

TVÅNGSSYNDROM - OCD

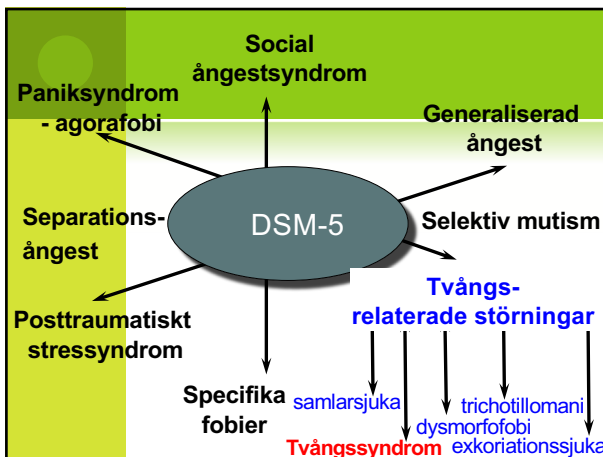
Susanne Bejerot
överläkare, leg psykoterapeut
professor, Örebro Universitet

1

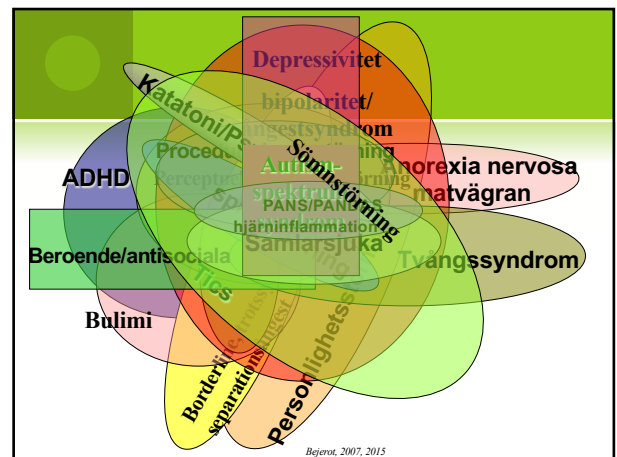
DETTA SKA JAG PRATA OM

- Vad som kännetecknar tvångssyndrom/OCD
- Förekomst och förlopp
- Etiologi - orsak
- Samtidig sjuklighet
- Screeningsfrågor
- Diagnostik
- Behandling
 - Information
 - Stöd
 - KBT (kognitiv beteendeterapi)
 - Läkemedel

2



4



9

...FÖR ATT FÖRSTÅ FUNKTIONSNEDSÄTTNINGEN...

1. Svårighetsgrad för varje diagnos
2. Samtidig kroppslig ohälsa
3. Socioekonomisk bakgrund
4. Psykosocialt stöd & nätverk
5. Stresskänslighet
6. Förståndsnivå/ Intelleuell funktionsnedsättning

Σ = Funktionsnedsättningen

10

...OCH LÄGG TILL FÖR ATT BEDÖMA PROGNOSEN...

1. Ärftlighet?
2. Symtom i tidig barndom?
3. Sjukdomsduration?
4. Förlopp?
5. Personlighetsförändring/hjärnskade bild?
6. Insikt?
7. Tillgång till vård
 - stöd, läkare
 - kunnig och tålmodig behandlare


Σ = prognos

11

TVÅNGSTANKAR DRIVER SJUKDOMEN: MEN ÄR ETT VITT BEGREPP

- Tankar
- Impulser
- Idéer
- Tvivel
- Ständigt malande oro
- Starka obehagskänslor
- Felkänsla
- Ett "måste"
- En inre "order"
- Inre bilder
- Musik och ordslingor

16



TVÅNGSSYNDROM/OCD

- **Tvångstankar**
 - tvivel, impulser, obehag, oro, rädsla, äckel, outhärdlig "fel" känsla, "inre order"
- **Tvångshandlingar**
 - Regelrätta handlingar
 - Upprepande frågande
 - "Försäkringsknarkande"/konfirmerande
 - Mentala ritualer
- Syfte att
 - Minska ångest, osäkerhet, olust eller "felkänsla"
 - Kunna stå ut
- **Oförmåga att lita till sina sinnen**
- **Oförmåga att stå ut med felkänslan**
- **Ambivalens**
- **Undvikande beteende (allt som triggar)**
- **Skam**

17


PROGNOS... "THE AVIATOR"

Howard Hughes var tidvis pilot, filmproducent, playboy, en excentrisk enstöring, och en av de rikaste i världen, en förmögenhet som han hade ärvt från sin far. Som tonåring, förklarade han att hans mål i livet var att bli världens bästa golfspelare, världens bästa pilot och världens bästa filmproducent. Han var framgångsrik, men senare utvecklades en invaliderande OCD, han blev extremt sjuk, bar Kleenex kartonger som skor, och lagrade sin urin i glasburkar. På ett lång instruktion beskriver han hur personalen ska göra för att öppna en burk konserverad frukt utan att förena den. Det började på följande sätt: "Den utrustning som används i samband med denna operation kommer att bestå av följande: 1 öppnad tidning, 1 steril konserveröppnare, 1 stor steril tallrik; 1 steril gaffel; 1 steril sked; 2 sterila borstar; 2 tvålar samt sterila pappershanddukar.

Available at: http://www.wording.com/definition/Howard_Hughes

18

AVIATOR, (2005), AS GOOD AS IT GETS (1997)




19

MAMMA JAG HAR BLIVIT KNÄPP: EN FILM OM TVÅNGSSYNDROM HOS BARN OCH UNGA



En film av Susanna Westall

- <http://www.ocdforbundet.se/>
- <http://webbutik.attentionriks.se/product.html/mamma-jag-har-blivit-knapp>

21

VANLIGASTE TYPER AV TVÅNGSSYNTOM








22

SAMTIDIG SJUKLIGHET & GRÄNS MOT NORMALITET

- Det är normalt att kolla lite extra

23

FÖRÄLDRASKAP

- Ur ett evolutionärt perspektiv (utvecklingshistoriskt)
- Finns det fördelar med att ha tvångstankar?

24

FÖREKOMST OCH FÖRLOPP

- Ca 2 % av befolkningen
 - Två toppar ca 9 år och i 20-årsåldern
 - Endast 0.5% debuterar efter 60 år
- Teman
- Ofta kroniskt förlopp
 - 25-50% av barn
 - bättre och sämre perioder
- Sämre vid stress och påfrestning
- Ingen ökad risk för psykosutveckling
- Relationsstörande
- Rel. låg självmordsrisk

32

BRISTANDE SJUKDOMSINSIKT

- *Patienten med bristande sjukdomsinsikt:*

”personen inser mestadels inte under den pågående sjukdomsepisoden att tvångshandlingarna eller tvångstankarna är överdrivna eller orimliga”

Full Insikt	Övervärdiga idéer	Dysfunktionella övertygelser	Vanföreställnings- syndrom
----------------	----------------------	---------------------------------	-------------------------------

37

FAKTA: TARMFLORAN



- I människans tarm lever **1-2 kg bakterier** som motsvarar 100 biljoner mikroorganismer (mellan 300 och 1000 olika arter), 10 gånger fler än det totala antalet mänskliga celler.
- 150 gånger fler gener i mikrobiotan än i det humana genomet.
- Tarmfloran har förändrats över tid (kost, migration, antibiotika, desinfektion, hygien)
- **En dåligt fungerande mikrobiota orsakar skada i tarmens slemhinna, vilket kan resultera i läckage av bakterieprodukter till blodet, vilket i sin tur kan ge upphov till inflammation.**

