

Was verändert sich im Vergleich von vor zu nach Teilnahme an einer Traumatherapie in Deinem Gehirn?



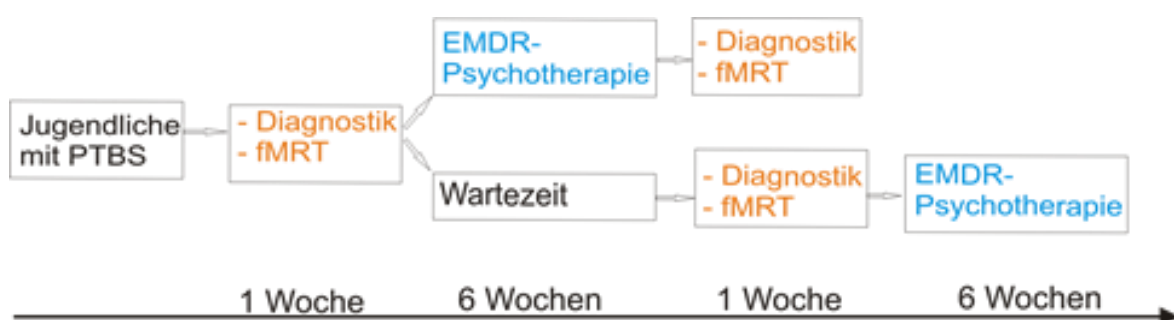
Was ist ein traumatisches Ereignis?

- Ein Ereignis, bei dem das eigene oder das Leben geliebter anderer in Gefahr ist.
- Ein Ereignis, das extreme Angst, Entsetzen oder Hilflosigkeit hervorruft.
- Dazu gehören zum Beispiel Ereignisse wie körperliche Gewalt oder sexueller Missbrauch.
- Ein Ereignis kann auch dann traumatisch sein wenn man es nicht selbst erlebt sondern es beobachtet hat oder davon erfährt.
- Wenn bestimmte Symptome zusammenkommen spricht man von einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS).

Fakten zur Trauma-Therapie:

- Sie hilft belastende Erinnerungen an das traumatische Ereignis und damit verbundene Gefühle zu verarbeiten.
- Sie hilft Symptome, die nach dem Erleben eines traumatischen Ereignisses auftreten können (z.B. Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten und Reizbarkeit), zu lindern.
- Eine effektive Behandlung ist die „Eye Movement Desensitization and Reprocessing“ (EMDR)-Therapie.
- Vorteile der EMDR: teilweise non-verbales Vorgehen und kurze Behandlungsdauer (ca. 6-8 Wochen).
- Sie wird von geschulten Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten, die eine Weiterbildung in EMDR erhalten haben, durchgeführt.
- Sie ist kostenlos.

Wie läuft die Studie ab?



Zum Studienablauf:

- A) Zu allererst müssen wir schauen, ob Du die Einschlusskriterien für die Studie erfüllst. Dazu kannst Du schon mal vorab die Checkliste auf der letzten Seite durchgehen.
- B) Anschließend machen wir einen Diagnostik-Termin aus (Termin dauert jeweils ca. 2-3 Stunden), um die Studien-Einschlusskriterien zu überprüfen. Mittels der Diagnostik kann man viele interessante Dinge über Dich erfahren, zum Beispiel wie stark Du unter Deinem Trauma leidest. Gern können wir Dir und Deinen Sorgeberechtigten die Ergebnisse der Diagnostik mitteilen. Spreche uns diesbezüglich wegen eines Termins an.
- C) Nach dem Diagnostik-Termin wirst du per Zufall der Trauma-Therapie (Du erhältst umgehend EMDR-Therapie) oder der Wartekontrollgruppe (Du wartest zunächst 6-8 Wochen und erhältst anschließend, wenn der Bedarf nach wie vor besteht, EMDR-Therapie) zugeteilt. Jugendliche beider Gruppen nehmen vor und nach Therapie bzw. vor und nach Wartezeitraum jeweils an einem Diagnostiktermin und einer funktionellen Magnetresonanztomographie (fMRT)-Messung teil.
- D) Die jeweilige fMRT-Messung dauert ca. eine Stunde. Davor wirst Du auf die Messung vorbereitet, so dass Du insgesamt ca. zwei Stunden für den fMRT-Termin einplanen solltest. Während der Messung nimmst Du an drei unterschiedlichen Aufgaben teil während wir fleißig Bilder von Deinem Gehirn machen.

Was ist eine Magnetresonanztomographie?

