

Kartlegging ved utmattelsestilstander

Tormod Landmark

Psykologspesialist, phd

Nasjonalt Kompetansesenter for sammensatte symptomlidelser
(NKSL) St Olavs Hospital

Psykologisk kartlegging:

- Anamnese
- Observasjoner i samtalen
- Semistrukturert intervju
- Strukturert intervju
- Spørreskjema
- Testing

Anamnese

Alltid en del av den tverrfaglige vurderingen

- Gjennomgang av historie, bakgrunn, livssituasjon,
- Relasjoner og hvordan kontakten med de nærmeste beskrives.
- Er det spesielle belastninger, livshendelser, forhold ved utviklingen?
- Skole/ arbeid/ stønad (trivsel, prestasjoner, tilrettelegging, innflytelse, varighet av stønad og hva som er prøvd).

Observasjoner:

Observasjoner:

- Fremtoning (våken, syk, trettbar)
«Men du ser jo så frisk ut»
- Kontakt i samtalen (blikk, svarer på spørsmål, samlet, orientert)
- Fremstilling (konsistent og sammenhengende eller kaotisk og springende, med eller uten innsikt?)
- Grad av emosjonell aktivering (stemningsleie, engstelighet, sinne, adekvate emosjonelle responser på aktuelle tema?)

Semistrukturert intervju

Spørsmålene tilpasses den enkelte, men kan for eksempel ligne på dette:

Start / utvikling av utmattelsen:

- Kan du fortelle litt om utmattelsen som du er henvist for?
- Når startet det?
- Var det spesielle ting som skjedde i livet ditt på det tidspunktet?
- Hadde du vært syk på forhånd?
- Hadde du vært mye sliten i lang tid på forhånd?
- Har den endret seg?

Semistrukturert intervju

Utmattelse / funksjon

- Hvordan ser en vanlig dag ut for deg?
- Hva er det mest anstrengende du gjør?
- Hva merker du på kroppen og hodet ditt da?
- Hvor lenge varer symptomene etterpå?
- Er det stor forskjell på «gode» og «dårlige» dager?
- Hender det at du føler deg helt «OK»?
- Hvor lenge kan det vare?

Semistrukturert intervju

Søvn lengde, døgnrytme og «effekt av søvn»

Når legger du deg for natten?

Hvor lang tid tar det fra du skrur av lyset/ telefonen, til du sovner?

Når våkner du?

Våkner du i løpet av natten?

Hvis ja; Hvor ofte?

Når du våkner, tar det da lang tid før du sovner igjen?

Når står du opp?

Hvordan føler du deg da?

Sover du i løpet av dagen?

Når, hvor lenge?

Hvordan føler du deg etter å ha sovet på dagen?

Strukturert intervju

Spørsmålenes form og rekkefølge og svaralternativene er fastlagt på forhånd.

Brukes for å kartlegge / diagnostisere psykiske lidelser

OBS: Kompetansekrav

- Mini International Neuropsychiatric Interview (MINI, MINI screen, MINI pluss)
- Structured Clinical Interview for DSM-5 (SCID-5, SCID-5-PF)

- 8 • For spesifikke lidelser (for eksempel DIVA 2, AUDIT etc)

Testing

Nevropsykologisk testing

Polysomnografi /MSLT

Ved mistanke om andre organiske / hjerneorganiske tilstander.

Ikke hensiktsmessig ved mistanke om CFS/ME, FMS eller psykiske lidelser.