38

TVÅNGSSYNDROM - BARN

- Debutålder hos barn 9-11,6 år
- Dubbelt så många pojkar i kliniskt material
- Ångest /depression samtidigt i 20-70%
- Anorexia nervosa i 8%
- Tics vanligt
 - mer av trots och ”uppförandestörning”
 - vid akut debut med personlighetspåverkan och infektion, tänk ”PANDAS/PANS”

39

SYMPTOM SOM KAN FÖRKLARAS AV TVÅNGSSYNDROM HOS ETT BARN

- separationsångest
- ledsenhet
- selektiv mutism
- försämrade studieprestationer
- försenad ankomst
- hypokondri
- "hemma värst"

40

PREDICTORS OF EARLY ADULT OUTCOMES IN PEDIATRIC-ONSET OBSESSIVE-COMPULSIVE DISORDER, BLOCH ET AL, PAEDIATRICS, 2009

- 45 barn i genomsnitt 12 år (± 2 år) med OCD följdes i 9 år
- I stort sett samtliga erhöill KBT/farmaka
- SSRI; pre 89%-post 60%
- 29% hade depression vid uppföljning
- OCD kvarstående:
 - 44% hade subkliniska OCD symptom
 - 31% hade lindrig OCD
 - (Y-BOCS 8-15p)
 - 13% hade måttlig (Y-BOCS 16-23p)
 - 11% hade svåra symptom (Y-BOCS 24-40p)
- Prediktorer för kronisk sjukdom:
 - förekomst av samlartvång
 - svårare OCD symptom
 - mer oppositionellt beteende
 - visuospatiala svårigheter och finmotoriska problem
 - predicerar dålig prognos (Block et al 2011)

43

AUTOIMMUNITET

- > 3 ggr ökad förekomst av autoimmun sjukdom hos mödrar till barn med OCD jfr med friska
 - 17,5% vs 5% Murphy Journal of Neuroimmunology, 2010
- 43% har en reumatologisk samsjuklighet (Mataix-Cols, Mol Psychiatr. 2018)
- Överrepresentation av toxoplasmos (Kazemi, Acta Parasitol. 2022)
- Överrepresentation av antikroppar mot basala ganglier
 - 20% mot 4% i psykiatrisk kontrollgrupp
 - Nicholson, Br J Psychiatry 2012
- Ökad förekomst av mikroglia (ett tecken på inflammation) i hjärnan
 - Attwells, Jama psychiatry, 2017
- Barn med positive strep test har ökad risk att utveckla OCD (Orlovskva, JAMA Psych 2017)
- Behandling med tillägg av anti-inflammatorisk behandling har effekt på OCD
 - Sayyah, Psychiatry Research 2011, NSAID i tillägg till fluox
 - Shalabafan, Pharmacopsychiatry 2015 NSAID i tillägg till flvx
 - Li, J. Child Adolesc. Psychopharmacol 2020, N-Acetylcysteine
- "PANDAS" / PANS (?)
 - Infectioner (främst strep?) sätter igång en autoimmun process: Det är inte infektionen i sig som ger symptomen – det är immunförsvaret som angriper sig självt som leder till symptomen

51

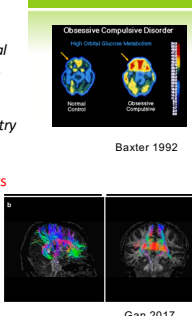
AUTOIMMUN VARIANT: PANDAS/PANS (PEDIATRIC ACUTE-ONSET NEUROPSYCHIATRIC SYNDROME)

- Extremt plötslig debut av tvång och tics med skovvist "sågtandsartat" förlopp hos ett barn eller ungdom
 - ibland debut med svår matvägran
- Personlighetsförändring; irritabilitet, trots, koncentrationsstörningar
- Svår separationsångest, nedstämdhet
- Perceptionsförändringar, hallucinationer
- Sömnsvårigheter, nattskräck
- Urinvägssymtom (kissnödiga)
- Skriver och ritar sämre
- Återgång i utvecklingen "barnslighet"
 - som att börja kissa i sängen, ofta kissnödiga, talsvårigheter, svårt att använda händerna, ritar sämre
- Smärta och värk, balanssvårigheter, koreoforma rörelser
 - Kan möjligen behandlas med NSAID/antibiotika/IVIG/cortikosteroider/ plasmaferes/ rituximab?

52

BIOLOGISKA FYND VID OCD

- Ärftlighet/Genetiska faktorer
- Hjärnans bildning
 - Abnormally High Degree Connectivity of the Orbitofrontal Cortex in Obsessive-Compulsive Disorder (Beucke, JAMA psychiatry 2013)
 - Abnormal white matter structural connectivity in adults with obsessive-compulsive disorder (Gan, Transl Psychiatry 2017):
 - "In conclusion, this study provides novel evidence of widespread microstructural alterations in OCD and suggests that OCD may involve abnormalities affecting a broader network of regions than commonly believed."
- Despite the extent and rigour of research on the neurobiology of OCD, no biomarker has to date proven sufficiently sensitive and specific (Bandelow et al. 2016; Bandelow et al. 2017).



Baxter 1992

Gan 2017

64

KOGNITION-MOTORIK-PERSONLIGHETS DRAG

- Neuropsykologi
 - Visuospatiala svårigheter och samlande predicerar kronisk OCD hos barn
 - lägga pussel, orientera sig på nya platser, se skillnad på figurer med liknande former
- Motorik
 - Neurological soft signs
- Personlighetsdrag
 - Tvångsmässiga, undvikande, mm

65

SYNDROM OCH PSYKISKA SYMTOM

- Vissa medfödda genetiska avvikelser ger en specifik symtombild, t.ex.
 - Downs syndrom
 - Fragilt x

68

22Q11.2 DELETION SYNDROMET

Hos många:

- Lätta avvikelser i form av bl a bred näsrot
- Korta ögonspringor
- Platta kindben
- Speciell utformning av ytteröröronen.
- Långa och avsmalnande fingrar
- Långt mellan ögonen
- Kort snorfåra (filtrum)
- Överbett
- Kortväxta 30-50%

70

22Q11.2 DELETION SYNDROMET LÅG KALKHALT

- skakighet
- ibland muskelkramper
- diffusa symtom som muskelsvaghet, domningar, stickningar, oro och sömnsvårigheter förekommer
- under uppväxten "växtvärk"

72

22Q11-DELETIONSYNDROMET

- Inlärningsvårigheter och beteendevikelser är vanligt
- Intellektuell funktionsnedsättning (=Psyisk utvecklingsstörning) är vanligt
- Autistiska drag förekommer
- ADHD liknande bild vanlig
- Psykiska symtom av olika slag
 - ångest- och depressionstillstånd / manodepressivitet
 - schizofreni och schizofreniliknande tillstånd
 - **tvångssyndrom** (typiskt)

73

PRADER-WILLIS SYNDROM

- 40-60 personer per miljon invånare.
- 70% saknar en liten del på kromosom 15q11-13
- Kortvuxna
- Fötter och händer är ofta påtagligt små
- Smal panna, mandelformade ögon, tunn överläpp och trekantig mun.
- Begåvningsutvecklingen varierar från normal begåvning till svår intellektuell funktionsnedsättning

74

PRADER-WILLIS SYNDROM



- Matningsproblem i tidig ålder på grund av svaga sugreflexer.

