



EIR-studien

Tidlig intervensjon etter voldtekt

Tina Haugen
PhD candidate NTNU

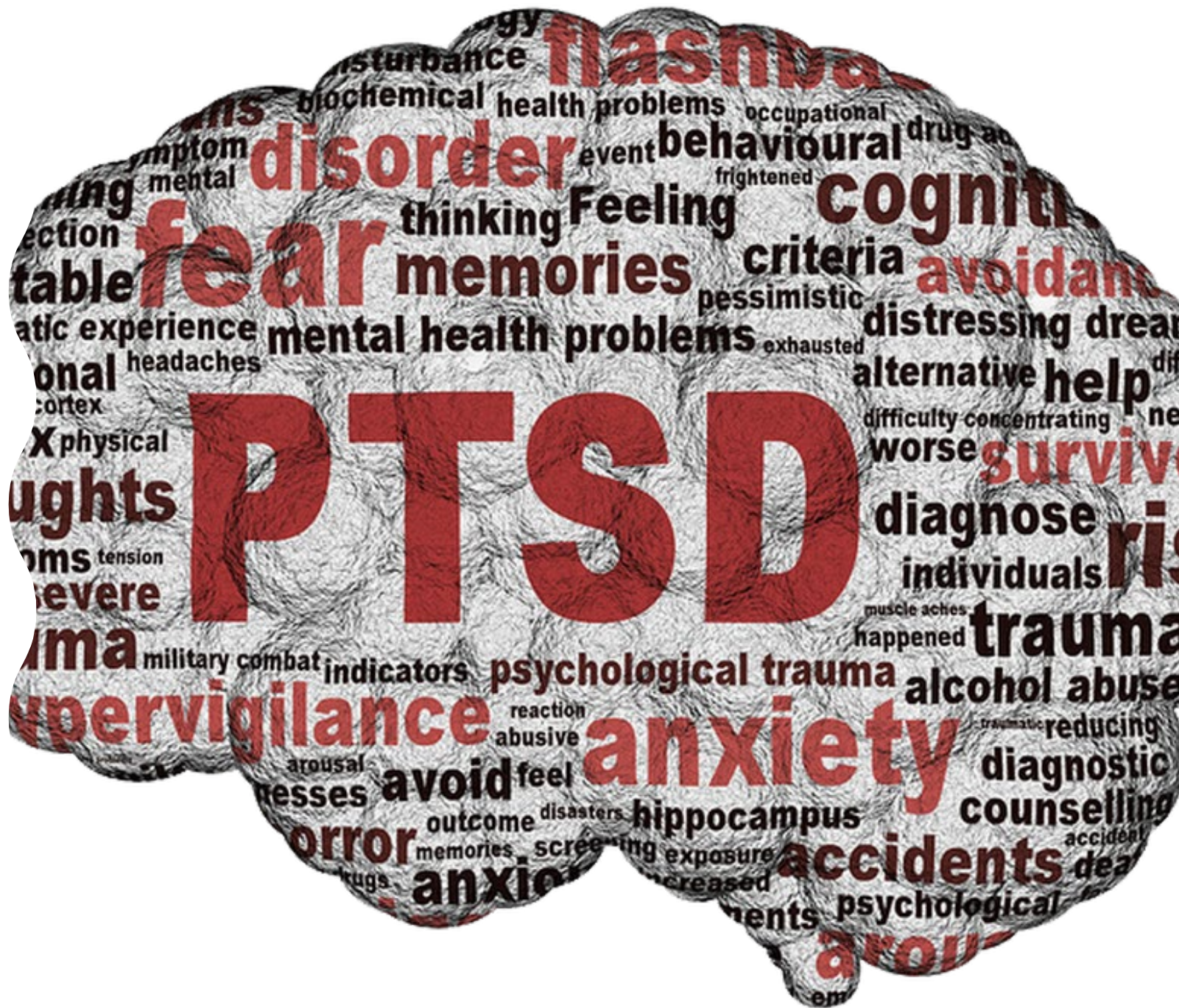
Voldtekt

- Ca. 20 % av kvinner opplever voldtekt
- Store forskjeller i verden
- Ca. 50 % får posttraumatiske stressplager
- Høyest risiko for å utvikle PTSD



