

WEBVTT

X-TIMESTAMP-MAP=MPEGTS:132000,LOCAL:00:00:00.000

00:05.860 --> 00:08.960

Hej, jag heter Sophie Steijer.

00:09.600 --> 00:15.289

Jag är specialistläkare i psykiatri
och legitimerad psykoterapeut.

00:16.620 --> 00:21.680

Idag pratar jag om emotionellt instabilt
personlighetssyndrom

00:21.969 --> 00:25.360

som också kallas
borderline personlighetssyndrom.

00:26.569 --> 00:29.170

Det är unga människor som drabbas.

00:29.430 --> 00:32.759

Det är viktigt
att vi engagerar oss i denna patientgrupp

00:32.990 --> 00:35.000

och hjälper till så gott vi kan.

00:36.099 --> 00:38.689

Föreläsningen är indelad i tre delar.

00:39.430 --> 00:45.195

Del ett: Hur känner du igen en individ
med emotionellt instabilt

00:45.279 --> 00:47.279

personlighetssyndrom?

00:47.599 --> 00:52.380

Del två: Vad kan man göra som anhörig?

00:53.569 --> 00:58.770

Del tre: De behandlingar
som finns att tillgå idag.

01:01.119 --> 01:04.900

Jag kommer omväxlande säga borderline
personlighetssyndrom

01:05.220 --> 01:09.000

eller emotionellt
instabilt personlighetssyndrom.

01:09.430 --> 01:12.830

Båda diagnoser används.

01:15.389 --> 01:19.669
En individ med emotionellt
instabilt personlighetssyndrom

01:20.949 --> 01:25.040
har återkommande svårigheter
inom tre områden.

01:26.879 --> 01:30.629
Första området är känslolivet.

01:31.160 --> 01:34.610
Nästa område är nära relationer.

01:35.099 --> 01:37.750
Tredje området är beteendet.

01:43.940 --> 01:48.129
Många individer med emotionellt
instabilt personlighetssyndrom

01:48.790 --> 01:53.980
är styrda av starka känslor
som de har svårt att kontrollera.

01:54.930 --> 02:00.155
Flertalet har kraftiga humörsvängningar
där humöret svänger upp

02:00.239 --> 02:02.589
och ner under en och samma dag.

02:03.720 --> 02:08.360
Flertalet har långvarig ångest
och depressiva besvär

02:09.240 --> 02:11.785
som de har svårt att få bukt med.

02:11.869 --> 02:15.580
Även kronisk tomhets känsla.

02:17.729 --> 02:21.699
När det gäller nära relationer
har flertalet individer svårigheter.

02:23.259 --> 02:27.595
I kärleksrelationer kan förhållandet
vara ganska intensivt

02:27.679 --> 02:31.535
och passionerat i början,

men bråk och plågsamma konflikter

02:31.619 --> 02:36.046
återkommer som en individ
med borderline personlighetssyndrom

02:36.130 --> 02:38.130
som har svårt att lösa.

02:39.550 --> 02:44.546
Individer kan till exempel
byta partner slumpmässigt, tröttna

02:44.630 --> 02:46.475
och gå vidare till nästa.

02:46.559 --> 02:49.490
Samma mönster ses i yrkeslivet.

02:50.800 --> 02:56.160
Ett annat exempel är att individer
med borderline personlighetssyndrom

02:56.320 --> 02:58.320
kan ha ett svartvitt tänkande.

03:04.139 --> 03:07.279
Många har svårigheter
att kontrollera sitt beteende.

03:09.020 --> 03:12.175
Individen kan vara impulsiv.

03:12.259 --> 03:16.360
Den kan till exempel
säga upp en fast anställning,

03:17.860 --> 03:21.750
säga upp sin bostad
och flytta till en annan stad impulsivt.

03:24.029 --> 03:27.369
Många, men inte alla, skadar sig själva.

03:28.279 --> 03:31.960
De skadar sin egen kropp
med till exempel vassa föremål.

03:33.210 --> 03:39.490
De har problem med alkohol och droger.

03:40.529 --> 03:47.240
Även överkonsumtion av tabletter
förekommer och flera

03:47.520 --> 03:49.520
tar livet av sig.

03:51.839 --> 03:56.716
Vad kan det bero på att man utvecklar
emotionellt instabilt

03:56.800 --> 03:58.800
personlighetssyndrom?

03:58.940 --> 04:04.005
Forskningen visar att individen
lider av osäkerhet

04:04.089 --> 04:06.559
kring självbild och identitet.

04:08.600 --> 04:11.386
Individen har en diffus känsla
om vem man är

04:11.470 --> 04:13.470
och vad man vill uppnå i livet.

04:14.130 --> 04:18.965
Orsaken enligt forskare
antas bero på en kombination

04:19.049 --> 04:22.450
av en miljö
med otrygga uppväxtförhållanden

04:24.760 --> 04:30.075
och en stor sårbarhet
och känslighet hos individen

04:30.160 --> 04:35.160
som utvecklar
borderline personlighetssyndrom.

04:40.390 --> 04:44.640
Hur märker man att man har emotionellt
instabilt personlighetssyndrom?

04:45.850 --> 04:49.839
En sak som är väldigt viktig
att komma ihåg och att känna till

04:51.609 --> 04:55.029
är att forskningen visar
att individen

04:56.850 --> 05:03.225

oftast inte har någon aning
om att den har borderline

05:03.309 --> 05:05.309
personlighetssyndrom.

05:05.910 --> 05:09.799
Individen är inte medveten
och saknar självinsikt.

05:12.359 --> 05:14.525
Det är sällan
en person söker till sjukvården

05:14.609 --> 05:17.085
och säger att den tror
att den har emotionellt instabilt

05:17.170 --> 05:19.170
personlighetssyndrom.