75

PRADER-WILLIS SYNDROM- PSYKOLOGISKA SYMTOM

- lätt uttröttbara och faller lätt i sömn även dagtid
- okänslighet för kyla och värme & hög smärtröskel
- ökad risk för att utveckla självdestruktiva beteenden
 - i form av intensivt bitande och petande på kroppen, framför allt vid naglar och små sår
- svårt att förstå konsekvenserna av sina handlingar
- svårt för förändringar
- stor benägenhet till humörutbrott och andra beteendestörningar som förvärras med åldern
- känslomässig labilitet
- **ökad risk för att utveckla tvångssyndrom och ångestsymtom**

78

SCREENINGFRÅGOR

- **Tvittar du dig** mycket fast du egentligen redan är ren, eller har det varit så tidigare?
- **Kontrollerar du** upprepat att spisen är avstängd eller skåpet är låst, eller var det så tidigare?
- **Uppreper du** vissa beteenden för att det måste kännas "precis rätt"?

93

OLIKA FORMER AV ÅNGEST:



- **Äckel**
 - smuts och blodfobi
- **Rädsla**
 - förknippat med fobi för smuts, blod, smitta,
 - att man på magisk väg, ofrivilligt kan påverka ett skeende
- **Outhärdligt obehag "sensorisk upplevelse"**
 - "felkänsla" – saker och ting känns inte "precis rätt" (skaver)
 - en tanke "fastnar"
- **Oro & ambivalens**
 - vid tanken att man kanske kan ha orsakat tex en brand eller inbrott pga. försumlighet.
 - att inte kunna välja

94

DIAGNOSTIK

- Y-BOCS /DY-BOCS
 - vuxna
- CY-BOCS
 - barn
- BOCS
 - Vuxna och lite större barn

96

BOCS SYMTOMRUBRIKER "CHECKLISTA"

Symtomgrupp	antal frågor
● Smitta/Renlighet	2
● Tvångstankar om att skada	2
● Sexuella tvångstankar	1
● Kontrollering	1
● Religion/Magi/Vidskeplighet	2
● Moral & Rättvisa	1
● Symmetri/Exakthet/Ordande	2
● Precis rätt/Upprepningsritualer/Räkna	1
● Samla & Spara	1
● Kroppsliga tvångstankar (dysmorfofobi)	1
● Självskadande beteende	1

98

BOCS FRÅGOR

GRADERAS 0-4

1. Ungefär hur mycket tid upptas av dina tvångsproblem?
2. I genomsnitt, hur många vakna timmar i sträck, är du helt fri från tvångsproblemen, som mest?
3. Hur mycket hindrar tvångsproblemen dig i din vardag, med arbete/skolgång och din förmåga att umgås med familj och vänner?
4. Hur besvärad är du av dina tvångsproblem?
5. Vilken förmåga har du att behärska dina tvångsproblem? Hur väl lyckas du stoppa eller avleda dem?

Om du sällan försöker så tänk ändå på hur det brukar gå de sällsynta tillfällen då du försökt.
6. Har du undvikit att göra något, åka någonstans eller att vara tillsammans med någon för att slippa ifrån dina tvångsproblem?

104

RESULTAT: SVÅRIGHETSSKATTNINGEN (POÄNGSPANN 0 - 24)

- Inre konsekvens, Cronbach's α : 0,94
- Medelpoäng för olika diagnoser:
 - OCD 12,6
 - Autism/ ASD 5,4
 - ADHD 4,8
 - Blandade 4,8

105

MISSTÄNKT TVÅNGSSYNDROM OM BOCS VISAR:

- Två eller fler symptomområden i checklistan
- 6 poäng eller mer i slutsumman talar för OCD
- BOCS ger 0-24 poäng totalt fördelat på 6 frågor, med 5 svarsalternativ i varje fråga (0-4)
- Bland friska är det ingen som får en genomsnitt över 6 p

106

BOCS Självs-kattningsskala för barn & vuxna

<http://www.ocdforbundet.se/PDF/sjalvs-kattningsskala.pdf>

● www.memogen.se

- Under länken skattningsskalor

BOCS
Brief Obsessive Compulsive Scale

An 8-årigt barn på Vård- och Behandlingscentrum för Obsessiva och Kompulsiva Tillstånd

Namn: _____ Födelskesnummer: _____
Datum: _____ Bostad: _____

Checklistan kan fyllas i av patienten själv (över 15 år), men yngre barn bör få checklistan uppläst. Följande påståenden ska utvärderas som följande:

"Tvängsritualer" och "tvångshandlingar" kan förklaras på följande vis:
"Tvängsritualer" är oönskade handlingar, idéer, bilder, tankar, eller bilder eller ritningar som återkommer i dina tankar fastän du skulle vilja slippa dem. Eftersom tvångsritualerna leder till obehag brukar man göra tvångshandlingar för att undvika obehaget.
"Tvängshandlingar" är å andra sidan, ritningar eller andra handlingar som du känner dig tvungen att utföra, även om du skulle vilja att de är oönskade eller överflödiga. Bilden förklarar du kanske att sluta att göra dem, men du kan inte sluta ändå. De finns tvångshandlingar för beteenden som till exempel vissa tvångshandlingar pågår bara i ens eget huvud, till exempel tysta kontroller eller att behålla av att upprepa vissa ord för sig själv varje gång man tänker en oönskade tanke.

Markera de system som beskriver dig (du får använda varken) med ett X i rutan "Ja". Om du har tvångsritualer eller tvångshandlingar, markera dem med ett X i rutan "Tvängs". Det finns exempel som hjälper till att bestämma om det som du har kan vara ett tvångssystem. När du väljer Ja, ett tvångssystem så ska du markera ett X i "Ja"-rutan.

Sakta/ibland	Nej	Tvängs	Alltid
1. Jag orkar nog för att tänka, skriva, teckna eller ritna. <small>Om du har tvångsritualer eller tvångshandlingar, kan det vara svårt att tänka, skriva, teckna eller ritna.</small>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Jag brukar nog tvångshandlingar eller på annat sätt göra det som jag vill skriva eller ritningen. <small>Om du har tvångsritualer eller tvångshandlingar, brukar du ofta göra det som du vill skriva eller ritningen.</small>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bejerot et al. *Nordic Journal of Psychiatry*, 2014

110

FAMILJENS FÖRHÅLLNINGSSÄTT

- Ca 60% procent av familjerna deltar i sin sjuke anhöriges ritualer
- deras egen livskvalitet påverkas negativt
 - (Shafraan & Tallis, 1995)
- I fientligt inställda familjer blev resultatet av en beteendeterapi sämre än för mer harmoniskt fungerande familjer
 - (Chambless & Steketee , 1999)

111

ATT TÄNKA PÅ FÖR PERSONAL

- Vem äger problemet?
- Uppfostra inte!
- Skilj kritiken från personen ifråga
- Undvik att börja att "hjälpa till"
- Balansera, undersök dagsläget
- Ställ inte för höga krav, tvinga inte
- Personen väljer inte återfall
 - moralisera inte!
- Dolt funktionshinder - toppen på ett isberg
- Biologiskt betingat
 - Jmf diabetes

