behandling påbörjas bör livssituationen vara stabil och utan förändringar i eventuell medicinering.

Vi arbetar med både gruppbehandling och individuell behandling. Vi har två olika gruppbehandlingar. Den ena är en intensivmodell som kallas B4DT och kommer från Bergen, Norge. Den innebär 4 dagars behandling på vår mottagning där alla patienter har sin egen behandlare som de exponerar tillsammans med. Efter de 4 dagarna arbetar man vidare själv enligt en 3-veckorsplanering som skapas under behandlingen.

Den andra gruppbehandlingen består av 10 gruppträffar och 7 individuella träffar under 9 veckors tid. Gruppträffarna är ungefär 3 timmar och de individuella besöken är ungefär 90 minuter.

Vår individuella behandling kan anpassas utifrån patientens behov och förmåga för att så många som möjligt ska kunna ta del av vår behandling. Oftast träffas man 1–2 gånger i veckan. Behandlingen är som standard 10 sessioner men kan förlängas vid behov. Varje session är ungefär 90 minuter.

Under behandlingens gång kan också hembesök förekomma för att optimera dina exponeringar.

Vi har även en internetbehandling som består av 10 moduler som ska genomföras under 10–12 veckor. Den startas och avslutas med ett videobesök med en behandlare. Man har under behandlingen kontakt med behandlaren genom chattmeddelanden, där svaren ges på förutbestämda dagar.

För att behandlingarna ska fungera så bra som möjligt så behöver man kunna avsätta tid för att träna hemma. God motivation är viktigt då behandlingen stundtals upplevs som påfrestande.

Mer information

På vår hemsida på 1177.se (1177.se/ocd-lerum) kan du som patient och närstående hitta bra information om diagnoserna samt hur vi behandlar dem. Där hittar du även filmer och information att läsa. Du kan även lyssna på vår podcast OCD-podden där vi berättar mer om tvångssyndrom och närliggande diagnoser.

Kontaktuppgifter

OCD-mottagning Lerum

Hedlunds backe 1B

443 38 Lerum

Telefonnummer: **033 – 616 37 62**

Telefontid:

Måndagar 09.00-09.30

Tisdag-fredag 08.30-09.00

Måndag, tisdag, torsdag, fredag 14.00-15.00

Onsdag 15.00-16.00

1177.se/ocd-lerum