

# Traumabehandeling veteranen

*Een trauma heb je niet alleen*



**Centrum '45 is het landelijk behandel- en expertisecentrum voor mensen met complexe psychotraumaklachten.**

**De gespecialiseerde behandelaars van Centrum '45 helpen veteranen en hun naasten zoveel mogelijk te herstellen van hun trauma's. Voorop staat dat de kwaliteit van hun leven merkbaar verbetert.**

De afgelopen decennia hebben wij vele veteranen met succes behandeld. Daarnaast doen we voortdurend onderzoek en ontwikkelen we steeds nieuwe behandelmethoden om veteranen met trauma's te helpen. We zijn vaak de eersten met het toepassen van nieuwe methoden. Zo hebben we 3MDR ontwikkeld en waren we de eersten die ook de kinderen van veteranen behandelden. Op dit moment onderzoeken we onder andere of en hoe psychedelica kan helpen bij het herstel.

*“Zouden ze mama kunnen omtoveren?  
Dan is het weer zoals eerst...” ~ Kind*

Voor iedere patiënt doen we een voorstel voor een behandeling met daarbinnen vaak meerdere stappen en therapieën. De vraag van de veteraan én van zijn of haar naasten is leidend; zowel bij de beslissing over de inhoud van de behandeling als bij de behandeling zelf. Een trauma heb je niet alleen.

De behandelingen zijn zo kort mogelijk maar duren zo lang als nodig is.

We werken intensief samen met het Landelijk Zorgsysteem Veteranen (LZV) en met andere professionals in diverse ketens. Tijdens de behandeling blijft, in overleg met de veteraan, maatschappelijk werk (van de Basis) in beeld. We werken onafhankelijk van het Ministerie van Defensie.

*“Ik was gewoon moe, op, leeg” ~ Veteraan*

# Soorten behandelingen

1

## Een trauma heb je nooit alleen

We werken vanaf het begin samen met de veteraan en met de mensen om hem/haar heen. Dat zijn bijvoorbeeld de levenspartner, het gezin, de ouders of andere familieleden. Een trauma heb je namelijk nooit alleen. De omgeving kan helpen bij het herstel. Daarnaast kunnen zij erbij gebaat zijn om zelf ondersteuning te ontvangen na missies. Onze kinderpsychologen kunnen zonodig ook de kinderen van de veteranen behandelen.

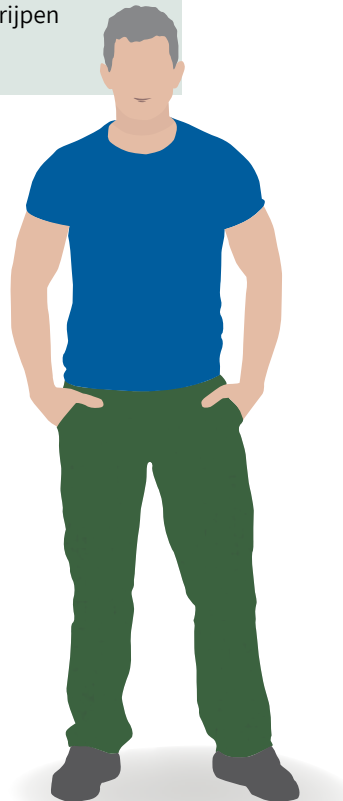
2

## Psycho-educatie

Uitleg aan de veteraan en zijn/haar omgeving: wat is trauma en wat doet het met je? Patiënten leren gedrag te verklaren en leren begrijpen waarom mensen met trauma's doen wat ze doen.