114

FÖRSTÅELSE OCH STÖD

- Bevis för att tvångssyndrom är förknippat med starka biologiska krafter som personen inte kan kontrollera:
 - att inte kunna lite på sina egna sinnesupplevelser
 - att inte förmå känna sig säker
 - att känna sig överdrivet ansvarig
 - att inte förmå känna att det blev "precis rätt"
- man kan inte "skärpa sig ur" ett tvångssyndrom
 - ställ rimliga dagsanpassade krav
- Lära sig känna igen de egna symtomen
 - patientförening, litteratur
- Stöd till närstående

115

RIKTLINJER FÖR FÖRHÅLLNINGSSÄTT

- ⦿ Jämför inte dåliga dagar med de bättre
- ⦿ Behåll friska rutiner
- ⦿ Acceptera inte att delta i tvångshandlingar eller att ge ständiga försäkringar
- ⦿ Var försiktig med att bryta tvånget mot personens vilja
- ⦿ Ge stöd och beröm framstegen, även för de små

116

RIKTLINJER FÖR FÖRHÅLLNINGSSÄTT, VID SÄKER OCD - MEDVERKA INTE I SJUKDOMEN

- ⦿ Standardfras
 - ⦿ "inget svar"
 - ⦿ "inga försäkringar"
 - ⦿ "jag deltar inte i ditt tvång"
- ⦿ Skriftliga överenskommelser (eller bilder)
 - ⦿ kontrakt, för vad som ska gälla och försök hålla er till dem
- ⦿ Var flexibel

117

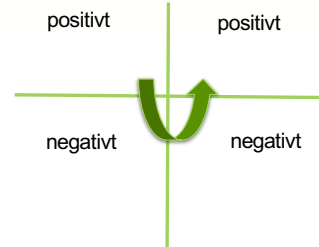
BEHANDLING AV OCD

- ⦿ 50-80% blir klart förbättrade

118

+/- KONTO: VAD KAN EN FÖRÄNDRING LEDA TILL?

Aktuella situationen	Förändrade situationen
positivt	positivt
negativt	negativt



119

FRÅGA SIG

- ⦿ Vilka risker har behandlingen?
- ⦿ Vilka risker har "förlorade år"?
- ⦿ Ångrar man ett försök?
- ⦿ Motiverande samtal (MI)

120

LÄKEMEDELSBEHANDLING - EVIDENS

- ⦿ I första hand:
 - ⦿ SSRI (serotoninupptagshämmare)
 - sertralín; citalopram; fluoxetin (fluvoxamin); paroxetin; escitalopram
 - ⦿ Långsam upptrappning
 - ⦿ Invänta effekt ca 10-12 veckor
 - ⦿ Vid effekt – fortsatt minst 1 år
 - ⦿ Sätt ut preparatet mycket långsamt
- ⦿ I andra hand:
 - ⦿ klomipramin (75-200mg)

⦿ Källa: Internetmedicin

121

LÄKEMEDELSBEHANDLING - TVEKSAM EVIDENS/RISK

- I tredje hand SSRI + neuroleptika (eller bara aripiprazol)
 - Risperidon (0.5-2mg)
 - Aripiprazol (ca 10mg) mfl.
 - Brexpiprazole (RXULTI)?
- eller
- SSRI + glutamat modulerande:
 - riluzol; memantin; topiramate eller lamotrigin
 - Venlafaxin
 - Duloxetine
- I sista hand tveksam evidens och hög risk
 - Deep brain stimulation eller psykokirurgi
 - Repetitive transcranial magnetic stimulation (r-TMS)
 - OBS: Funkar ej vid terapiresistens

2022; Pellegrini, Comprehensive Psychiatry 2022

122

OBSESSIVE-COMPULSIVE DISORDER ADVANCES IN DIAGNOSIS AND TREATMENT

HIRSCHTRITT ME, JAMA, 4 APRIL 2017

- There are also several promising pharmacologic **augmentation strategies for treatment-resistant OCD** whose efficacy has not yet been clearly demonstrated. In particular, specific agents with adequate safety profiles and preliminary evidence of OCD symptom reduction in open-label or small RCTs include:
 - Ketamine (Ketalar)
 - Riluzole (Rilutec)
 - N-acetylcysteine (Mucomyst)
 - Memantine (Ebixa)
 - Lamotrigine (Lamiktal)
 - Celecoxib (Celbra)- COX 2 hämmare - inflammationsdämpande
 - Ondansetron – 5HT3 receptorblockerare
 - ...möjliga substanser som diskuterats: myoinositol, glycine, milk thistle (Silymarin), psilocybin och serotonin (5-hydroxytryptophan)

123

BEHANDLINGSEFFEKT HOS VUXNA

Behandlingsform	God effekt
● SSRI	35- 47%
● Klomipramin = Anafranil	42- 62%
● KBT (vid tvångshandlingar)	43- 55%
● Naturalistisk prospektiv 3 års uppföljning hade 65% effekt	
● Symtomfria (dock ej medicinfria): 38%	
● SSRI i kombination med KBT bättre än i kombination med neuroleptika!	

Catapano et al, 2006, Simpson et al 2013

126

BEHANDLINGSEFFEKT AV LÄKEMEDEL HOS BARN MED OCD

- Behandlingseffekt beräknad som $\geq 30\%$ minskning i skattningsskalan CY-BOCS
- **30%** förbättras av 12 v behandling med sertralinn
- **68,7%** förbättras med kombinationsbehandling med KBT

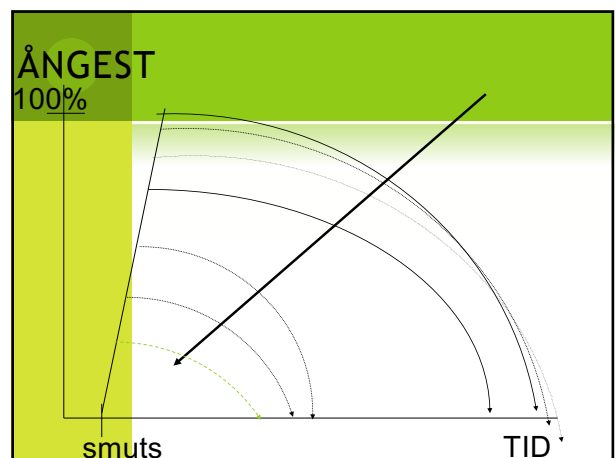
Franklin et al, JAMA, 2011

128

KOGNITIV BETEENDETERAPI - KBT

- Kartläggning av symtom
- Hierarkier
- Exponering och responsprevention
 - utsätta sig för det "farliga" och avstå från "trygghetsskapande" tvångshandlingar "SLÄPP TAGET"
 - Modeling & errorless learning
- Hemuppgifter
- Helst daglig träning
- Tidsåtgång - oftast tillräckligt med 15-20 sessioner
- Kan ges som intensivterapi under en vecka
- Kan ges som internetbehandling
- Livslänet förändrat förhållningssätt

132



133

BETEENDEANALYS (G BERGLUND)

