



Denne folderen er utarbeidet ved Cardiff Universitet i Wales, Storbritannia, av J. Bisson (DM, FRCPsych) og B. Tavakoly (PhD) med bidrag fra partnere ved The European Network for Traumatic Stress (TENTS).

Partnere

Academic Medical Center, Amsterdam, Nederland
Dr. M. Olff / Dr. A.B. Witteveen
Cardiff University, Wales (Storbritannia)
Dr. J. Bisson / Dr. B. Tavakoly
Catholic University of Applied Social Sciences, Berlin, Tyskland
Prof. Dr. N. Gurrus
Haukeland Universitetssykehus - RVTS Vest, Bergen, Norge
Dr. D. Nordanger / Dr. V. Johansen
Uppsala University – NCDP, Uppsala, Sverige
Mrs. K. Bergh-Johannesson
Tampereen University, Helsinki, Finland
Prof. Dr. R. Punamaki
SEPET + D, Madrid, Spania – Dr. F. Orengo Garcia
Zagreb University, Kroatia – Prof. Dr. D. Ajdukovic
Turkish Psychological Association, Istanbul, Tyrkia
Dr. U. Sezgin

Samarbeidspartnere

University of Warsaw, Polen - Prof. Dr. M. Lis-Turlejska
Edinburgh Traumatic Stress Centre, Skottland
Dr. C. Freeman
University of Zurich, Sveits
Prof. Dr. U Schnyder / Dr. L. Wittmann
Centre Hospitalier Universitaire Tenon, Paris, Frankrike
Dr. L. Jehel
University of Vienna, Østerrike
Dr. B. Lueger-Schuster
University of Aarhus, Danmark
Prof. Dr. A. Elklit
WHO Europe – København, Danmark
Dr. Matt Muijen



TENTS RETNINGSLINJER

PSYKOSOSIAL STØTTE ETTER KATASTROFER OG STORE ULYKKER



TENTS (The European Network for Traumatic Stress) er finansiert av EU og har som formål å danne et europeisk nettverk av eksperter innen området psykososial støtte og behandling av posttraumatisk stress (PTSD) hos mennesker som rammes av større ulykker eller katastrofer. TENTS har som målsetting å øke katastrofepsykiatrisk behandlingsskapasitet gjennom fremme bruk av evidensbaserte og effektive metoder. Et ledd i dette arbeidet har vært å utarbeide retningslinjer for støtte og behandling etter større ulykker og katastrofer. Retningslinjene presenteres i denne folderen.

TENTS-retningslinjene anbefales som en modell for psykososial støtte etter større ulykker og katastrofer i alle europeiske land, men er ikke å anse som obligatoriske. Retningslinjene er utformet med tanke på områder med en befolkning på mellom 250 000 og 500 000, men kan tilpasses områder med større eller mindre befolkning. De er delt inn i seks avsnitt som dekker planlegging, forberedelser og ledelse, allmenne komponenter, samt spesifikke komponenter for de ulike fasene av oppfølgingen.

Selv om en del av komponentene har et individfokus, må alle deler av den psykososiale oppfølgingen utføres med særlig henblikk på individenes sosiale omgivelser, da særlig deres familie- og gruppetilhørighet.

1. Planlegging, forberedelser og ledelse

I retningslinjene inkluderer dette avsnittet tolv anbefalinger. Et sentralt tema i anbefalingene er opprettelsen av lokale planleggingsgrupper for psykososial støtte, med representasjon fra flere forskjellige tjenester og instanser. Planleggingsgruppene er ansvarlige for å utvikle og opprettholde en plan for psykososial støtte etter større ulykker og katastrofer, med klare retningslinjer for hva oppfølgingen skal innebære. Anbefalingene inkluderer et opplæringsprogram for å sikre at personell er forberedt på sine roller og sitt ansvar, samt at de mottar kontinuerlig opplæring, støtte og veiledning. Et annet omtalt område er nødvendigheten av at staten/myndighetene bevilger tilstrekkelige midler for å opprettholde en effektiv plan for psykososial støtte

2. Allmenne komponenter i planen for psykososial støtte

Det underliggende temaet for de seksten anbefalingene i dette avsnittet er å fremme trygghetsfølelse, samhørighet, ro, håp, og opplevelse av styrke og mestring gjennom fellesskapet.

Anbefalingene omhandler blant annet å legge til rette for hensiktsmessige kollektive, kulturelle, åndelige og religiøse helsefremmende aktiviteter, samt å unngå spesifikke formelle intervensjoner slik som psykisk debrifing av alle rammede, eller formell screening av alle involverte. Det understrekes samtidig som viktig å holde fokus på å identifisere personer med store problemer. Andre anbefalinger er å involvere lokale personer som har kjennskap til lokal kultur og spesifikke grupper (hvis slike personer ikke allerede er representert i planleggingsgruppen), ytelse av tjenester som f. eks. finansiell assistanse og juridisk rådgivning, samt planlegging av minnestunder eller andre seremonier for de involverte.

3. Spesifikke komponenter for den første innsatsen (i løpet av den første uken)

De elleve anbefalingene i dette avsnittet understreker viktigheten av praktisk hjelp og pragmatisk støtte i denne første tiden, gitt på en empatisk måte, samt viktigheten av at informasjon om situasjonen og andre forhold som angår de involverte samles inn og formidles ærlig og åpent. Personer bør verken oppfordres til eller rådes fra å gi detaljerte beskrivelser av sine opplevelser. Det bør opprettes en telefontjeneste for følelsesmessig støtte og utarbeides en webside med informasjon om relevante psykososiale emner. Det bør også opprettes et humanitært støttesenter som tilbyr spekteret av de tjenestene som kan bli aktuelle.

4. Spesifikke komponenter for den tidlige oppfølgingen (i løpet av den første måneden)

Det er fem anbefalinger i dette avsnittet. Det anbefales blant annet at det gjøres formelle vurderinger av personer med psykososiale problemer og at personer med ASD (akutt Stresslidelse) eller alvorlig PTSD tilbys behandling med traumefokusert kognitiv atferdsterapi (TF-CBT). I avsnittet anbefales det også at evidensbaserte intervensjoner for personer med andre mentale problemer gjøres tilgjengelige.

5. Spesifikke komponenter for oppfølgingen en til tre måneder etter katastrofen

Blant de seks anbefalingene i dette avsnittet trekkes TF-CBT frem som det beste behandlingsalternativet ved akutt PTSD. Dersom TF-CBT ikke er tilgjengelig eller ikke tolereres, anbefales det at andre evidensbaserte behandlingsmetoder gjøres tilgjengelige. I avsnittet anbefales også proaktiv kontakt med personer som har høyt stressnivå (distress).

6. Spesifikke komponenter for den videre oppfølgingen (tre måneder og lengre)

De fire anbefalingene i dette siste avsnittet inkluderer etablering av arbeids-/rehabiliteringsmuligheter som hjelper de rammede til selvstendighet og tilpasning til hverdagen igjen. Detaljert planlegging sammen med lokale og nasjonale myndigheter samt relevante støttetjenester bør finne sted for å finansiere og gi støtte til rette for lokal innsats i flere år etter hendelsen.

De fullstendige retningslinjene og mer informasjon om TENTS kan lastes ned fra www.tentsproject.eu.