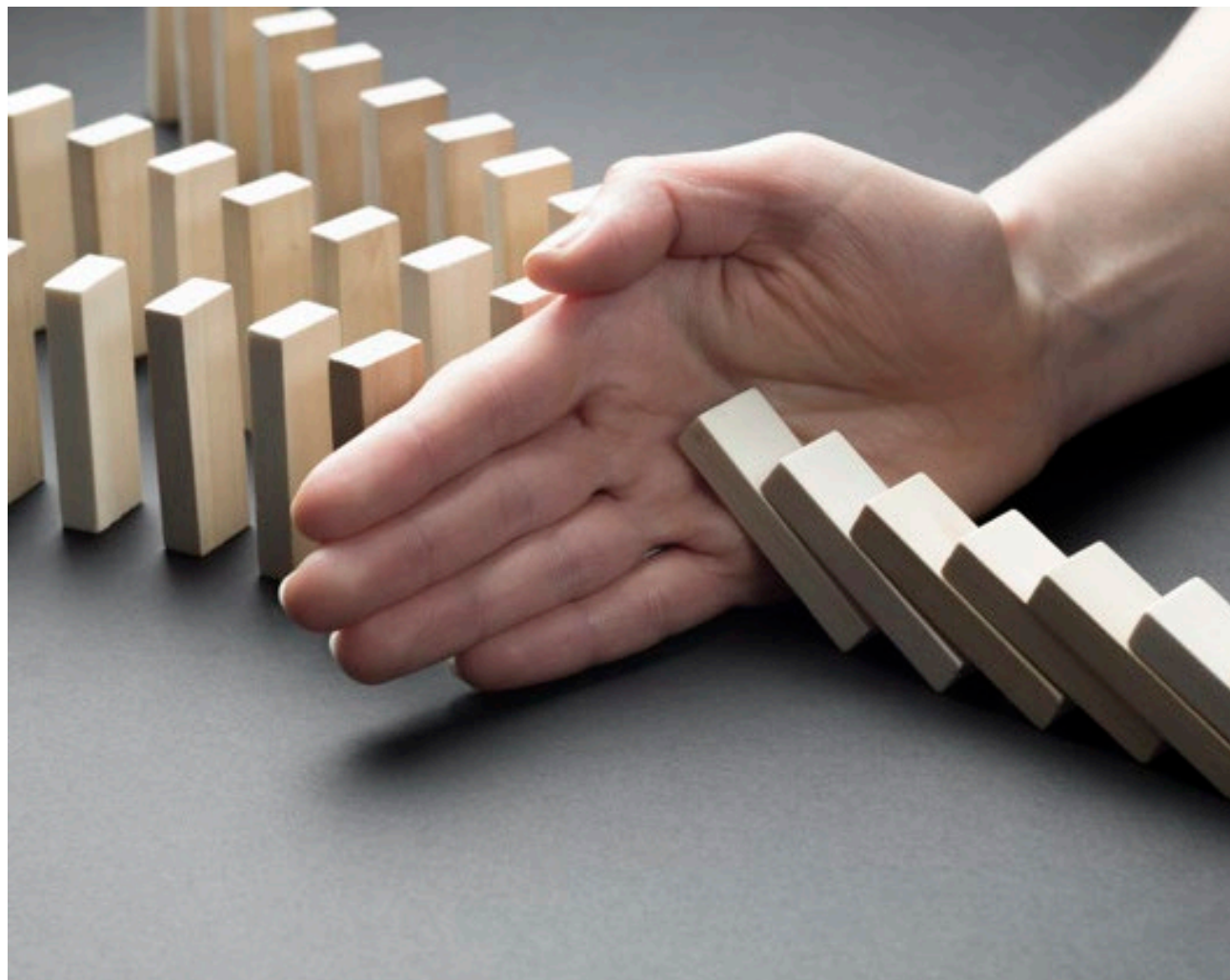
Assosiert med

- Depresjon
- Angstlidelser
- Rusproblemer
- Selvmord
- Psykosomatiske tilstander
- Bekkenbunnsplager
- Seksuelle problemer



Tidlig intervensjon etter voldtekt

Tiltak innen 3 måneder etter
voldtekt som har som hensikt å
forebygge PTSD



To systematiske reviews og meta-analyser:

Oosterbaan et al. 2019

Short et al. 2020

17 publiserte studier om tidlig intervensjon etter voldtekt for å forebygge PTSD og andre psykiske plager

Psykoedukasjon

Videointervensjoner

Lære gode mestringsstrategier

EMDR

Kognitiv atferdsterapi

Medikamentelle intervensjoner

CBT hadde en moderat effekt på PTSD symptomer og depresjon

Vedvarende effekt

Tidlig intervensjon ikke er farlig

Støtte for at det må utvikles effektive tidlige intervensjoner

PE Prolonged exposure therapy

Behandlingsmetode
for PTSD

Lære å forholde seg
til sin egen skade

Bearbeide skaden

Lære å konfrontere
ubehag og frykt
etter skaden

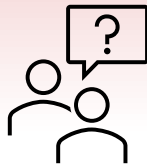
Lære kroppen å
reagere annerledes
gjennom trening



Pusteteknikk



Normale reaksjoner etter traumer



Imaginær eksponering



In vivo eksponering