- Kort bakgrund
- Identifiera problemet: vad? när? hur? – använd skattningsskala
- Problemdebut?
- Fluktuationer över tid?
- Tidigare behandling: typ, effekt?
- Aktuell behandling?
- Åter till problembeskrivningen
 - Situationer, gör lista, upprätta en hierarki
 - Innehåll i tankarna och insikt
 - Undvikande – hur ser det ut?
 - Tvångshandlingar – öppna/dolda beteenden, andra involverade?
- Beskriv behandlingen
- Hur är det med motivationen?
- **Gör en överenskommelse eller kontrakt**

134

KONTRAKT

- **Överenskommelse**
- **Meningen med detta kontrakt**
 - Samarbete -beteendeanalys*
 - Komma överens om vilka behandlingsmål/program*
 - Genomföra och bedöma - utvärdering*
 - Vi lovar att:**
 - Behandla/förklara/komma till besök*
 - Du lovar oss:**
 - Att försöka berätta/Försöka göra hemläxor/att du kommer*
 - Tystnadsplikt**
 - Giltighetstid**
 - Underskrift**

136

HIERARKI

GÖR EN *HIERARKI* AV HUR SVÅRT DET SKULLE VARA ATT STÅ EMOT DE OLIKA TVÅNGSSYMTOMEN.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ingen ångest/obehag Måttlig ångest/obehag Max. ångest/obehag

137

För barn eller personer med förståndshandikapp: Hur känns det?



1= glad och avspänd



2= inte glad men inte heller upprörd



3= lite spänd och nervös



4= mycket spänd och nervös



5= vill springa iväg och skrika

138

HIERARKIN VID RÄDSLOR FÖR SMUTS OCH SMITTA

- Att handhälsa på behandlaren 2
- Att ta i fjärrkontrollen utan att först tvätta händerna 3
- Att plocka upp något från golvet 5
- Att sitta i soffan om man inte har bytt om till rena innekädder 5
- Att ta i sina CD-skivor utan att först tvättat händerna 6
- Att gå och lägga sig utan att först ha duschat 7
- Att äta kebab ute på en restaurang 7
- Att inte städa varje dag med rengöringsmedel 7
- Att sitta ned i tunnelbanan 8
- Att laga mat efter att man tvättat händerna slarvigt 8
- Att gå på nära vänners toalett utan att papper används på sätet 8
- Att kyssa någon man tycker mycket om 9
- Att sitta ned på en offentlig toalett utan att lägga på toalettpapper 10

139

HIERARKIN: FÖR EN PERSON SOM LIDER AV RÄDSLOR ATT SKADA ANDRA:

- Att bjuda hem någon på middag och bjuda på färdigköpt mat 3
- Att gå så pass nära en person så att den andra personen tvingas gå nära trottoarkanten 4
- Att passera nära en papperskorg, om skolbarn finns i närheten 5
- Att öppna soptunnan när barn leker på gården (de kan falla i) 6
- Att bjuda hem någon på mat som man lagat själv (och kan ha förgiftat) 7
- Att ha myrgift hemma 8
- Att gå nära en person nere i tunnelbanan, så att den andra går nära kanten 9
- Att skära bröd när barn är i köket 10

140

HIERARKIN FÖR EN PERSON SOM KONTROLLERAR UPPREPAT:	
☉ Ha ett släckt stearinljus på bordet	1
☉ Kontrollera att dörren är låst tills det känns OK	2
☉ Lämna strykjärnet mitt i rummet med sladden ihopvirad	4
☉ Använda kaffekokaren på kvällen	4
☉ Använda kaffekokaren på morgonen	6
☉ Lämna strykjärnet med sladden hängande nära eluttaget	7
☉ Köra bil över en ojämnhet i vägen utan att köra tillbaka	7
☉ Att gå hemifrån utan att läsa sin säkerhetsramsa	8
☉ Använda strykjärnet på kvällen	8
☉ Gå hemifrån och lämna fönstret på glänt	9
☉ Använda strykjärnet på morgonen innan man går till arbetet	10

141

BEHANDLINGSMÅL	
☉ Behandlingsmål kan vara ett 30-tal olika	
☉ Sitta på toasitsen, gå på röda fläckar, sitta bredvid en person som ser ut som en missbrukare på en parkbänk	
☉ Viktiga mål för patienten själv!	
☉ Konkreta, möjliga och lättutvärderade mål	

142

4-STEGSMODELLEN	
Kan hämtas gratis via www.ocdforbundet.se	

145

4-STEGSMODELLEN: ÄNDRA BETEENDET OCH DU ÄNDRAR DIN HJÄRNA! (J SCHWARTZ)	
☉ Benämna	☉ tvångstankar och impulser som symtom på <i>Sjukdomen Tvångssyndrom</i> .
☉ Avståndet gigantiskt	☉ mellan känsla och förnuft vid Tvångssyndrom.
☉ Omformulera symtomen	☉ som varande "falsa meddelanden" från hjärnan som man bör låta passera utan att fästa sig vid.
☉ Patienten skall bli en iakttagare av sig själv	☉ och står inför ett viktigt val varje gång tanken har nått medvetandet och innan själva handlingen har utförts
☉ Bryt tvångshandlingen	☉ trots obehaget; hjärnkemin kommer att normaliseras.

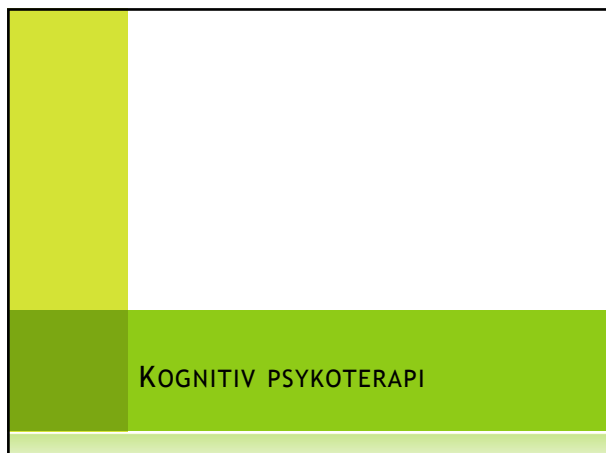
146

☉ Allt som du tror kan vara tvång är tvång
☉ J. Schwartz, Brainlock

147

ÅTERFALLSPREVENTION	
☉ Inse att tvångssyndrom är en kronisk sjukdom	
☉ Jämför med nykter alkoholist	
☉ För en dagbok över KBT behandlingen	
☉ Skriv upp hur symtomen kan smygande återkomma och vad patienten ska göra då	
☉ Vidmakthållandeprogram: checka av	
☉ Uppmuntra att 2-3 patienter med liknande symtom exponerar sig på egen hand	
☉ Gles stabil långtidskontakt	