*“Papa ligt heel veel op de bank...  
Ik durf dan niets te vragen” ~ Kind*

*“Ik wist hoe het met mij ging en ik haatte het. Ik zat in een val en ik kon niets meer” ~ Veteraan*



3

## Traumabehandeling

In overleg met de veteraan kiezen we de behandelingen die het beste aansluiten bij de vraag. Bijvoorbeeld:

- Beknopte Eclectische Psychotherapie voor PTSS (BEPP)
- Narratieve Exposure Therapie (NET)
- Imaginaire Exposure, een vorm van Cognitieve Gedragstherapie (CGT)
- Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)
- Multi-modular Motion-assisted Memory Desensitization and Reconsolidation (3MDR). Dit is een driedimensionale actieve vorm van EMDR.
- In de kliniek bieden we Hoog Intensieve Trauma Therapie (HITT) aan. Dit is een multidisciplinaire behandeling van een week.

4

## Behandelingen gericht op kwaliteit van leven

Deze behandelingen helpen de patiënt op diverse manieren. Soms wordt er een deel van het probleem behandeld, zoals boosheid, slapeloosheid of een onjuiste ademhaling. In alle gevallen ondersteunt deze behandeling de traumabehandeling waarvoor is gekozen. Denk bijvoorbeeld aan methodes (apps), waarmee de patiënt (zelf) zijn stressniveau en hartslag kan meten en tussentijds via cijfers kan zien of en in hoeverre de behandeling werkt. Daarnaast is er ook Psychomotorische Therapie (PMT), Beeldende Therapie, e-health, trauma sensitieve yoga, medicatie en imaginatie- en rescripting therapie (IRT) bij hardnekkige nachtmerries.

*“Ik schrok enorm toen ik besepte hóe onveilig ons kind zich voelde” ~ Partner*

## Aangemeld, en dan?

Aanmelding bij Centrum '45 gaat altijd via een verwijzer. Zodra de aanmelding binnen is nemen wij contact op met de veteraan. De eerste afspraak is dan binnen enkele weken op onze vestiging in Oegstgeest. De veteraan wordt gevraagd om een belangrijke naaste persoon mee te nemen naar het gesprek; de partner, een ouder, een familielid of een goede vriend.

Tijdens het eerste gesprek bespreken we de vraag van de veteraan en zijn of haar naaste en gaan we samen op zoek naar de beste manier om zo snel mogelijk te herstellen. Dat kunnen behandelingen zijn voor de veteraan zelf en daarnaast ook gesprekken met of behandeling van de mensen in de naaste omgeving. Rondom de veteraan stellen we altijd een team samen van behandelaren met diverse specialismen, een zogenaamd 'multidisciplinair team'.

Onderdeel van veel behandelingen is het contact met lotgenoten. Veteranen vinden dit over het algemeen zeer waardevol.

*“Ik kan nu weer vooruit kijken.  
Dat kon ik een paar jaar geleden niet” ~ Veteraan*

Intussen onderhouden we in overleg met de veteraan contact met andere betrokkenen, zoals behandelaren en familieleden.

De behandelingen vinden plaats in Oegstgeest. Er zijn individuele- en groepsbehandelingen en behandelingen van een of meerdere uren of dagdelen. Afhankelijk van de benodigde intensiteit van de behandeling is soms opname voor enkele dagen of weken in onze kliniek nodig.

Naast de behandelingen op locatie kunnen de ondersteunende e-health behandelingen vanuit huis worden gedaan.

Verzekeraars vergoeden vaak de reiskosten naar Oegstgeest. Is dit te ver om te bereizen? Dan vergoeden de verzekeraars ook het verblijf in het hotel op 6 minuten loopafstand van Centrum '45.

### Centrum '45 is partner in Arq

Arq Psychotrauma Expert Groep is een groep van instellingen en organisaties die zich bezighoudt met de gevolgen van schokkende gebeurtenissen en het specialisme psychotrauma.

### Centrum '45

Locatie Oegstgeest  
Rijnzichtweg 35  
2342 AX Oegstgeest

### Algemene informatie

T 071 - 519 15 00  
mail@centrum45.nl (niet voor aanmeldingen)  
www.centrum45.nl

### Bureau Aanmelding en Informatie

T 088 - 330 55 11 (bereikbaar ma t/m vr van 09.00 - 12.00 uur)