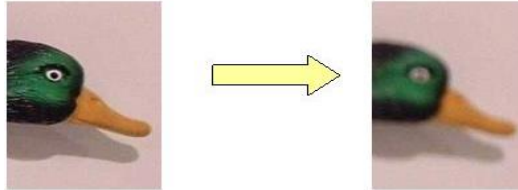
Die Magnetresonanztomographie (MRT) dient der bildlichen Darstellung des Gehirns. Mit Hilfe eines Magnetfeldes und Radiowellen entstehen im MRT Signale. Mit dem Computer kann man daraus wiederum Bilder des Gehirns erstellen. Vereinfacht gesagt ist ein MRT-Scanner wie ein großer Fotoapparat, der aber nicht von außen, sondern von innen Bilder vom Gehirn macht. Mit Hilfe der funktionellen MRT (fMRT) kann man herausfinden, wie sich die Aktivität des Gehirns von vor zu nach Therapie verändert.



Was passiert während der fMRT-Messung (ca. 1h)?

A) Zunächst wirst Du auf die Messung vorbereitet:

Da der MRT-Scanner laute „Klick“-Geräusche macht, bekommst Du Ohrstöpsel gegen den Lärm. Außerdem musst Du darauf achten, dass Du alles Metall ablegst, bevor Du in dem MRT-Scanner liegst (z.B. Münzen in der Hosentasche). Wichtig ist auch, dass Du während der Messung still hältst, da wir sonst unscharfe Bilder von Deinem Gehirn bekommen.



B) Dann wollen wir untersuchen was in Deinem Gehirn passiert, wenn Du Dich einfach entspannst und Deinen Gedanken freien Lauf lässt.

C) Weiterhin interessiert uns wie Dein Gehirn reagiert, wenn Du Dich auf bestimmte Außenreize konzentrierst. Dazu darfst Du im Scanner ein Glücksspiel spielen.

D) Und zu guter Letzt möchten wir untersuchen wie Dein Gehirn auf das Hören Deines persönlichen traumatischen Erlebnisses reagiert. Dazu lesen wird Dir für 3*30 Sekunden Deine als traumatisierend erlebte Erfahrung im Scanner vor.

Was habe ich von der Untersuchung?

- Du erhältst einen schnellen Zugang zur Traumatherapie
- Je fMRT-Termin erhältst Du einen Ulmer City-Gutschein in Höhe von 10€. Weiterhin hast Du die Möglichkeit beim Glücksspiel (siehe c) weitere 15€ zu gewinnen (also insgesamt 25€). Diese kannst Du in fast allen Läden Ulms einlösen.
- Wenn Du magst, bekommst Du ein Foto Deines Gehirns auf CD mit nach Hause.
- Die Diagnostikergebnisse liefern Dir interessante Informationen über Dich.
- Du kannst einen Beitrag zur Erforschung von Trauma-Therapie leisten und so auch anderen Menschen, die Traumata erlebt haben, helfen.



Checkliste: Bin ich geeignet für die Trauma-Studie?

- Ich bin 13 Jahre oder älter und habe meinen 21. Geburtstag noch nicht gefeiert.
- Ich habe ein zwischenmenschliches, traumatisches Ereignis erlebt, das nach meinem vierten Lebensjahr eingetreten ist.
- Aktuell sind meine Lebensumstände sicher.
- Ich hatte noch keine Psychotherapie, in der die Bearbeitung meines Traumas im Vordergrund stand.
- Sprachkenntnisse entsprechen ca. B1-Niveau
- Ich nehme keine Psychopharmaka ein (z.B. Neuroleptika, Benzodiazepine).
- Falls ich Antidepressiva oder Psychostimulanzien einnehme, sollten diese fünf Wochen vor Studienbeginn bereits stabil eingenommen worden sein und auch während der Studie stabil eingenommen werden.
- Ich habe keine Epilepsie.
- Ich hatte noch nie ein Schädel-Hirntrauma.
- Ich habe keine Metallteile (z.B. Zahnspange, Herzschrittmacher) im oder am Körper (Ausnahme: Retainer) bzw. kann diese entfernen (z.B. Piercings).
- Ich habe keine Platzangst.

Ist das Ganze eigentlich gefährlich?

Nein ist es nicht. Es ist lediglich so, dass Du Dich in einen großen Magneten legst. Komplikationen die sehr selten sind, sind zum Beispiel Hautreizungen (durch metallhaltige Farbstoffe in Make-up oder Tätowierungen) oder leichte bis mäßige Kopfschmerzen oder Ohrgeräusche durch die Geräusche des MRT. Die verschwinden aber in der Regel schnell wieder nach der Untersuchung. Sehr selten kann es auch zu einer bis dahin unbekanntem Furcht vor engen Räumen kommen.

Wie kann ich an der Studie teilnehmen?

Wenn Du Dir vorstellen könntest mitzumachen, melde Dich gerne bei Dr. Joana Straub

Telefonnummer: 0731 500 62630 oder 0160 97625885
Email: emdr.studie@uniklinik-ulm.de



Sie wird dann mit Dir und ggf. Deinen Sorgeberechtigten einen ersten unverbindlichen Info-Termin vereinbaren.