

# Conversiestoornis behandelaanbod en informatie

## Wat is een conversiestoornis?

Een conversiestoornis is een aandoening van het zenuwstelsel. Er gaat iets mis in de verwerking van signalen van en naar de hersenen. Er is een probleem met de aansturing van je lichaam: je lichaam doet niet meer wat jij wilt, hoe hard je ook probeert. De klachten bij een conversiestoornis zijn echt. De functie van de hersenen en zenuwen is verstoord, zonder dat er iets beschadigd of kapot is. Bij een conversiestoornis zijn daarom geen afwijkingen te zien op een hersenscan of bij een spier- of zenuwonderzoek. Een conversiestoornis wordt ook wel een functioneel neurologisch - symptoomstoornis genoemd.

## Welke klachten passen bij een conversiestoornis?

Bij een conversiestoornis kun je verschillende klachten krijgen:

- Verlamming (bijvoorbeeld het plotseling niet meer kunnen bewegen van je arm of been)
- Krachtsverlies
- Abnormale bewegingen (bijvoorbeeld trillen of schokkende bewegingen)
- Slikproblemen
- Moeite hebben met praten, of niet kunnen spreken
- Aanvallen die op epilepsie lijken
- Wegrakingen (verlies van bewustzijn waardoor anderen geen contact meer met je krijgen)
- Gevoelsverlies, zoals tintelingen of een doof gevoel
- Problemen met horen en zien

De bovenstaande klachten kunnen ook samen voorkomen of wisselend aanwezig zijn.

## Wat zijn de gevolgen?

Lichamelijke klachten kunnen een grote invloed hebben op je leven. De klachten zorgen ervoor dat je bepaalde dingen niet goed meer kunt doen. Ook zijn de klachten vaak van invloed op wat je denkt, wat je voelt, wat je doet en op jouw omgeving.

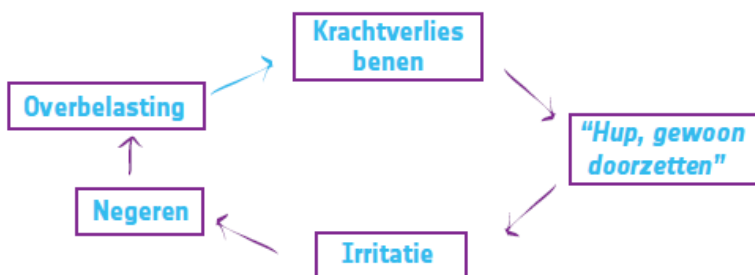
## Wanneer de klachten niet gaan

Soms kunnen de gevolgen van lichamelijke klachten het herstel in de weg staan. Er ontstaat een vicieuze cirkel: de gevolgen van de klachten versterken de klachten. Hieronder staan voorbeelden van manieren waarop gevolgen van lichamelijke klachten ervoor kunnen zorgen dat de klachten niet overgaan.

*Paul heeft last van wegrakingen: aanvallen waarbij hij plotseling het bewustzijn verliest. Dat is erg beangstigend voor hem. Hij heeft het gevoel alsof hij er totaal geen controle over heeft. Als Paul naar de supermarkt gaat, is hij erg bang opnieuw een aanval te krijgen. Door die angst gaat hij hyperventileren. Hyperventilatie kan bij hem een nieuwe aanval uitlokken.*



Petra heeft last van verminderde kracht in haar benen. Zij denkt: hup, gewoon doorzetten. Ze vindt de klachten irritant en probeert ze te negeren. Vervolgens zakt ze plots door haar benen. Door niet naar de signalen van haar lichaam te luisteren, heeft zij haar lichaam overbelast. Het krachtsverlies is daardoor toegenomen.



## Wat voor behandelingen zijn er?

Behandeling is gericht op het doorbreken van de vicieuze cirkel. Hierdoor krijg je meer grip op je klachten en kunnen de klachten afnemen of zelfs verdwijnen.

De volgende behandelingen zijn mogelijk:

### Psychotherapie

Door gesprekken met een psycholoog of psychiater kun je verkennen wat er precies met je gebeurt als je last hebt van jouw klachten en wat de betekenis van de lichamelijke klachten voor jou is. Gaandeweg de gesprekken leer je opmerken hoe jij tegen de klachten aankijkt, hoe jij ermee omgaat en wat jij daarin anders zou willen. Hiervoor kan cognitieve gedragstherapie (CGT), eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) en psychodynamische psychotherapie ingezet worden.

