



# 3MDR als innovatieve behandeling en als onderdeel van onderzoek

## Informatie voor verwijzers

**Multi-modular Motion-assisted Memory Desensitization and Reconsolidation (3MDR) is een innovatieve behandeling voor mensen met een posttraumatische stressstoornis.**

### 3MDR

3MDR is een vorm van psychotherapie die is gebaseerd op een combinatie van virtual reality exposure en bewegingsafhankelijk leren. Het geheel is ingebed in een 'dual task processing' omgeving zoals ook gebruikt wordt bij EMDR. Tijdens de vertoning van zelf gekozen trauma-gerelateerde beelden worden enkele afleidende taken uitgevoerd.

3MDR verschilt van EMDR omdat er visuele, auditieve en fysieke elementen aan de behandeling worden toegevoegd. Zo wordt het imaginaire beeld vervangen door een visueel beeld (levensgrote foto's worden in een 180 graden gezichtsveld getoond) en er wordt zelf gekozen muziek toegevoegd. Ook loopt de patiënt gedurende de sessie op een loopband; in één sessie wordt ongeveer 2,5 km wandelend afgelegd. Eerder onderzoek naar 3MDR bij veteranen met langdurige PTSS-klachten laat veelbelovende resultaten zien.

ARQ Centrum'45 is hét landelijk centrum voor specialistische diagnostiek en behandeling van mensen met complexe psychotraumaklachten.

### Onderzoek Walk & Talk: 3MDR bij hulpverleners

Daarnaast loopt er een onderzoek, een randomized controlled trial (RCT), waarbij wordt gekeken naar de klinische- en kosteneffectiviteit van 3MDR bij mensen die een beroepsgerelateerde PTSS hebben. Hierbij wordt de 3MDR behandeling als eerste interventie ingezet bij patiënten die nog niet eerder een traumagerichte therapie hebben ontvangen.

Er worden twee groepen met elkaar vergeleken.

- De interventiegroep ontvangt de 3MDR behandeling, bestaande uit een voorbereidende sessie, zes exposure sessies en drie sessies traumagerichte psychotherapie.
- De controlegroep ontvangt 16 sessies traumagerichte therapie, die kan bestaan uit een EMDR, NET, BEPP of CGT behandeling.

Na afronding van de behandeling worden er twee metingen gedaan, één na drie en één na zes maanden.

Voor patiënten uit de controlegroep die onvoldoende zijn geholpen is er de mogelijkheid om de 3MDR behandeling na de laatste meting alsnog te volgen.

In beide groepen worden PTSS-klachten en verwante domeinen, cognitieve en gedragsmatige vermijding en neuropsychologisch functioneren in kaart gebracht. Verder wordt tijdens 3MDR de hartslag gemeten.

#### Bezoekadres

Locatie Diemen

Nienoord 5

1112 XE Diemen

Receptie: 020 - 840 76 40

Locatie Oegstgeest

Rijnzichtweg 35

2342 AX Oegstgeest

Receptie: 071 - 519 15 00

Bureau Aanmelding en Informatie

088 - 330 55 11





### **Meer informatie en aanmelden**

U kunt patiënten aanmelden via zorgdomein of via de verwijfsformulieren op [www.arqcentrum45.org](http://www.arqcentrum45.org). Bij aanmelding is altijd een verwijfsbrief van de huisarts nodig.