



Alkura

Functioneel neurologische stoornis (FNS)

Aanhoudende lichamelijke klachten (ALK) en
Functioneel neurologische stoornissen (FNS)

WAT IS EEN FUNCTIONEEL NEUROLOGISCHE STOORNIS (FNS)?

FNS is een aandoening van het zenuwstelsel. Er gaat er iets mis in de aansturing van het lichaam, zonder dat er iets beschadigd is. Je lichaam doet niet meer wat jij wilt, hoe hard je ook probeert. De klachten bij FNS zijn echt. Bij FNS zijn daarom geen afwijkingen te zien op een hersenscan of bij een spier- of zenuwonderzoek. De neuroloog kan wel bij een neurologisch onderzoek aan specifieke kenmerken afleiden of er sprake is van FNS. Het kan gaan om verlamming, krachtsverlies, abnormale bewegingen, aanvallen, wegrakingen of problemen met horen, zien, spreken of slikken. FNS is een vorm van aanhoudende lichamelijke klachten (ALK). In het verleden werd FNS ook wel een conversiestoornis genoemd



“De klachten bij een functioneel neurologische stoornis zijn echt”

WELKE KLACHTEN PASSEN BIJ FNS?

Bij FNS kun je verschillende klachten krijgen:

- Verlamming (bijvoorbeeld het plotseling niet meer kunnen bewegen van je arm of been)
- Krachtverlies
- 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.



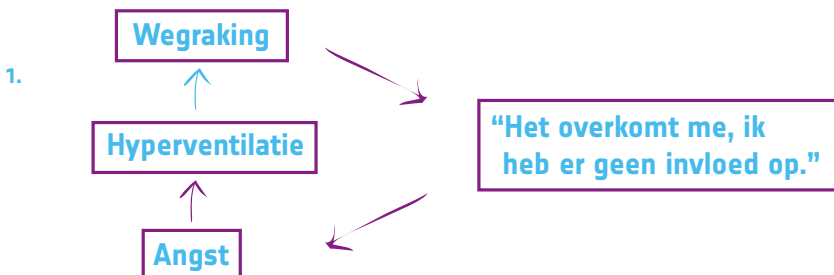
WAT IS ONZE VISIE OP DE BEHANDELING VAN FNS?

FNS is een vorm van ALK en binnen Dimence Alkura kijken we naar de beïnvloedende factoren. We richten ons in de behandeling vooral op de herstelbelemmerende gevolgen van de klachten. Die staan soms het herstel in de weg. Er ontstaat dan een vicieuze cirkel: de gevolgen van de klachten houden de klachten in stand of maken ze ongewild steeds erger.

TWEE VOORBEELDEN

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.

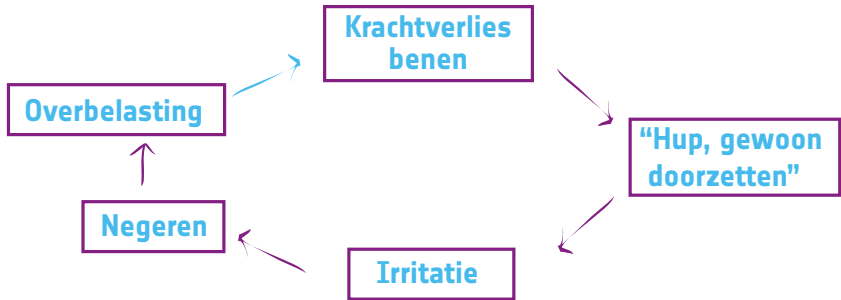
Als Paul naar de supermarkt gaat, is hij erg bang opnieuw een aanval te krijgen. Door die angst gaat hij hyperventileren. Hyperventilatie kan bij hem een nieuwe aanval uitlokken.



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 krachtverlies is daardoor toegenomen.

2.



WAT IS ONZE VISIE OP ALK?

Bij Dimence Alkura bekijken we ALK vanuit het biopsychosociale model. Als lichamelijke klachten niet of niet volledig somatisch kunnen worden verklaard, betekent dit niet automatisch dat de klachten 'dus psychisch' zijn. We vinden het belangrijk deze visie uit te dragen, omdat mensen er nog te vaak vanuit gaan dat klachten lichamenlijk of geestelijk verklaard kunnen worden. Lichaam en geest zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Door ze van elkaar te scheiden kunnen mensen tussen wal en schip vallen van psychiatrie en medische zorg. We richten ons in de behandeling vooral op de herstel belemmerende gevolgen van de klachten. We werken waar mogelijk klachtgericht met als doel de lichamelijke klachten te verminderen en het functioneren te verbeteren.