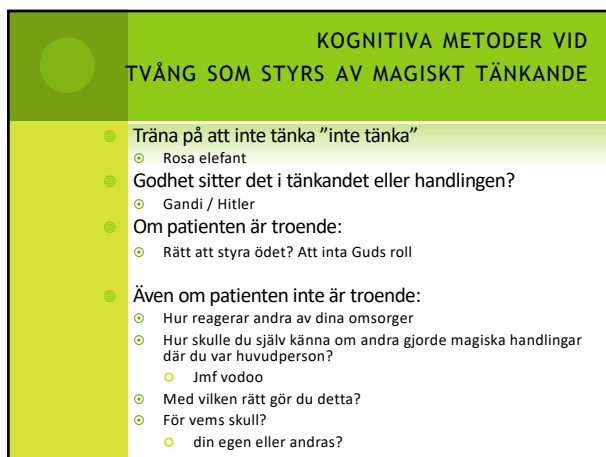
149



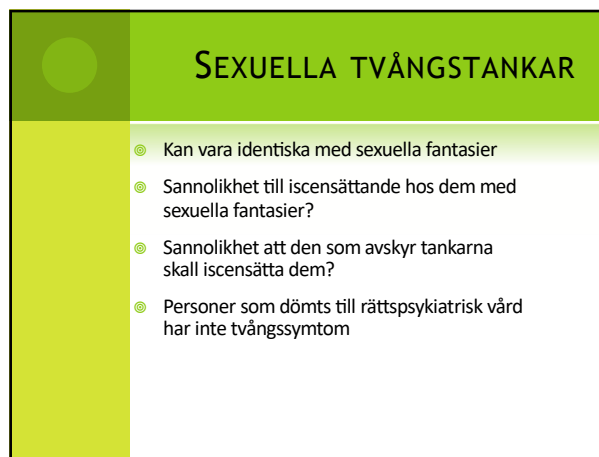
153



154



159



160



165



168

FÖRHÅLLNINGSSÄTT TILL PERSONER MED AUTISTISKA TILLSTÅND

- Tydlig
- Inga överraskningar
- Konkret
- Ge tid för förberedelser
- Gör överenskommelser
- Var uppmärksam på risk för missförstånd
- Använd rit-prat, tala långsammare, stäm av

169

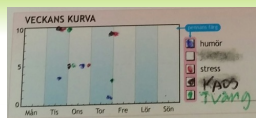
BAKGRUND TILL KOPPLINGEN ASD-OCD

- Personer med tvångssyndrom uppfattas som mer excentriska och udda än övriga ångestpatienter
- Dessa patienter förbättras ej så mycket av läkemedel eller beteendeterapi i jämförelse med patienter med "vanligt" tvångssyndrom
- Ritualer förekommer vid autism
- Autismspektrumsyndrom hos normalbegåvade är ej så väl känt (missad patientgrupp?)
- Klomipramin kan fungera vid autism

170

2014: SJÄLVSKADEPATIENT

- 30 årig kvinna
- Aspergers syndrom
- Självskada sedan gymnasietiden
- "Palliativ" patient från ca 25 åå
- Förhöjda D1 och D2 antikroppar och Kamkinasaktivitet i Pandaspanelen



©2022-11-15

171

2017 OCH 2022: INTE LÄNGRE

Hej Susanne!
 Jag mår förträffligt! Kommer inte ens ihåg sist jag var inlagd. Kan varit i slutet av våren. Tvången försvann med högdos behandlingen jag fick för ett år sedan. Jag har underhålls behandling två dagar i månaden ivig. Autonom Encefalit är väl det som neurologen har nämnt som diagnos. Jag tar fortfarande sertralin 200 mg.
 Topimax 100 mg x 2
 Divisun 800 IU
 Och jag har GnRH behandling.
 Jag har börjat arbetspröva sedan 4 veckor tillbaka på en särskola! Totalt underbart!
 Hur går det för forskninaen?
 Vänliga hälsningar .

172

DEFINITIONER...

- **Compulsive behaviors** (Simons, 1974)
 - "Sameness" leder till att barnet "kan gå vidare."
 - Tvångsmässiga beteenden förhindrar förmågan till "att gå vidare."

178

UNDDVIKANDE BETEENDE OCH RITUALER

- På grund av Tvångstankar?
 - Att något farligt kan hända; känsla av att inte känna sig helt säker
- ELLER
- På grund av Perceptionsstörning/överkänslighet?
 - Obehag av vissa material, ljud, intryck etc.
 -honung

179

VAD ÄR VAD?

- Ritualer-tics-fixeringar-stereotypier

180

BPI-S: STEREOTYPA BETEENDEN

- Gungar fram och tillbaka
- Luktar på föremål
- Snurrar den egna kroppen
- Viftar eller skakar på armarna
- Rullar med huvudet
- Virvlar runt vänder runt på stället
- Utför upprepade kropps rörelser
- Vankar fram och tillbaka
- Tvinnar saker
- Gör upprepade handrörelser
- Skriker och gastar
- Luktar på den egna kroppen
- Hoppar omkring
- Snurrar föremål
- Börjar plötsligt springa runt
- Utför komplicerade rörelser med händer och fingrar
- Fingrar upprepat på föremål
- Rör oupphörligt på fingrarna
- Gnider sig själv
- Stirrar på händerna eller på föremål
- Intar bisarra kroppsställningar
- Klappar händerna
- Grimaserar
- Viftar med händerna

181

BEGREPPSKONFUSION: RITUALER-TICS-FIXERINGAR-STEREOTYPIER

<ul style="list-style-type: none"> ● Stereotypier / Manierism / Katatonier ● tex utv.störning+stress, brist på stimulans, inflammation ● Självstimulering ● För att minska/förhöja en sinnesupplevelse (perception) ● Rutinbundenhet/tvångsmässighet "insistence of sameness" ● leder till att personen "kan gå vidare" ● Samlande ● Upplevs som ett problem för omvärlden ● Specialintressen "obsessions" ● Ger glädje, odlar en förmåga, ger möjligheter ● Självkorrigering/upprepning/tics ● Försöker uppnå "rätt känsla" ● Tvångssyndrom ● Format av rädsla & oförmåga att lita på sinnesintryck 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tröstande/"läckage" "hjärnskadebeteende" ● Kompenserande ● Kompenserande ● Stimulerande ● Stimulerande ● Balanserande ● Ångstreducerande
---	---

186

SKILLNADER MELLAN STEREOTYPIER, TICS OCH OCD

Freeman et al, DMCN, 2010

<p>Tics/Tourette</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Uppstår <i>efter</i> 3 års ålder (genomsnittsålder ca 7år) ● Trigger är en känsla av att behöva utföra kropps rörelsen (premonitory urge) ● Ticsen varierar i uttrycks sätt, styrka och omfattning (migrerar) ● Tourette/tics är vanligt förekommande vid OCD ● Ticsen är inte förknippade med oro och ångest (men kan öka vid oro, spänning, avslappning) <p>Stereotypier</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Uppstår <i>före</i> 3 års ålder ● (genomsnittlig debutålder är 17 månader och alltid före 3 år (5-36 månader) ● Trigger är vanligen glädje, spänning, understimulering, aktiv dagdrömmeri, uttrötta ● Oro och ångest är inte förknippat med stereotypier <p>OCD</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Uppstår <i>efter</i> 3 års ålder (genomsnittsålder hos barn är ca 7 år) ● Handlingarna begränsas inte till kropps rörelser (snarare upprepningar, handtvätt, kontroller) ● OCD, särskilt hos barn, förekommer ofta tillsammans med tics (i 25%-50%) ● Handlingarna görs med avsikt att minska oro och ångest som orsakas av obehagliga tvångstankar eller känsla av att man måste följa en regel

187

PERCEPTIONSSTÖRNING:

- Svårt med att få bort *felkänslan*
- Perceptionsstörning gör att det känns annorlunda och känslan går inte över
- man habituerar (vänjer sig) inte

G Antonsson, 2011

190

SKILLNADER MOT VANLIG OCD

- Man generaliserar sämre så det är svårare att göra det som man lärt sig på sessionen till en annan situation
- Man har ett mer fragmentariskt tänkande
- Mindre regelrätt ångest
- Känns inte rätt (det känns **fel**) men mindre typiska tvångstankar.
- Mer arrangering, beröring, symmetri, känns rätt

G Antonsson, 2011

191

HAR AUTISTISKA BARN TVÅNGSTANKAR OCH TVÅNGSHANDLINGAR?

