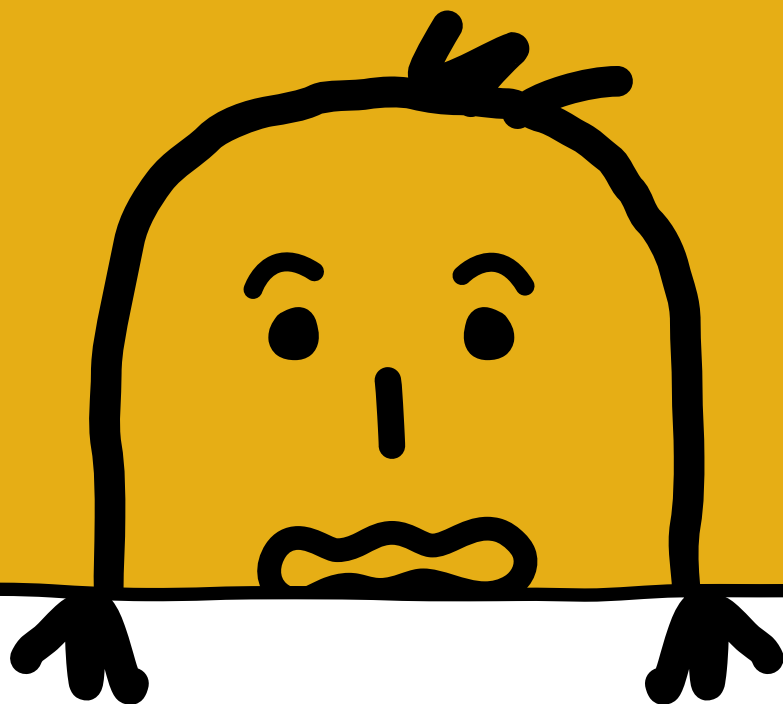


NASCHOLING
VOOR DE HUISARTS
EN DE POH-GGZ



THEMADAG

ANGST EN DWANG

VRIJDAG 28 JUNI 2019
FIGI THEATER IN ZEIST

Accreditatie wordt aangevraagd voor 5 uur (op pagina 4 vindt u de relevante beroepsgroepen waarvoor accreditatie wordt aangevraagd)

U KUNT ZICH AANMELDEN OP WWW.MARKTWO.NL

BESTE HUISARTS EN PRAKTIJKONDERSTEUNER GGZ,

Binnen de huisartsenpraktijk, hebben we vaak te maken met patiënten met angstklachten. Van de verschillende angststoornissen die er zijn, komen paniekstoornissen en de gegeneraliseerde angststoornis het meeste voor, maar soms melden patiënten zich soms ook met andere vormen van angst in de praktijk.

Omdat veel patiënten naast gevoelens van angst ook vaak klagen over pijn, slaapproblemen of een depressie en deze symptomen niet alleen bij angststoornissen voorkomen, is het vaak niet eenvoudig om een goede diagnose te stellen. Toch is het belangrijk om een angststoornis op tijd te (h)erkennen, omdat angst het leven van een patiënt behoorlijk kan beperken.

Ondanks de complexiteit kunnen angststoornissen, met behulp van psychotherapie en/of medicatie in de meeste gevallen bewezen effectief behandeld worden. Daarom organiseren wij op vrijdag 28 juni 2019 een themadag over de behandeling van angst- en dwangklachten in de eerste lijn.

We hopen u te mogen begroeten op vrijdag 28 juni 2019 in Zeist.

Met vriendelijke groet,
Steven Korteling, cursusmanager Mark Two Academy

PROGRAMMA

09.00 uur Registratie, koffie en thee
09.30 uur Welkom en toelichting op het programma

09.40 uur Gegeneraliseerde angststoornis: overbezorgd zijn!

Patiënten met een gegeneraliseerde angststoornis zijn eigenlijk altijd en overal bang. Zij maken zich voortdurend zorgen over hun werk, hun naasten, de financiën, de samenleving, enzovoort. Omdat er een grijs gebied is tussen gerechtvaardigde bezorgdheid en ziekelijk piekeren, wordt een gegeneraliseerde angststoornis bij veel mensen niet als zodanig herkend. In een samenleving waarin alles controleerbaar moet zijn en goed moet gaan, is het immers niet vreemd dat mensen een beetje bang worden wanneer ze de grip verliezen. Toch is het zonde wanneer we het niet in de gaten hebben wanneer iemand hierin doorslaat. Piekeren kost immers veel tijd en energie en brengt vaak andere klachten met zich mee, zoals rusteloosheid, concentratieproblemen, oververmoeidheid, prikkelbaarheid en slaapproblemen. Deze voordracht gaat over het herkennen van een gegeneraliseerde angststoornis en het leren doorbreken van irrationele gedachtenpatronen.

10.30 uur Sociale angststoornis: wat zullen ze wel niet van mij denken!

Bij mensen die lijden aan een sociale angststoornis (ook wel sociale fobie genoemd), is het beeld dat anderen van ons (zouden kunnen) hebben, een bron van angst. De gedachte alleen al aan etentjes, feestjes of presentaties voor een groep mensen, brengt sommige mensen volledig in paniek. Het idee dat anderen slecht over ze denken, of achter hun rug om onaardig over ze praten, geeft ze hartkloppingen of benauwdheidsklachten, waardoor er een vicieuze cirkel ontstaat: de klachten vergroten de angst, waardoor sociale gelegenheden zoveel mogelijk worden vermeden. Hoe ontstaat zo'n sociale angststoornis? Met welke klachten meldt een patiënt zich bij ons in de praktijk? Wanneer spreken we van een ziekte? En wat kunt u doen om iemand met een sociale fobie te helpen?

