

# Informatie

## VERWIJZERS

April 2010, nummer 3

*PsyQ Amsterdam biedt gespecialiseerde behandelprogramma's op het gebied van ADHD bij volwassenen, angststoornissen, depressie, eetstoornissen & obesitas, persoonlijkheidsproblematiek, psychotrauma, relatie & psyche, seksuologie en somatiek & psyche. U kunt patiënten naar ons verwijzen, eventueel na telefonisch overleg met mw. dr. Saskia van Es, klinisch psycholoog, tel. 020-5894900. Patiënten kunnen zich aanmelden via de website [www.psyq.nl](http://www.psyq.nl) of via telefoonnummer 0900-2357797 (lokaal tarief).*

### Behandelprogramma Angststoornissen

## Behandeling van dwangstoornis

Patiënten met dwangklachten worden geplaagd door intrusieve gedachten en ideeën die spanningen opleveren. De patiënt probeert weerstand te bieden door allerlei dwangmatige rituelen. De standaard psychologische behandeling is een vorm van cognitieve gedragstherapie, Exposure + Responspreventie (ERP). Hoewel veel dwangpatiënten baat hebben bij deze behandeling, werkt de behandeling bij een deel van de patiënten niet of onvoldoende.

Binnen PsyQ is de Competitive Memory Training (COMET) voor obsessies ontwikkeld. COMET voor obsessies gaat ervan uit

dat bepaalde ideeën en gedachten bij dwangpatiënten blijven hangen omdat zij er een persoonlijke betekenis aan toekennen. Tijdens COMET wordt die persoonlijke betekenis aangepakt door positieve ervaringen, die deze betekenis ontkrachten, te versterken. Die positieve 'tegenbeelden' worden vervolgens ingezet tegen de obsessies. Nadat de obsessies met behulp van COMET zijn gereduceerd volgt nog een verdere behandeling met de meer traditionele ERP.

**Meer informatie:**

Loes Weber, psycholoog, e-mail [l.diemer@psyq.nl](mailto:l.diemer@psyq.nl).

### Behandelprogramma Depressie

## Onderzoek 'Doorbreek het ritme van depressie'

PsyQ Amsterdam doet mee aan het onderzoek 'Doorbreek het ritme van depressie'. In dit onderzoek staat de vraag centraal of een korte psychologische behandeling beter werkt indien deze gecombineerd wordt met medicatie of dat de psychologische behandeling in plaats van medicatie kan worden gegeven, om een terugval in een nieuwe depressieve episode te voorkomen. Dit onderzoek is een samenwerkingsproject van het Universitair Centrum Psychiatrie van het UMC Groningen en de afdeling Klinische Psychologie van de Rijksuniversiteit Groningen. Aan dit onderzoek kunnen mensen meedoen die:

1. van hun laatste depressie met behulp van een antidepressivum hersteld zijn;
2. op dit moment nog antidepressiva gebruiken;
3. die in het verleden meerdere depressieve episoden hebben doorgemaakt.

**Meer informatie:**

Dr. Saskia van Es, klinisch psycholoog en cognitief gedrags-therapeut, e-mail [saskia.vanes@psyq.nl](mailto:saskia.vanes@psyq.nl).

---

## Interpersoonlijke psychotherapie

Interpersoonlijke psychotherapie (IPT) is naast cognitieve gedragstherapie de meest effectieve behandelmethodes bij lichte tot matige depressies. IPT gaat uit van het idee dat veranderingen in belangrijke relaties een depressie kunnen uitlokken bij mensen die daar gevoelig voor zijn. In de therapie wordt onderzocht hoe contacten met belangrijke mensen in de omgeving van de patiënt verlopen. Daarna wordt bekeken

hoe deze contacten bijdragen aan het ontstaan of het in stand houden van depressieve gevoelens. De duur van de behandeling is tussen de acht en twintig gesprekken.