- Tvångets önskvärdhet
- Upphov till plåga
- Personens motstånd
- Uppfattning av meningslöshet
- Hur egosyntynt/dystont tvånget känns

Baron-Cohen S, 1989

192

ÄR DET OCD ÖVERHUVUDTAGET ELLER AUTISM?

- Om det är så att beteendet **känns bra att göra**, snarare än att minska ett obehag/olust, tyder det mer på **autismspektrum** än OCD

193

ATT TÄNKA PÅ I KBT-TERAPIN VID AUTISMSPEKTRUM

- Kolla noga upp stressorer
- Konkret kommunikation
 - så att inte själva kommunikationen skapar överkrav
- Mål
 - minskat lidande och ökad kunskap snarare än symtomfrihet
- Psykoedukation fortsätter hela tiden
 - Ex. vilket mål idag, vad är syftet, vad förväntar vi oss, verkar det rimligt?
- Hur känns det innan jämfört med nu

G Antonsson, 2011

206

FORTS.

- Legitimera det ni gör
- Skapa god kommunikation med anhöriga
- Minska anhörigas oro så minskas stressen för patienten
- Anhöriga kan delta vid exponeringen
- Överväg kvalificerad handledning

G Antonsson, 2011

207

BESVÄRANDE BETEENDEN FÖR HENNES OMGIVNING (HOWLIN, 2004)

- Stereotypier
 - Fundera över orsaker, stress (?), förändring?
 - Försök erbjuda alternativa aktiviteter
- Träna alternativ att göra vid stress ex "blåsa"
- Ritualer som upplevs positiva för personen
 - Ersätt med andra aktiviteter som är inkompatibla
 - Gör överenskommelser
 - Skapa regler: Avgränsa i tid och plats OBS gradvis!!!
 - Använd dem som belöning och uppmuntran

(Källa P Howlin; Sigafos 2009)

208

BESVÄRANDE BETEENDEN FÖR PERSONEN OCH HENNES OMGIVNING (HOWLIN, 2004)

- Tvångsmässig rädsla eller undvikande
 - Lär ut stresshantering
 - Daglig träningspass (skapa mental inre bild)
 - Lugnande bild att se på med lugnande texter eller bild (Distractionstekniker)
 - Aromaterapi (lukta på nåt gott vid oro)
 - Innan exponering: Uteslut att det är en perceptionsstörning som ju ej kan habitueras till (tillvänjas)
 - Gör en hierarki med "happy faces"
 - Exponera gradvis och långsamt
 - INGA ÖVERRASKNINGAR

209

HUR GICK DET?

- Något bättre effekt för KBT än "anxiety management" (obs ej signifikant) enligt psykologerna
- Trend till bättre effekt av anxiety management enl anhöriga (dock stort bortfall)
- Knappt någon effekt av någon behandling enligt patienterna : (
- Behandlingseffekten kvarstod inte säkert efter 1 månad
Russel et al, Depr & Anxiety 2013

211

RETROSPEKTIV STUDIE AV HÖGFUNGERANDE AUTISM

Prospektiv studie av 38 personer 13-28 år, i jämförelse med tillståndet vid 5 års ålder:

- 5/38 uppfyllde ej längre diagnosen för autism, men samtliga hade funktionsnedsättning.
- Förändringar över tid med förbättring i kommunikation och socialt beteende.
- **Förbättring i rituella och repetitiva beteenden var mer sällsynt**

Piven et al., Am Acad Child Adolesc Psychiatry 1996 Apr;35(4):523-9

222

SAMLARTVÅNG "HOARDER"

- Oförmögen att kasta det som inte behövs.
- Oförmögna att avstå från att köpa/plocka upp saker
- Känner stark ångest oro inför hot om sortering/städning.
- Kan ses som ett undvikande beteende

224

SAMLARE

- Ungefär 40 % av dem med ASD är samlare
- Ungefär var femte med tvångssyndrom har samlartvång
 - dock sällan det huvudsakliga symtomet (Rasmussen & Eisen, 1998).
- Ångestbenägna/Depressiva
- Funktionshindre avseende familj och sociala förhållanden
- Försvaret samlandet
- Svårbehandlat
- Krisartad situation med åren
 - först i 50-årsåldern söker man hjälp

225

SAMLARE - ORSAKER

- Prioriteringssvårigheter
 - Behöver kolla ordentligt, varje sak har samma vikt
- Detaljfokuserade
- Exekutiva svårigheter
 - Dvs. svårt att organisera sig, starta, avsluta, ambivalens
- Det som inte finns i synfältet "finns inte"/"uppfattas inte"
- Rädsla att förlora/missa något viktigt
- Specialintressen

226

PSYKOLOGISK BEHANDLING VID SAMLARTVÅNG

- Vad är orsaken till samlandet
- Partnerskap i arbetet – inte expert auktoritär roll
- Fotografera
- Endast personen själv får kasta
- Hemuppgifter
- Motivationen måste vara personens egen
- Sokratiskt, empati, respekt, ta del av personens ambivalens
- Motivation till förändring genom att påminna om diskrepansen mellan nuvarande situation och önskan
- Få personen att tro att det går att förändra sig

Stekete and Frost, Sid 101-102

228

BEHANDLINGSREGLER VID SAMLARTVÅNG S. 65

- Behandlare får inte röra något, ta bort något utan personens uttryckliga medgivande
- Personen tar alla beslut om sina ägodelar
- Behandlingen går systematiskt tillväga
- Etablera en organisationsplan före sorteringen påbörjas
- **Personen skall tänka högt under sorteringen**
- Only handle once (or twice)
- Behandlingen måste vara flexibel

229

TICS OCH TOURETTE ENL DSM

- Uttryck
 - ofrivilliga, plötsliga, (ofta) snabba, återkommande, rörelser eller läten
 - icke-rytmiska
 - ofta migrerande
 - paroxysmer/kaskader kan förekomma
 - 93% har en föräning (ej hos barn)
 - Ex. killningar, spändhet, trångetskänsla, dragning
- Subtyper i DSM-5
 - Tourette syndrom, ihållande kroniska tics, övergående tics, andra specificerade och ospecificerade tics
- Debut
 - Före 18 års ålder (utom för tics uns)
- Varaktighet
 - mer än 1 års tid sedan debut
- Exklusionskriterier
 - Kan inte förklaras av annat medicinskt tillstånd, tex hjärninflammation eller droger

234

SVÅRA TICS

- Kopropraxi/koprolali
 - (ex ge fingret/svordomar, könsord)
- Kasta saker
- Sparka/ slå /spotta /slicka
- Svälja luft
- Kräkas
- Självskada / Slå sig själv
- Tafsa
- Extrema nackryckningar
- 5% har malignt TS dvs >2 akutbesök el. 1 inläggning under en treårsperiod (Cheung, 2007)

