

Olgu: Hasta 2 yıl önce bıçaklı saldırı ve tecavüz girişimine uğramıştır. Sonrasında olayı yeniden deneyimleme, kabuslar, sinirlilik, isteksizlik, yabancılaşma hissi, ani irkilme, olayla ilişkili durum ve nesnelerden kaçınma, dikkat dağınıklığı belirtileri başlamış ve kronikleşmiştir. Hasta ile yapılan 1 seans EMDR sonrasında tüm alanlardaki belirtilerde yaygın bir gerileme izlenmiştir.

Tartışma: EMDR, ilk defa 1980'lerde travma sonrası stress bozukluğunun tedavisinde önerilen bir tedavi yöntemidir. Kişinin normal bilişsel ve nörolojik başa çıkma mekanizmalarının yetersiz kalması sonucu, travmatik anı ve ilişkili uyarıların belleğin ayrı bir bölümünde, izole ve işlenmemiş halde kalmasının semptomlara neden olduğu düşünülmektedir. Buna göre, hastaya seans esnasında iki yönlü uyarılar verilerek, travmatik belleğe duyarısızlaştırma ve işlenmeden kalan, izole anıların işlenerek yeniden yapılandırılması hedeflenir. Çocuk ve ergenlerin çok az bir kısmında kronik TSSB görülmektedir. EMDR, erişkinlere önerilen bir tedavi yöntemi olmasına rağmen, çocuk ve ergenlerde yapılan çalışmalar olumlu sonuçlara işaret etmekle birlikte bu konudaki literatur bilgisi kısıtlıdır. Bu olguda belirtileri kronik seyir gösteren ve adolesan çağda olan hasta tek seans EMDR'den yarar görmüştür.

Kaynaklar

- Greyber LR, Dulmus CN, Cristalli ME (2012) Eye Movement Desensitization Reprocessing, Posttraumatic Stress Disorder, and Trauma: A Review of Randomized Controlled Trials with Children and Adolescents. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 29(5):409-425.
- Smith P, Perrin S, Dalgleish T ve ark. (2013) Treatment of posttraumatic stress disorder in children and adolescents. *Current opinion in psychiatry*, 26(1):66-72.

Anahtar Kelimeler: EMDR, travma, TSSB

PB1-26

EMDR İLE TEDAVİ EDİLEN BİR ÖZGÜL FOBİ OLGUSU

Onur Okan Demirci¹, Abdullah Yıldırım², Eser Sağaltıcı³, Berna Ermiş³

¹Tatvan Devlet Hastanesi Psikiyatri Ünitesi, Tatvan/Bitlis

²Yüzüncü yıl Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Van

³Bitlis Devlet Hastanesi Psikiyatri Kliniği, Bitlis

Amaç: Özgül fobi, özgül bir nesne veya durumla ilgili belirgin düzeyde bir kaygı veya korku yaşanması olarak tanımlanabilir. Özgül fobilerin tedavisinde bilişsel davranışçı terapi en sık kullanılan psikoterapi yöntemidir. EMDR sadece Travma Sonrası Stres Bozukluğu(PTSB) tedavisinde kanıtlanmış bir psikoterapi yöntemi olsa da özgül fobilerde de etkin olduğuna dair bildirimler mevcuttur. Bu olgumuzda özgül fobilerin tedavisinde ilk sıra olmayan EMDR'nin tek başına etkin bir tedavi metodu olarak kullanılabileceğini tartışmayı amaçladık.

Olgu: S.D. 26 yaşında, kadın hasta otobüs yolculukları öncesi kaygı, mide bulantısı, vücutta yaygın uyuşmalar ve otobüse binmekten kaçınma şikayetleri ile polikliniğimize başvurdu. Yaklaşık 4 ay öncesinde başvurduğu nöroloji uzmanı tarafından duloksetin 60/mg gün başlanmış, düzenli kullanmasına rağmen mide bulantılarında kısmen bir düzelme tariflemekteydi. DSM-5'e göre özgül fobi tanısı konan hastaya EMDR uygulanmasına karar verildi. EMDR sırasındaki bilişsel müdahaleler ile hastanın 20 yaşına ait bir otobüs yolculuğu anısı ortaya çıkarıldı. Bu anının işlenmesi sürecinde hastanın özgül fobisinin ilk olarak bu yolculuk esnasında muavininin yolculara kolonya ikram etmesi ile başladığı görüldü. Hastanın özgül fobisinin koku uyarısı ile tetiklendiği düşünülerek koku ile tetiklenen geçmiş