11.20 uur Pauze

11.40 uur **Angst en depressie**

Angststoornissen en depressies gaan vaak hand in hand. Wanneer iemand lijdt aan zowel een angststoornis als een depressie, zijn klachten meestal ernstiger en moeilijker te behandelen dan wanneer iemand alleen last heeft van een angststoornis. Klachten worden in het eerste geval vaker chronisch, het herstel verloopt langzamer, het risico op terugkeer van de klachten is groter en de patiënt heeft een grotere kans op psychosociale beperkingen en een slechtere kwaliteit van leven. De combinatie van een angststoornis en een depressie leidt bovendien vaker tot een psychiatrische opname of een suïcidepoging. Door de overlap van symptomen kan de aanwezigheid van de ene stoornis de andere maskeren. Het is dus erg belangrijk dat u deze aandoeningen voldoende van elkaar weet te onderscheiden en kernproblemen leert herkennen, zodat een bijpassende behandeling ingezet kan worden.

12.30 uur Lunch

13.20 uur **(Geen) paniek!**

Wanneer iemand last heeft van een paniekaanval, zorgt dat voor een acute situatie die niet alleen veel stress veroorzaakt bij de patiënt, maar ook bij zijn naasten. Ook zorgverleners in de eerste lijn krijgen vaak te maken met de druk die de zorg voor iemand met een paniekaanval met zich meebrengt. Hoe kunnen we als huisarts en POH-GGZ een patiënt met een paniekaanval het beste helpen? Welke therapieën bestaan er die patiënten met paniekaanvallen helpen om zo'n angstige situatie te voorkomen? Welke medicijnen kunnen eventueel worden ingezet? En wanneer is er sprake van een paniekstoornis?

14.10 uur **Angst en dwang**

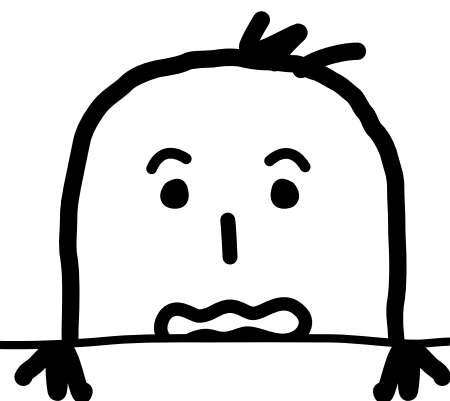
In de meeste gevallen is het ervaren van angst heel normaal en zelfs gezond. Angst stimuleert ons om onszelf te beschermen in bedreigende of gevaarlijke situaties. Sommige mensen zijn echter ook bang zonder dat er een gevaar dreigt; wanneer ze een plein over moeten steken bijvoorbeeld, of iemand een hand moeten geven. Om hun angst de baas te kunnen blijven, voeren ze dwangmatig bepaalde rituelen uit. Dat kan zo ver gaan, dat het hun dagelijks functioneren in de weg staat. Waar komt dit gedrag vandaan? Wat kunt u doen om iemand met onterechte angstgevoelens en de daarbij horende dwanghandelingen te helpen om dit patroon te doorbreken?

15.00 uur Pauze

15.20 uur **Angst na trauma**

Wanneer iemand een schokkende gebeurtenis heeft meegemaakt, kan hij last krijgen van herbelevingen, prikkelbaarheid, angstgevoelens of nachtmerries. Soms treden de klachten meteen op (acute stressstoornis), soms pas na weken, maanden of zelfs jaren (PTSS). De drempel om hiermee aan te kloppen bij de huisarts is hoog. En als zij uiteindelijk naar de huisarts gaan, melden zij het trauma vaak niet als oorzaak van de klachten. Het is daarom van belang dat u een trauma en daaruit voortkomende klachten leert herkennen. En weet welke behandelingen er mogelijk zijn, zowel in de eerste als in de tweede lijn. Hoe effectief is EMDR bijvoorbeeld? En hoe werkt de Memrec behandeling van professor Merel Kindt bij PTSS precies? Welke indicaties zijn er voor deze gespecialiseerde behandelingen?

16.30 uur Einde programma, borrel



ALGEMENE INFORMATIE

Datum

Vrijdag 28 juni 2019

Locatie

FIGI Theater in Zeist

Doelgroep

Huisartsen en Praktijkondersteuners-GGZ

Accreditatie

Wordt aangevraagd voor 5 uur bij:

KNMG (cluster 1) voor huisartsen.

Landelijke Vereniging POH-GGZ

Verpleegkundig Specialisten Register (GGZ)

Kwaliteitsregister V&V (SPV)

Aanmelden

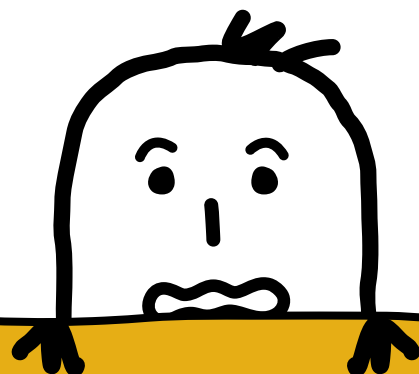
U kunt zich aanmelden via onze website www.marktwo.nl.

Kosten

Cursustarief €215,-

Annuleren

Tot twee weken voor de bijeenkomst kunt u, uitsluitend schriftelijk, annuleren. Wij brengen dan €50,- annuleringskosten in rekening. Daarna bent u het volledige registratiebedrag verschuldigd. U kunt dan nog wel een collega in uw plaats laten deelnemen. Neemt u daarvoor contact op met ons secretariaat.



U KUNT ZICH AANMELDEN OP WWW.MARKTWO.NL