Zo'n gesprekstherapie kan individueel (een-op-een) of in een groep plaatsvinden.

### Fysiotherapie

De fysiotherapeut helpt je inzicht te geven in welke factoren je klachten kunnen uitlokken en in stand houden en hoe je die kunt beïnvloeden. Dit kan door bewegen, ontspannen of beter je grenzen leren aanvoelen. Met oefentherapie leer je bewegingen hertrainen, om zo je bewegingsstoornissen te verminderen. Wanneer je last hebt van valproblemen of ongecontroleerde bewegingen kan katalepsie-inductie (zie hieronder) worden gebruikt.

### Katalepsie-inductie

Bij katalepsie-inductie wordt een spierverstijving in je ledematen opgeroepen. Hiermee leer je je lichaam aan te sturen, waardoor er op een nieuwe manier signalen van en naar de hersenen worden verstuurd. Hierdoor kunnen klachten zoals verlamming, krachtsverlies en trillende of schokkende bewegingen verminderen of zelfs helemaal over gaan.

### Psychomotore therapie

Psychomotore therapie (PMT) is een behandelvorm die zich richt op de verbinding tussen de signalen van je lichaam en je gedachten, gevoelens en gedragingen.

Er wordt gebruik gemaakt van lichaamsgerichte werkvormen en sport- en spelvormen. In hoe jij je letterlijk en figuurlijk beweegt, laat je wat zien van jezelf en zijn bepaalde patronen te herkennen. Het doel is om zicht te krijgen op hoe je met jezelf en jouw klachten

omgaat, en om binnen en buiten de therapie te oefenen met wat je daarin anders zou willen doen.

### **Hypnotherapie**

De hypnotherapie leert je om jezelf onder hypnose te brengen. Hypnose is een heel geconcentreerde, ontspannen toestand. Je blijft zelf de controle houden over wat je doet en niet doet. Bij een conversiestoornis is het mogelijk om onder hypnose de aansturing over je lichaam - waarover je in je normale bewuste toestand geen invloed hebt - wél te beïnvloeden. Je krijgt oefeningen waarmee je thuis aan de slag kunt om meer grip te krijgen op je conversieklachten, waarbij ze soms volledig kunnen verdwijnen.

### **Systeemtherapie**

Langdurige lichamelijke klachten hebben niet alleen invloed op degene die de klachten heeft, maar ook op de mensen om jou heen ('het systeem'). Soms kan het zinvol zijn om je partner of gezin bij de behandeling te betrekken door middel van gesprekken bij de systeemtherapeut.

### **Medicatie**

Er zijn geen medicijnen die een conversiestoornis kunnen genezen. Wel zijn er medicijnen die bijvoorbeeld somberheid en angst, die samen kunnen voorkomen met de conversiestoornis, kunnen verminderen.

### **Stressmanagement**

Vaak zijn er stressfactoren, die (on)bewust invloed hebben op jouw lichamelijke klachten. In steunende en structurerende gesprekken leer je op een andere manier om te gaan met stress. Je stelt een terugvalpreventieplan op, dat jou kan helpen om signalen van conversie zo snel mogelijk te herkennen en te weten wat je dan kunt doen. Dit geeft grip. Na de intake wordt in overleg met jou bepaald welke behandeling het beste bij je past. Als dit een combinatie van verschillende behandelingen is, is er één behandelaar die de zorg coördineert en monitort. Het is mogelijk dat het behandelplan gaandeweg bijgesteld wordt.

## **Contact**

*Het Specialistisch Centrum SOLK & Somatisch-symptoomstoornissen is een hoog specialistische ggz-afdeling, die zich richt op de zorg voor mensen met ernstige SOLK, een somatisch-symptoomstoornis of een conversiestoornis, hun naastbetrokkenen en hun professionele hulpverleners.*

Dimence locatie Rielerenk

Specialistisch Centrum SOLK & Somatisch-symptoomstoornissen Deventer

Nico Bolkesteinlaan 65

7416 SE Deventer

T 0570 63 92 41

E [secretariaatsolk@dimence.nl](mailto:secretariaatsolk@dimence.nl)