235

FÖREKOMST OCH FÖRLOPP

- Debutålder 5-6-årsåldern (inte före 3åå)
 - Ögonblinkningar
- Vanligare hos pojkar (ca 3:1)
- Mest tics i 10-årsåldern
 - Ljudliga tics
- Tonar vanligen bort:
 - I 18-årsåldern är ca hälften ticsfria
 - Bara 20% är påverkade av ticsen i tonåren
 - Komplexa tics kan dock uppstå i tonåren
- Kroniska tics hos ca 0,8% av barnen
- Övergående tics hos <5%
- 30-40% har kvar tics i vuxen ålder
- OCD debuterar med fördröjning 2 år efter värsta ticsperioden

Kadesjö & Gillberg, 2000; Jankovic & Curlan 2011

236

TYPISKA TVÅNGSSYMTOM VID TICS/TOURETTE:

- Skrämmande våldsamma el. sexuella tvångstankar
- Räkna
- Fixering vid siffror
- Symmetritvång
- Beröra ofta ett visst antal gånger
- Göra om tills "precis rätt" känslan inträder
 - **måste kännas rätt**
- Boken **Vildkälla** av Ulrik Eriksson

237

SAMTIDIG PSYKIATRISK SJUKLIGHET MED TICS

- Ökad risk för (all?) psykiatrisk sjuklighet
 - ADHD
 - Hyperaktivitet
 - Bristande impulskontroll
 - Uppmärksamhetsproblematik
 - Dyslexi / inlärningsvärigheter
 - Tvångssymtom och OCD
 - Symmetri, räkna, beröra, precis rätt
 - Nedstämdhetsperioder
 - Ängslighet/ängest
 - Sömnsvårigheter
 - Bristande förmåga till intuitiv medkänsla
 - Autistiska tillstånd
 - Trots/Oppositionellt beteende / Utmanande / Utagerande beteende/"Kort stubin"
 - Självskadande
 - Utagerande
 - Alkohol/droger mm.

244

SPECIALUNDERVISNING

- drygt 46% av svenska barn med tics gick i specialskolor eller specialklasser
- tics förekommer ofta tillsammans med andra problem som har att göra med förmågor och beteenden som är viktiga för skolgången

245

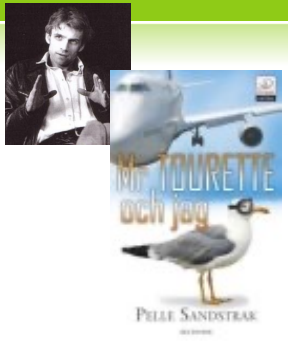
EXPERTERNA SAMMANFATTAR OM TOURETTE (TS):

- Vår kliniska erfarenhet är att många med Tourette syndrom är **extremt beroende av motivationsfaktorer, både inre och yttre. Med motivation så kan de prestera otroliga saker, i skarp kontrast till hur dåligt det kan gå då det är den minsta uppförslucka.**
- Kanske hjärnans eget belöningssystem, där dopamin och endorfin är viktiga ämnen, är underbalanserat.
- Detta skulle förklara varför många med TS är i behov av extra belönande och stimulerande pedagogiska miljöer. Det kanske också förklarar varför **många med TS söker sig till kreativa och spännande intresseområden och miljöer**
- Nilsson & Pelling, Tourette syndrom Symtom, samsjuklighet och behandling, 2007

259


POSITIVA SIDAN

- Associativa, rörligt intellekt
- Livliga
- Roliga
- Nyfikna
- Kreativa
- Rytmkänsla/musikaliska
- Motoriskt begåvade (+varianten)
- Envisa
- "Kicksökare"
- "Gränsprövare"



260

INBILLAD FULHET DYSMORFOFOBI-BODY DYSMORPHIC DISORDER



Behandlingsmanual:

- Wilhelm, S., Phillips, K. A., Steketee, G. Cognitive-behavioral therapy for body dysmorphic disorder: A treatment manual. s.l.: Guilford Press, 2011

270

DYSMORFOFOBI= INBILLAD FULHET


<ul style="list-style-type: none"> ● Tar en timme/dag el mer ● Förekommer i en tredjedel av OCD patienter ● 0.7-2,4% i befolkningen ● Börjar i tonåren ● Ofta kroniskt ● Lite vanligare hos kvinnor ● Inbillad fulhet oftast avseende <ul style="list-style-type: none"> ○ hud, tex. ärr 73% ○ hår, tex. kroppshår, skallighet, 56% ○ näsa, 37% 	<ul style="list-style-type: none"> ● Söker kroppsvård ● Utgör ca 10% av patienter på hudmottagning ● 3-53% hos plastikkirurger <ul style="list-style-type: none"> ○ Över 60% behandlas av plastikkirurg ○ Endast 7% förbättras efter kirurgi ● 14% BDD bland inbillgande patienter ● 25% gjort självmordsförsök ● Behandling <ul style="list-style-type: none"> ○ KBT inte exponering utan snarare responsprevention eller ACT ○ SSRI
--	---

271

VINSTER

- Roligt
- Kompetenshöjning av personal
- Kvarstående kompetens
- Successivt högre värderat
- Generaliserbart till paniksyndrom etc.


283



ATT LÄSA

- Intresseföreningen OCD förbundet Ananke
 - <http://www.ocdforbundet.se>
- SANE (Sane Förbundet Autoimmuna Infektionsutlösta Neuropsykiatriska Sjukdomar)
 - www.panspandas.se
- Böcker
 - Tvångssyndrom/OCD. Nycklar på bordet
S Bejerot, Studentlitteratur
 - Om och om och om igen: att behandla tvångsproblem med KBT
S Bates & A Grönberg, Natur och Kultur
 - Fri från tvång : steg för steg med kognitiv beteendeterapi,
Mia Asplund, Elin-Love Rosengren, Natur och Kultur
 - Pojken som inte kunde sluta tvätta sig
J Rapoport, Natur och Kultur

284



LITTERATUR

- Cognitive-behavioural therapy for OCD, Clark DA, Guildford press, 2004
- Cognitive approaches to obsessions and compulsions. Frost R, Steketee G (eds). Amsterdam, Pergamon 2002
- **Tvångssyndrom/OCD Nycklar på bordet, Bejerot, Studentlitteratur 2002, 2010**
- Tvångssyndrom : orsaker och behandling i ett beteendeterapeutiskt perspektiv, Olle Wadström, Psykologiinsats 2008
- The treatment of obsessions , Rachman S, Oxford press, 2005
- Compulsive hoarding and acquiring, Stekete & Frost, Oxford 2007
- **Om och om och om igen. Att behandla tvångsproblem med KBT, Bates S & Grönberg A. Natur & Kultur 2010**
- **Fri från tvång : steg för steg med kognitiv beteendeterapi av Mia Asplund, Elin-Love Rosengren, Natur och Kultur 2012**
- Pfizer och Lundbeck informationsbrochyrer (g in på deras hemsidor)
- Översiktsartiklar
 - Ruck C et al., Läkartidningen 2011
 - Abramowitz & Blier, The Canadian Journal of Psychiatry, vol 51, no 7, juni 2006

285