

Funktionelle anfald

Formålet med denne folder er at give viden om funktionelle anfald til personer, som har funktionelle anfald og deres pårørende.

Hvad er funktionelle anfald?

Funktionelle anfald kan ligne epileptiske anfald, men er det ikke. Funktionelle anfald er forskellige fra person til person, men kan være:

- Krampelignende rystelser og stivhed i kroppen.
- Besvimelse, hvor det sortner for øjnene og man mister bevidstheden.
- Svimmelhed, synsforstyrrelser og uvirkelighedsfølelse.
- At man bliver stille, fjern og er svær at komme i kontakt med.
- Ryk i arme, ben og hoved.
- Bevidsthedstab eller en følelse af, at man er ude af stand til at komme i kontakt med omverdenen.

Lise, 28 år: "Nogle gange er mine anfald med små tics, og andre gange føles det lidt ligesom at få elektrisk stød"

Emma, 18 år: "Efter mine anfald er jeg bare rigtigt udmattet. Det føles lidt ligesom at have løbet et maraton"

Funktionelle anfald har mange navne. De kaldes også psykogene non-epileptiske anfald (PNES) eller dissociative kramper.

På hjemmesiden www.funktionelleanfald.dk kan du få mere viden om funktionelle anfald.

1. udgave, marts 2017.

Forfatter: Mai Bjørnskov Mikkelsen, cand. psych., ph.d. stud. ved Aarhus Universitet.
Mail: funktionelleanfald@psy.au.dk.

Udviklet i samarbejde med:

Charlotte Rask, overlæge, klinisk professor, ph.d., Lisbeth Frostholm, ledende psykolog, lektor, ph.d., Mimi Mehlsen, psykolog, lektor, ph.d. & Mia O'Toole, psykolog, lektor, ph.d.

Gennemset af følgende ekspertpanel:

Michael Binzer dr. med., praktiserende speciallæge i neurologi; Jens Ahrenkiel, overlæge, speciallæge i psykiatri; Karin Nørgaard, neuropsykolog; Gitte Dehlholm, overlæge, ph.d. specialist i psykoterapi, speciallæge i børne- og ungdomspsykiatri; Jakob Christensen, dr. med., overlæge, speciallæge i neurologi, ph.d.; Trine Tandrup, overlæge, dr. med., speciallæge i neurologi, ph.d.

Bestilling: Foldere kan rekvireres ved funktionelleanfald@psy.au.dk eller downloades på www.funktionelleanfald.dk

© Mai Bjørnskov Mikkelsen.
Indholdet må citeres med tydelig kildehenvisning.

Hvad er funktionelle anfald? En folder til patienter og pårørende



Udarbejdet i samarbejde med Enhed for Psykoneurologi og Sundhedspsykologi, Aarhus Universitet og Aarhus Universitetshospital og Funktionelle Lidelser, Aarhus Universitetshospital.

TrykFonden



Aarhus Universitetshospital

Hvad sker der under et anfald?

Under et funktionelt anfald sker der en form for afbrydelse i bevidstheden (dissociation).

Normalt arbejder vores sanser, vilje, bevidsthed og hukommelse sammen, men ved dissociation afbrydes samarbejdet midlertidigt. Det gør at følelser, tanker og krop opleves som skilt fra hinanden.

Camilla, 21 år: *"Det er lidt ligesom at alt forsvinder, alt bliver fjernt og man kan ikke rigtigt fokusere. Som om at jeg forsvinder ind i mig selv."*

Kristina, 23 år: *"Man føler sig som en lille person, der sidder inde i hovedet på kroppen og bare skriger: Lyt nu til hvad jeg siger"*

Læs mere om dissociation på www.funktionelleanfald.dk

Årsager til funktionelle anfald

Anfaldene opstår ofte, fordi der er et uheldigt sammenspil mellem flere forskellige faktorer. Det kan f.eks. være:

- Belastninger eller konflikter med andre mennesker
- Svære følelsesmæssige omstændigheder
- Disposition til at reagere med diffuse fysiske symptomer ved belastning

Er anfaldene noget man gør med vilje?

Svaret er NEJ!

Funktionelle anfald er ikke noget, man gør med vilje eller for at få opmærksomhed.

Kan man få det bedre?

Svaret er JA!

Personer med funktionelle anfald kan godt få det bedre og blive fri for anfald. Psykologisk behandling er den behandling, der virker bedst på funktionelle anfald.



Kristina, 23 år: *"Jeg er ikke længere bange for at få et anfald. Folk omkring mig ved, hvad de skal gøre og jeg ved også selv, hvad jeg skal gøre. Det er ikke noget jeg er utryk ved overhovedet. "*

Ting der kan hjælpe

1. Forstå og være tryk ved sin sygdom
2. Tage imod tilbud om psykologisk behandling
3. Finde og opfange advarselstegn og ting, der kan udløse de funktionelle anfald
4. Undgå hyppige indlæggelser i forbindelse med typiske anfald
5. Undgå isolation og være aktiv

Ting pårørende kan gøre for at hjælpe

1. Forblive rolige under anfald
2. Undgå at tilkalde en ambulance ved typiske anfald
3. Fortælle personen, hvad der sker og hvor de er, når de får et anfald
4. Opmuntre personen til at genoptage deres aktiviteter efter anfaldet
5. Støtte personen i at tage imod tilbud om psykologisk behandling