“Klachten van een FNS kunnen afnemen en zelfs verdwijnen”

WAT VOOR BEHANDELINGEN ZIJN ER?

Behandeling bij FNS is gericht op het weer controle krijgen over de aansturing van je lichaam. Behandeling kan zich daarnaast richten op het doorbreken van de vicieuze cirkel.

- Educatie over ALK, ook in groepsvorm
- Cognitieve gedragstherapie (CGT) o.b.v. diagnostiek volgens het gevolgenmodel
- Lichaamsmentaliserende psychotherapie
- Gespecialiseerde fysiotherapie
- Psychomotorische therapie (PMT)
- Lichaamsgerichte eye movement desensitization and reprocessing (EMDR)
- Acceptance and commitment therapy (ACT)
- Systeemtherapie
- Farmacotherapie
- Hypnotherapie
- Katalepsie-inductie
- Verpleegkundige interventies, o.a. vanuit de positieve psychologie
- E-mental health modules



PSYCHOTHERAPIE

Een aantal van bovenstaande behandelingen valt onder psychotherapie.

Voorbeelden zijn cognitieve gedragstherapie (CGT), eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) en psychodynamische psychotherapie. Kern is dat je door gesprekken met een psycholoog of psychiater je jezelf in relatie tot jouw klachten beter leert begrijpen. Je ontdekt gaandeweg de gesprekken hoe je over jouw klachten denkt, voelt, hoe je ermee omgaat en gesprekstherapie kan individueel of in een groep plaatsvinden.

PSYCHOMOTORISCHE THERAPIE (PMT)

PMT is een behandelvorm die zich richt op de verbinding van signalen tussen je lichaam, je gedachten, gevoelens en handelen. We maken gebruik van lichaamsgerichte werkvormen en sport- en spelvormen. In hoe je beweegt, zowel letterlijk als figuurlijk, laat je iets zien van jezelf en zijn bepaalde patronen te herkennen. Doel is om zicht te krijgen hoe je met jezelf en je klachten om-

gaat en om te oefenen, zowel tijdens de therapie als daarbuiten, wat je wilt aanpassen.

(PSYCHOSOMATISCHE) FYSIOTHERAPIE

Deze fysiotherapie helpt met het herstellen van een verstoord evenwicht tussen spanning en ontspanning en tussen belasting en belastbaarheid. Doel is de lichamelijke klachten te verminderen en het activiteitsniveau te verhogen. Er is een specifieke behandelaanpak voor FNS gericht op het hertrainen van bewegingen. Deze kan worden toegepast.

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.



SYSTEEMTHERAPIE

Jouw FNS kan ook invloed hebben op jouw omgeving. Soms kan het zinvol zijn om jouw naasten intensiever bij de behandeling te betrekken door middel van gesprekken bij een systeemtherapeut.

HYPNOTHERAPIE

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 FNS 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 lichaam en de FNS soms volledig kan herstellen.

FARMACOTHERAPIE

Er zijn geen medicijnen die FNS kunnen genezen. Wel zijn er medicijnen die bijvoorbeeld de pijn kunnen verlichten of

medicijnen die somberheid of angst als gevolg van FNS kunnen verminderen. Samen met de psychiater of verpleegkundig specialist wordt gekeken wat tijdens jouw behandeling nodig is.

STRESSMANAGEMENT

Vaak zijn er stressfactoren, die (on)bewust invloed hebben op jouw lichamelijke klachten. In steunende en structurende gesprekken leer je op een andere manier om te gaan met stress. Je stelt een terugvalpreventieplan op, dat jou kan helpen om signalen FNS zo snel mogelijk te herkennen en te weten wat je dan kunt doen. Dit geeft grip.

KEUZE BEHANDELINGEN

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.

Dimence Alkura Specialistisch Centrum Aanhoudende Lichamelijke Klachten vind je in:



Dimence Alkura is een toegankelijk centrum voor hoogspecialistische, ambulante geestelijke gezondheidszorg waar mensen met aanhoudende lichamelijke klachten (ALK), een somatisch-symptoomstoornis en of een functioneel neurologische stoornis (FNS), hun naastbetrokkenen en hun professionele hulpverleners welkom zijn. We delen onze kennis en expertise en bieden consultaties, second opinions en (co-)behandelingen.

Contact

Dimence locatie Rielerenk

Dimence Alkura Specialistisch Centrum Aanhoudende Lichamelijke Klachten

Deventer

Nico Bolkesteinlaan 65

7416 SE Deventer

 Dimenceggz

 @Dimence

 @Alkuradimence

 Dimence

www.dimence.nl/alkura

T 0570 63 92 41

E alkura@dimence.nl