

Forskningsintervjuet

Håp for pasienter med spiseforstyrrelser

Nina Strand

journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening

Overraskende mange med spiseforstyrrelser blir bedre eller helt friske etter behandling. Men de som har en unnvikende personlighetsforstyrrelse og i tillegg har vært utsatt for seksuelle overgrep, trenger bedre hjelp.



KLINIKER OG FORSKER: Karianne Vrabel er en hengiven kliniker, men ønsket om å forstå mer av spiseforstyrrelser fristet henne til å satse også på forskning. Foto: Modum Bad

Ting tar tid. Det er fasiten på Karianne Vrabels oppfølgingsundersøkelse av kvinner med alvorlige og langvarige spiseforstyrrelser. Av 86 pasienter sa 77 ja til å la seg intervju om hvordan de hadde det fem år etter behandling ved Modum Bad. To av tre rapporterte at de var bedre, og 40 prosent at de var helt friske. Resultatet gir håp til pasienter, pårørende og helsepersonell, og bryter med behandlingspessimismen som dessverre er utbredt i helsevesenet, mener psykologen.

Mye av det jeg hadde lært på studiet, ble satt på strekk. Dette er mennesker med stort lidelsestrykk, men som på et vis har flyttet språket inn i kroppen og trenger hjelp til å oversette sine tanker og følelser

Måtte endre metode

Da Vrabel som fersk psykolog fikk jobb på avdelingen for spiseforstyrrelser ved Modum Bad, møtte hun utfordringer. Hun var opplært til en lyttende holdning, der pasientene selv skulle bringe til torgs sine konflikter og assosiasjoner. Det fungerte ikke med denne pasientgruppen, og møtet med dem ble et sjokk for den unge terapeuten.

– Mye av det jeg hadde lært på studiet, ble satt på strekk. Dette er mennesker med stort lidelsestrykk, men som på et vis har flyttet språket inn i kroppen og trenger hjelp til å oversette sine tanker og følelser. Det krever en aktiv terapeutrolle.

Hun er en hengiven kliniker, men ønsket om å forstå mer ledet henne snart inn i forskningen ved Modum Bad. Gruppen hun undersøkte, hadde en gjennomsnittsalder på 30 år og mye behandling bak seg før de kom til Modum. Det var allerede gjort en forløpsstudie av pasientene to år etter behandling ved Modum. Vrabel ville følge utviklingen deres videre, og ble overrasket over at så mange hadde blitt bedre siden forrige undersøkelse.

– Dette er en gruppe med høy grad av samsykelighet. Tidligere kalte man dem kronikere, men det viser seg altså at mange blir bedre over tid, sier hun.

Noen strever mer

Generelt er det altså grunn til optimisme i behandlingen av spiseforstyrrelser, men én gruppe skiller seg negativt ut. De som har unnnvikende personlighetsforstyrrelse og i tillegg har vært utsatt for seksuelle overgrep, har et vesentlig dårligere forløp.

– Det har vært en del oppmerksomhet på de med borderline-diagnose, mens gruppen med unnnvikende personlighetsforstyrrelse ikke har blitt sett på samme måte. De trenger skreddersydd behandling, understreker psykologen.

– Hvis du fikk et år fri og ubegrenset med midler. Hva ville du da forske på?

– Jeg har faktisk allerede fått penger! Ikke en ubegrenset mengde, men nok til å gjøre en oppfølgingsstudie av samme pasientgruppe ti år etter behandling. Femårsstudien viste at det kan ligge interessante funn også lenge etter avsluttet behandling.

Trenger manualer

Nå trengs det randomiserte kontrollerte behandlingsstudier av personer med spiseforstyrrelser, mener Karianne Vrabel. Det bør lages behandlingsmanualer og gjøres hyppige målinger underveis i behandlingen.

Vi må grave dypt i den psykoterapeutiske verktøykassen og utvikle god og tilpasset behandling for pasienter med samsykelighet som traumer og personlighetsforstyrrelser. Andre igjen kan klare seg uten så massiv behandling, og få tilbud på lavterskelnivå, sier hun.

KARIANNE VRABEL

- Halv stilling som psykologspesialist på avdeling for spiseforstyrrelser ved Modum Bad, og halv stilling som ph.d.-forsker på forskningsinstituttet samme sted.
- Forsvarte 5. mai 2010 sin avhandling *Fem års prospektiv forløpsstudie av langvarige alvorlige spiseforstyrrelser – påvirkning fra personlighetsforstyrrelser og seksuelle overgrep i barndom* for ph.d.-graden ved Universitetet i Tromsø.

Kontakt karianne.vrabel@modum-bad.no