### Meer informatie:

Wieke Dobbelaer, psycholoog, e-mail [w.dobbelaer@psyq.nl](mailto:w.dobbelaer@psyq.nl).

---

## Behandelprogramma Somatiek & Psyche Onverklaarde lichamelijke klachten

Zowel patiënten met verklaarde als onverklaarde klachten kunnen terecht bij het behandelprogramma Somatiek & Psyche. Bij patiënten met onverklaarde lichamelijke klachten wordt gebruik gemaakt van cognitieve gedragstherapie, na het gevolgenmodel te hebben toegepast. Centraal in dit model staat het uitgangspunt dat het ervaren van onverklaarde lichamelijke klachten zowel lichamelijke, psychische als sociale gevolgen kan hebben. Deze gevolgen kunnen de klachten versterken en het herstel belemmeren. Zo heeft pijn invloed op alledaagse dingen als: gedrag (anders bewegen; conditieverlies), emoties (pijn kan angst, boosheid, verdriet oproepen), denken ('dit gaat nooit meer voorbij'), sociale leven (niet meer naar verjaardagen

gaan) en werk (werkverzuim). De therapie is gericht op het doorbreken van vicieuze cirkels die de klachten in stand houden. Patiënt en behandelaar richten zich op de negatieve gevolgen van de lichamelijke klachten met het doel de gevolgen te verminderen. Patiënten leren daarbij hun manier van denken te herkennen en te veranderen en op een andere manier met hun klachten om te gaan.

### Meer informatie:

Dr. Saskia van Es, klinisch psycholoog en cognitief gedragstherapeut, e-mail [saskia.vanes@psyq.nl](mailto:saskia.vanes@psyq.nl).

---

## Wat vinden uw patiënten van ons?

Met gepaste trots presenteren we de resultaten van het patiënttevredenheidsonderzoek bij PsyQ Amsterdam. Aan het einde van de behandeling vragen wij onze patiënten om de behandeling te evalueren. De manier waarop PsyQ met de problemen van uw patiënten omgaat wordt door hen gemiddeld met het rapportcijfer 8,2 gewaardeerd. Het resultaat van de

behandeling waarderen uw patiënten met gemiddeld een 7,9. Patiënten geven hun hoofdbehandelaar gemiddeld het cijfer 8,4. Op de vraag of zij iemand anders met problemen of klachten zouden aanraden naar PsyQ te gaan zegt vrijwel iedereen volmondig 'Ja!'. Wij zijn erg tevreden met deze resultaten!

---

## Behandelprogramma Persoonlijkheidsproblematiek Schematherapiegroep

Binnen het behandelprogramma Persoonlijkheidsproblematiek start een schematherapiegroep voor patiënten met een persoonlijkheidsstoornis uit cluster B en/of C of met trekken van een persoonlijkheidsstoornis. Om te kunnen profiteren van deze groep, moeten patiënten beschikken over de mogelijkheid tot zelfinzicht en over voldoende mate van frustratie- en angsttolerantie.

### Meer informatie:

Elsbeth Nauta, psychotherapeut en cognitief gedragstherapeut, e-mail [e.nauta@psyq.nl](mailto:e.nauta@psyq.nl).

---

## Nieuwe psychiater

Per 1 april is in dienst getreden bij PsyQ Amsterdam de heer G. Nissink, psychiater. De heer F.F. Heheman, psychiater en manager Zorg, treedt op 1 mei uit dienst.

Dit is een uitgave van PsyQ.  
Doel is informatie verstrekken aan verwijzers in Amsterdam en omstreken.

Redactieadres  
PsyQ Amsterdam  
Jan van Galenstraat 335  
1061 AZ Amsterdam  
[saskia.vanes@psyq.nl](mailto:saskia.vanes@psyq.nl)

tel: 020-589 49 00  
fax: 020-589 49 01  
e-mail: [amsterdam@psyq.nl](mailto:amsterdam@psyq.nl)