yaşantılar çalışmaya başlandı. Hastanın 12-13 yaşlarında iken yakın mesafeden oda spreyi püskürterek koklaması sonrası mide bulantıları ve ardından baygınlık geçirdiği, hane bireylerinin kendisini kolonya koklatarak ayılma çabasının bulunduğu bir anı ortaya çıkarıldı. Kaynak anı olduğu düşünülen bu anı EMDR ile çalışıldıktan sonra hastanın tüm anılardaki SUD düzeyleri 0-1 seviyelerine indi, VOC düzeyleri 7 seviyesine yükseldi. 4 seans sonunda kaygısı tamamen düzelen hastanın 6 ay sonraki kontrolünde iyilik halini sürdürdüğü gözlemlendi.

Tartışma ve Sonuç: EMDR'nin PTSD, bir çok anksiyete bozukluğu ve dissosiyatif bozukluk gibi tablolarda etkin olduğu gösterilmiştir. Özgül fobilerde EMDR'nin etkin olduğuna dair ayrıca bildirimler mevcuttur. Olgumuzda da görüldüğü üzere travmatik yaşantı ile ilişkisi kurulabilen özgül fobilerde EMDR tek başına bir tedavi yöntemi olarak akıldaki bulundurulmalıdır.

Anahtar Kelimeler: EMDR, özgül fobi, tedavi

PB1-27

ÇOCUKLUKTA YEMEK YERKEN BOĞULMA RİSKİ YAŞAYAN BİR ANKSİYETE BOZUKLUĞU OLGUSUNUN EMDR İLE TEDAVİSİ

Alişan Burak Yaşar¹, Tufan Güneş¹, Serap Erdoğan Taycan¹, Burhanettin Kaya²

¹Haydarpaşa Numune Eğitim Araştırma Hastanesi, İstanbul

²Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara

Amaç: Travma sıklıkla anksiyete belirtisi ve bozukluklarına yol açmaktadır. Göz Hareketleri ile Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme (EMDR) ağırlıklı olarak ruhsal travma tedavisinde kullanılan bir tedavi tekniğidir. EMDR tekniğinin etkinliği, travma sonrası stres bozukluğu, cinsel travma mağdurları gibi birçok grupta yapılan randomize kontrollü çalışmalarla gösterilmiştir. Bu sunumda çocukluk çağında nefes borusuna gıda kaçma sonrası ortaya çıkan kaygı, takılma hissi ve yemek yiyememe olgusunun EMDR ile tedavisi tartışılacaktır.

Olgu: B.Ö. 19 yaşında kadın hasta. Anksiyete bozukluğu tanısıyla izleniyor. Yemek yerken boğazında takılma hissi, boğulma korkusu ve buna bağlı kilo kaybı yakınmasıyla başvurdu. Beş yıl önce nefes borusunda poğça kalması nedeniyle boğulma tehlikesi geçirdiğini, bu nedenle yemek yiyemediğini, düşük kilosunun hayat kalitesini bozduğunu belirtiyor. Bu nedenle psikiyatriye başvuruyor ve 4 ay süreyle olanzapin ve fluoksetin kullandığını, 10 kilo aldığını, buna karşın anksiyete ve korkularının sürdüğünü ifade ediyor. İki seans EMDR sonrasında Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) puanı 35 puandan 12'ye ve tedavi sonunda 3 puana düşen hastada ilk EMDR seansında özne rahatsızlık düzeyi (SUD)9 puandan 2 puana daha sonra 1 puana düştü. Olumlu inancı "kurtulabilirim" ise 2 puandan 6 puana çıktı. İkinci seans sonrasında 7 puana çıktı. Hasta terapi sonrası artık yemek yemekten korkmadığını, o olayı hatırladığını ama yemek yerken eskisi gibi aklına gelmediğini ifade etti.

Tartışma: EMDR, TSSB dışında da travma ile ilişkili ortaya çıkan diğer ruhsal belirtilerin tedavisinde de hızlı etki etmesi ve kalıcı bir düzelme sağlaması nedeniyle yararlı ve etkili bir tekniktir. Travma ile ilişkili ruhsal bozukluklardaki kullanımı ile ilgili daha çok deneyim gerektiği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Chen YR, Hung KW, Tsai JC ve ark. (2014) Efficacy of eye-movement desensitization and reprocessing for patients with posttraumatic-stress disorder: a meta-analysis of randomized controlled trials. *PLoS One*, 9(8):e103676.

Anahtar Kelimeler: EMDR travma anksiyete