

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) – *add on* module

Wat is EMDR en voor wie?

EMDR kan geschikt zijn wanneer u last heeft van posttraumatische stressklachten welke een belemmering vormen voor uw behandeling bij het NPI. Herinneringen aan een schokkende gebeurtenis kunnen zich blijven opdringen, bijvoorbeeld in de vorm van angstwekkende beelden (herbelevingen, flashbacks) en nachtmerries. Andere klachten die vaak voorkomen zijn voortdurende alertheid en schrik- en vermijdingsreacties. EMDR wordt ingezet voor de behandeling van klachten die zijn ontstaan als direct gevolg van een concrete, akelige gebeurtenis, waarbij het denken aan deze gebeurtenissen nog steeds een emotionele reactie oproept. Het doel van deze kortdurende module is het verminderen van de levendigheid van de traumatische herinneringen, waardoor zij geen belemmering meer vormen voor uw behandeling van persoonlijkheidsproblematiek binnen het NPI.

Behandeling

De *add on* module EMDR is een kortdurende aanvulling op uw lopende behandeling bij het NPI en bestaat uit maximaal 8 sessies. In een indicatiegesprek wordt aandacht besteed aan de inventarisatie van de traumatische gebeurtenis(sen), inschatting van uw persoonlijke draagkracht en draaglast en uitleg over EMDR. Er wordt gekeken of EMDR geïndiceerd is en of een kortdurend traject haalbaar is. De behandelingsessies bestaan uit het oproepen van het traumatisch beeld waarbij u gelijktijdig wordt afgeleid middels het volgen van een (hand)beweging met de ogen. EMDR brengt doorgaans een stroom van gedachten en beelden op gang, maar soms ook gevoelens en lichamelijke sensaties. Na verloop van tijd verliest de herinnering haar kracht en emotionele lading en vindt er verwerking plaats. De behandelingsessie wordt afgerond met een oefening om weer rustig af te sluiten.

Bewezen effectief

De effectiviteit van EMDR is wetenschappelijk bewezen. De multidisciplinaire richtlijn voor angststoornissen onderschrijft EMDR als een eerste keus behandeling voor posttraumatische stressklachten.

Publicaties

Cusack, K., Jonas, D. E., Forneris, C. A., Wines, C., Sonis, J., Middleton, J. C., ... & Weil, A. (2016). Psychological treatments for adults with posttraumatic stress disorder: A systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, 43, 128–141. [Link naar het artikel.](#)

Kosten

Bent u in Nederland verzekerd, dan wordt uw behandeling bij het NPI vergoed via de Zorgverzekeringswet. Het NPI is een specialistische GGZ-instelling, wat inhoudt dat de behandelingen onderdeel zijn van de basisverzekering en vergoed worden door de zorgverzekeraars. Wel geldt bij behandeling in de specialistische GGZ het eigen risico. In uw polisvoorwaarden staat precies beschreven voor welke vergoeding u in aanmerking komt. In sommige gevallen kan uw verzekeraar melden dat er geen contract is met het NPI. Het NPI is echter onderdeel van Arkin en er is een contract met Arkin. De zorg van het NPI wordt via dit contract vergoed.

Contact

U kunt zich met een door de huisarts of medisch specialist ondertekende verwijfsbrief aanmelden voor een intake bij het NPI. Meer informatie daarover is te vinden op onze website www.npispecialist.nl. Indien u al bij een ander merk van Arkin in behandeling bent kan uw behandelaar u aanmelden voor een intake.

Heeft u verdere vragen dan kunt u terecht bij ons wekelijks telefonisch spreekuur op woensdag van 12.00 tot 13.00 uur. Het spreekuur voor verwijzers vindt dagelijks plaats van 13.00 tot 14.00. Beide spreekuren zijn bereikbaar via het algemene nummer van het NPI 020-5904700.