

Informatie voor patiënten en verwijzers

Dagprogramma obsessieve-compulsieve stoornis

Universitair centrum voor obsessieve-compulsieve stoornis



Dwangstoornis?

Je controleert steeds opnieuw of je voordeur op slot is. Je wast je handen tien keer na elkaar. Je blijft poetsen, maar het is nooit hygiënisch genoeg. Je telt alle letters bij het lezen. Of het spookbeeld doemt op dat je iemand pijn gaat doen.

Het zijn allemaal typische voorbeelden die kunnen voorkomen als je kampt met een dwangstoornis of obsessieve-compulsieve stoornis (OCS). Je hebt bij OCS steeds terugkomende, indringende dwanggedachten – obsessies – of dwanghandelingen – compulsies. Die gedachten gaan vaak gepaard met angst, spanning, onrust, somberheid en uitgebreid vermijdingsgedrag.



Programma bij impact dagelijks leven

Dit dagprogramma is bedoeld voor volwassenen (18 - 65 jaar) die kampen met dwanggedachten of dwanghandelingen met een duidelijke impact op het dagelijks leven. Je verkeert in dat geval als je dwanggedachten en -handelingen je veel tijd kosten en een ernstige inbreuk vormen op je alledaagse bezigheden. Je klachten zijn in die mate aanwezig dat je sociaal, beroepsmatig of relationeel functioneren beperkt is.

Dagtherapie

- je neemt deel in een groep van maximaal acht personen
- je komt vijf halve dagen per week naar het ziekenhuis
- de sessies lopen van 8.45 tot 13 uur of van 13 tot 17 uur
- de dagtherapie duurt twaalf weken

Programmadoelen

- je brengt je dwangklachten in kaart
- je stelt een probleemsamenhang op
- je krijgt psycho-educatie over angst, dwang en vermijdingsgedrag
- je bouwt rituelen af en je doorbreekt vermijdingsgedrag
- je leert omgaan met de aanwezigheid van obsessies, met onzekerheid en twijfel, met spanningen of angst(gevoelens) en je leert verder te doen met wat voor jou belangrijk is

Wetenschappelijke aanpak

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat gedragstherapie de meest effectieve psychotherapeutische behandeling is voor patiënten met OCS. Je zorgteam past die therapie toe met *exposure en responspreventie*. Door je **stapsgewijs** bloot te stellen aan beangstigende situaties – exposure – waarbij je geen dwanghandelingen uitvoert – responspreventie – , leer je om de obsessies te verdragen, beheren en beheersen zonder de handelingen te stellen.

Gedragstherapie

In de gedragstherapie breng je de verschillende componenten van OCS in kaart: angst, gedachten en gedrag. Samen met de therapeut zoek je naar functies en betekenissen van je gedrag (probleemsamenhang).

Je zoekt welk nieuw gedragspatroon je meer helpt op lange termijn en welke technieken of middelen nodig zijn om daarin te kunnen groeien (behandelplan). Vervolgens ga je samen met de therapeut aan de slag met die technieken en oefeningen. Je oefent nieuw gedrag en je versterkt bestaande vaardigheden (interventie/oefenfase). De therapeuten brengen daarbij je evolutie in kaart (evaluatie, vinger aan de pols) en sturen bij waar nodig.

Beeldende therapie

Beeldende therapie is ervaringsgerichte therapie waarbij je leert om je uit te drukken via allerlei creatieve materialen. Zo ontstaan er innerlijke verwerkings- en integratieprocessen.

Psychomotorische therapie

Psychomotorische therapie is ervarings- en bewegingsgerichte therapie.

Systeemtherapie

In systeemtherapie beschouwt de therapeut je context (meestal je gezin) als een 'systeem', waarbij ook ondersteuning en inzicht nodig is. Je naasten worden bij die sessie betrokken.

Aanvullende zorg

Naast het dagprogramma kan je terecht bij een sociaal werker met je sociaal-administratieve vragen en bij de psychiater (i.o.) voor je medicamenteuze vragen.

Therapeutisch team

prof. dr. Chris Bervoets, *psychiater*

Riet Van Dyck, *klinisch psycholoog en gedragstherapeut*

Sirri Wouters, *klinisch psycholoog en systeemtherapeut*

Chris De Ceuster, *beeldend therapeut*

Joren Deschryvere, *psychomotorisch therapeut*

Sien Nackaerts, *sociaal werker*

Het therapeutisch team wordt bijgestaan door een psychiater in opleiding en een klinisch psycholoog in opleiding.

Praktisch

Tarief

Hoeveel je dagtherapie kost hangt af van het feit of je al dan niet recht hebt op een verhoogde tegemoetkoming. De sociaal werker van het team maakt graag een kostensimulatie voor je. Aarzel niet om daarvoor contact op te nemen.

Aanmelden

016 34 80 00

ocd@upckuleuven.be

Je kan als patiënt of als professionele verwijzer aanmelden. Vervolgens bespreek je het zorgtraject tijdens een intakegesprek.

Alle contactinfo: [upckuleuven.be/dagtherapie-dwang](https://www.upckuleuven.be/dagtherapie-dwang)

Adres

Dagprogramma OCS - UPC KU Leuven

Campus Gasthuisberg, Rode straat, poort 2

Herestraat 49, 3000 Leuven

UNIVERSITAIR PSYCHIATRISCH CENTRUM KU LEUVEN
Z.ORG KU LEUVEN

campus Kortenberg

Leuvensesteenweg 517
3070 Kortenberg
T +32 2 758 05 11

campus Gasthuisberg

Herestraat 49
3000 Leuven
T +32 16 34 80 00

campus Pellenberg

Weligerveld 1
3212 Pellenberg
T +32 16 34 38 21

www.upckuleuven.be
info@upckuleuven.be