

Dwang Obsessieve Compulsieve stoornis

Dwanggedachten (obsessies) zijn steeds terugkerende gedachten. Ze dringen zich voortdurend aan je op met een beangstigende of beschamende inhoud. Dwanghandelingen (compulsies) zijn steeds terugkerende handelingen. Je moet ze uitvoeren, vaak in reactie op dwanggedachten.

Waar heb je last van?

Je denkt vaak aan nare dingen waaraan je niet wilt denken. Of je doet dingen die je niet wilt doen. Je hebt bijvoorbeeld gedachten over ongelukken, die jezelf of een familielid zouden kunnen overkomen. Of je hebt gedachten over rampen die door jouw toedoen of nalatigheid kunnen gebeuren. Of je denkt voortdurend dat je besmet raakt met vuil of ziektekiemen. Of dat je verschrikkelijke dingen gaat doen, seksueel of agressief gekleurd.

Dwanghandelingen kunnen uiterlijk zichtbare handelingen zijn: wassen, controleren, opruimen, ordenen. Het kunnen ook gedachten zijn: tellen, goede dingen moeten denken en woorden in gedachten moeten herhalen. Het uitvoeren van de dwanghandeling geeft je kortdurend opluchting, maar daarna komt de onrust opnieuw. Vaak heb je wel een zeker besef dat het opnieuw uitvoeren van de dwanghandelingen niet veel zin heeft. De onrust is echter te sterk.

Innerlijk verzet tegen de dwanggedachten en dwanghandelingen blijft zonder resultaat. Dit kan er toe leiden, dat je dwanggedachten en dwanghandelingen vele uren per dag in beslag nemen en erg kwellend zijn. We noemen het dan een obsessieve-compulsieve stoornis (OCS).

Waaruit bestaat een behandeling?

Bij dwanghandelingen en dwanggedachten die per dag veel tijd in beslag nemen, is het zinvol tijdig professionele hulp te zoeken. Laat de klachten niet jaren bestaan. Met behandeling is het vaak mogelijk de klachten te verhelpen of aanzienlijk te verminderen. Professionele hulpverleners zoeken uit welke factoren een rol spelen bij het ontstaan van de problemen. Hoe ernstig zijn de klachten en of er nog bijkomende problemen zijn. Veel dwangklachten worden voor de omgeving verborgen gehouden, ook voor de ouders. Over het algemeen kan volstaan worden met gesprekken over de dwangklachten met de ouders en het kind. Zelden is bloedonderzoek of ander lichamelijk onderzoek nodig.

Een behandeling bestaat in eerste instantie uit uitleg over de problemen en voorlichting over de beste omgang met dwanggedachten en dwanghandelingen. Dit laatste kan meer uitgewerkt worden in een gedragstherapie. Daarnaast wordt besproken in hoeverre medicijnen nodig zijn. Zoals gezegd is het vaak mogelijk de klachten te verhelpen of aanzienlijk te verminderen. Maar de behandeling verloopt niet altijd eenvoudig en snel. Dwang kan een hardnekkige aandoening zijn.

Bron: [Accare](#), landelijk kenniscentrum kinder- en jeugdpsychiatrie.