



# Døgnbehandling for veteraner

*Individuel behandling af  
dobbeltdiagnoser*

--- u ---

*Hvis vi kun har  
fokus på misbruget,  
kan vi ikke hjælpe  
veteranerne.*



 SYDGÅRDEN  
- en vej ud af misbrug

*Diagnosen kan være udløser for misbruget, eller misbruget kan have udløst diagnosen.*



## Misbruger og...

Fælles for veteraner er, at de har oplevet det, som de færreste kan forestille sig. Mange lider af en dobbeltdiagnose. De lider ofte af PTSD og dulmer deres symptomer med alkohol, stoffer eller overmedicinering. PTSD'en kan være udløser for misbruget, eller misbruget kan have udløst diagnosen. Skal en behandling gøre en forskel, må den derfor omfatte begge diagnoser.

### Specialiseret i dobbeltdiagnoser

På Sydgården er kombinationen af individuel behandling, faglighed og den rette medicinering central. Vi har mange års erfaring med veteraner og er specialiseret i behandling af dobbeltdiagnoser. Med en social faglig baggrund er alle terapeuter og vagter på behandlingscenteret klædt på til at takle de enkle beboeres udfordringer. Alt sammen afgørende, når Sydgården behandler veteraner med et misbrug.

Hvis vi kun har fokus på misbruget, kan vi ikke hjælpe veteranerne, fordi det er deres redskab til at dulme PTSD-symptomerne. Fjerner man kun misbruget, vil veteranerne umiddelbart derfor mangle noget at dulme symptomerne med. Det kan i værste konsekvens ende med, at de skader sig selv eller andre. Derfor er en vigtig del af behandlingen at arbejde med de bagvedliggende årsager til misbruget, som her er de traumatiske oplevelser.

Når vi behandler veteraner for deres misbrug, håndterer vi også deres PTSD. Det gør, at de kan fortsætte en PTSD-behandling, når de tager herfra.

## Hvad er PTSD?

PTSD er en psykiske lidelse, der er forbundet med én eller flere traumatiske oplevelser. Kroppen husker de forfærdelige hændelser. Ydre faktorer som fx en bestemt lugt, lyde eller stemninger kan få veteranen til at genopleve hændelserne og aktivere kroppens alarmberedskab.

### Reaktionerne er vidt forskellige

Det er vidt forskelligt, hvordan veteraner, der har PTSD, reagerer på de ydre faktorer. Nogle bliver irritable eller aggressive, andre får panikangst, hvor kroppen pludselig lukker helt ned, hjertet pumper løs, og det bliver svært at trække vejret. For andre er det som om, at følelserne er koblet fra, og de føler sig tomme indeni. Reaktionerne kan optræde samtidigt og på skift.

### Trænet i ikke at lytte efter

PSTD handler ikke alene om at genopleve frygtelige hændelser. Som soldat har man lært, at det er nødvendigt hele tiden at gå videre og overskride egne grænser. Også selv om man er bange og egentlig ikke tør udføre den handling, man er på vej ud i.

Med andre ord er man som soldat trænet i at lukke ned for følelserne og i ikke at lytte til kroppen. Til gengæld er kroppen trænet i at være i konstant alarmberedskab. Den stresspåvirkning tager en soldat med sig hjem.

## Misbrug er et symptom på PTSD

Som veteran prøver man typisk at fortrænge de traumatiske oplevelser, som trænger sig på. Misbruget er en kemisk måde enten at undgå oplevelserne – eller mindske ubehaget. Man vil dog med et misbrug kunne opnå en midlertidig lindring eller blokering af symptomerne.

### Blokerer adgang til traumerne

Blokeringen betyder, at kroppen og psyken bliver sat i dvale. Dermed får veteranerne ikke adgang til oplevelserne og dermed ikke bearbejdet traumerne. Med et misbrug får de dermed ikke mulighed for at hele deres sind.

--- “ ---

*Oplevelserne kan komme gennem flashbacks eller mareridt om natten. Det, der sker er, at nervesystemet tager over, og får kroppen til at reagere.*





--- “ ---

*I stedet for at  
hjælpe, forstærkede  
misbruget min  
PTSD.*

## En veteran fortæller

Da Fabrice Bourrachot kontaktede sin kommune, fordi han var i et massiv misbrug og planlagde selvmord, blev han henvist til behandlingscenteret Sydgården med det samme. Det var her, den hårde soldat blev blød.

### Forfulgt af fortiden

I flere år har Fabrice levet et lykkeligt liv med kone og datter i Danmark. Men da familien flytter til Grønland i 2001, bliver han forfulgt af fortiden, og han begynder at drikke og tage stoffer igen.

Forholdene på Grønland med hierarkiet mellem grønlændere og danskere minder ham om krigene.

### Misbrug forstærkede PTSD

En grundfølelse af angst. Vejrtrækningen bliver besværet. Brystet spænder, og spændingerne går over til en ulidelig følelse af, at det brænder i brystkassen. Sådan føles det, når Fabrice mærker sin PTSD. Det kan ske, når han går blandt

mange mennesker, når han ser en voldelig film eller hører en lyd som et brag, der minder ham om fortiden.

”Alkoholen og stofferne var en flugt fra de ting, jeg har oplevet. Men i stedet for at hjælpe, forstærkede misbruget min PTSD og fremprovokerede tanker om selvmord. Mens det stod på, troede jeg selv, at jeg kunne styre det, men det blev gift for mig. Så det var nødvendigt, at jeg fik hjælp til at komme ud af misbruget, for at jeg kunne arbejde med min fortid,” siger Fabrice.

Fabrice mener selv, at han ikke havde fået gavn af den PTSD-behandling han i dag får i Psykiatrien i Region Nordjylland, hvis ikke han havde været i behandling på Sydgården først.

**Læs hele artiklen om Fabrice på [sydgaardenblog.dk](http://sydgaardenblog.dk)**

## Døgnbehandling i et trygt miljø

På Sydgården bor man i mindst 6 og op til 26 uger – afhængigt af behov. Det er meget forskelligt, hvad der trigger PTSD, og hvordan en veteran reagerer. Derfor er vores forløb for veteraner individuelt tilpasset og tager udgangspunkt i den enkeltes traumer.

Vi gør meget ud af at have et trygt miljø, hvor beboerne kan trække sig tilbage på deres værelser, når de har brug for det. Samtidig afvejer vi hele tiden med den enkelte, hvilken retning behandlingen skal gå, hvornår de skal have lov at trække sig, og hvornår vi skal skubbe lidt på.

Målet er altid at styrke evnen til at leve et godt og ædru/clean liv. Man bliver holdt fast i at tage stilling til, hvem man er, hvad man gør ved sig selv, og hvad man undgår. Denne træning i at tage stilling til sig selv øger selverkendelsen og den dybe kontakt med én selv og andre.



--- “ ---  
*Beboerne kan  
trække sig tilbage på  
deres værelser, når  
de har brug for det.*





--- " ---

*Vores terapeuter  
tilpasser behandlingen  
til de enkelte veteraner,  
hvis traumer ofte er  
meget forskellige og  
trigges af forskellige  
ting.*



#### **Misbrugsbehandling og terapi**

Vi benytter kognitiv terapi, der er den traditionelle metode i misbrugsbehandling. Derudover bruger vi traumeterapi-formerne Schema terapi og SE terapi til at tage hånd om de traumer, der ligger bag misbruget. Schema terapi er udviklet af Jeffrey Young professor i psykologi ved Columbia University i New York. Det er en videreudvikling af kognitiv adfærdsterapi. Schema terapien integrerer elementer fra blandt andet kognitiv adfærdsterapi, tilknytningsteori, gestalt-terapi, objektrelationsterapi, psykoanalyse og nyere hjerneforskning til en sammenhængende teori og terapeutisk metode.

Sydgårdens psykiater sørger hele tiden for, at beboerne får den nødvendige dosis medicin og langsomt trapper ud af den igen i takt med, at de får redskaber til at håndtere misbruget og PTSD'en.

#### **Rehabilitering og terapisesioner**

Et intensivt behandlingsforløb nytter ikke, hvis veteranerne blot er overladt til sig selv, når de kommer tilbage til hverdagen. Derfor har Sydgården et stort fokus på rehabilitering.

Vi arbejder meget med at give beboerne redskaber, som de kan bruge, når de kommer hjem og bliver udsat for triggere i hverdagen. Samtidig bliver de tilbudt terapisesioner på Sydgården efter, de er udskrevet.

En vigtig del af rehabiliteringen er det tætte samarbejde med veteranens kommunale misbrugskonsulent, som sikrer, at behandlingen fortsætter efter opholdet på Sydgården.



*Vi arbejder meget  
med at give beboerne  
redskaber, som de  
kan bruge, når de  
kommer hjem.*



Aabenraavej 120  
6100 Haderslev  
Tlf. 7322 1000  
Fax 7322 1020  
[www.sydgaarden.dk](http://www.sydgaarden.dk)  
mail: [info@sydgaarden.dk](mailto:info@sydgaarden.dk)

Tilknyttet KFUMs sociale arbejde