05:22.619 --> 05:28.109
Därför är det nödvändigt
med en noggrann

05:28.690 --> 05:32.250
psykiatrisk utredning
för att kartlägga detta.

05:33.190 --> 05:36.750
Sjukvården behöver definitivt resurser.

05:40.450 --> 05:43.815
Vad kan man göra som anhörig
eller närstående

05:43.899 --> 05:47.790
till en individ med emotionellt instabilt
personlighetssyndrom?

05:50.029 --> 05:51.865
Man kan försöka känna igen

05:51.950 --> 05:58.085
de tecken som jag berättade

05:58.170 --> 06:03.950
om tidigare och tillsammans
söka hjälp inom sjukvården.

06:05.470 --> 06:10.135
Man brukar börja på vårdcentralen
och be sin husläkare

06:10.220 --> 06:15.329
skriva en remiss
till närmaste psykiatriska mottagning.

06:16.619 --> 06:20.100
Man rekommenderar
att remissen är detaljerad

06:20.859 --> 06:22.859
kring problematiken.

06:24.929 --> 06:28.245
En annan fråga är om det finns olika
allvarlighetsgrader

06:28.329 --> 06:31.190
av emotionellt instabilt
personlighetssyndrom.

06:32.350 --> 06:33.515
Det gör det.

06:33.600 --> 06:38.135
Den senaste forskningen visar
att individer med emotionellt instabilt

06:38.220 --> 06:42.160
personlighetssyndrom
har olika funktionsnivåer.

06:42.829 --> 06:44.829
De fungerar olika.

06:45.070 --> 06:48.959
Personlighetssyndrom kan indelas
i tre allvarlighetsgrader.

06:51.380 --> 06:57.359
Medelsvårt, svårt
och mycket svårt personlighetssyndrom.

06:58.200 --> 07:03.869
Den indelningen görs i CD11,
som är Världshälsoorganisationens

07:04.440 --> 07:09.269
senaste version
av klassifikation av sjukdomar.

07:14.880 --> 07:18.179
Några individer fungerar ganska bra,
det vill säga

07:18.910 --> 07:24.220

de har kanske ett heltidsarbete,
ingen partner, några vänner.

07:25.140 --> 07:30.160

En del har ett deltidarbete, en partner
och kanske barn.

07:31.019 --> 07:34.649

De kan sägas ha
ett medelsvårt personlighetssyndrom.

07:39.510 --> 07:41.195

Andra fungerar mycket dåligt.

07:41.279 --> 07:44.925

De har inget arbete,
är sjukskrivna sedan många år

07:45.010 --> 07:47.049

och har ingen partner.

07:48.149 --> 07:50.015

De har kanske någon vän.

07:50.100 --> 07:54.970

De är ofta inlagda
på våra psykiatriska kliniker.

07:55.890 --> 07:59.440

De har oftast kontakt
med öppenvårdspsykiatrin.

08:02.290 --> 08:07.085

De har det vi kallar
för ett mycket svårt emotionellt instabilt

08:07.170 --> 08:09.170

personlighetssyndrom.

08:10.480 --> 08:16.720

Som ni märker så har alla samma diagnos
men

08:18.299 --> 08:20.690

olika allvarlighetsgrader.

08:22.670 --> 08:23.775

Finns det behandlingar?

08:23.859 --> 08:25.985

Absolut, det gör det.

08:26.070 --> 08:29.929

Det finns därför hopp för individer

med emotionellt instabilt

08:30.500 --> 08:34.440
personlighetssyndrom
att bli friska och få diagnosen avskriven

08:35.200 --> 08:37.549
om man erbjuds rätt behandling.

08:39.679 --> 08:44.450
Beroende på allvarlighetsgrad kommer man
att erbjudas olika behandlingar.

08:46.229 --> 08:50.099
Idag är de behandlingarna
som erbjuds tidsbegränsade

08:50.570 --> 08:52.376
och de ges i grupp.

08:52.460 --> 08:58.705
Det betyder att individer med emotionellt
instabilt personlighetssyndrom erbjuds

08:58.789 --> 09:01.986
att komma till mottagningen
en gång i veckan

09:02.070 --> 09:05.849
och träffa andra individer
med samma diagnos.

09:07.849 --> 09:13.366
Exempel på sådana behandlingar
heter ERGT, emotion

09:13.450 --> 09:15.450
regulation group therapy.

09:16.659 --> 09:21.820
Unified protocol är en annan behandling
som är tidsbegränsad till några veckor.

09:23.109 --> 09:26.919
Ytterligare behandling
heter dialektisk beteendeterapi,

09:27.429 --> 09:29.479
förkortas DBT.

09:32.450 --> 09:36.520
En annan behandling
heter mentaliseringsbaserad terapi.

09:37.330 --> 09:39.330
Den förkortas MBT.

09:39.450 --> 09:45.390
Dessa två sista behandlingar
är tidsbegränsade upp till 18 månader

09:45.750 --> 09:49.539
och de ges både i grupp och individuellt.

09:49.979 --> 09:55.510
Det betyder att patienten kommer
till mottagningen två gånger i veckan.

09:55.969 --> 09:59.015
Dels för gruppbehandling,
dels för att träffa

09:59.099 --> 10:01.099
sin individuella terapeut.

10:05.539 --> 10:09.726
Forskningen har visat
att psykoterapeutiska gruppbehandlingar

10:09.809 --> 10:11.809
ger bäst resultat.

10:12.619 --> 10:16.020
Det är absolut klart
att medicin kan användas,

10:17.429 --> 10:21.510
till exempel vid behandling
av ångest, depression och sömnproblem.

10:24.520 --> 10:31.010
Det går att reparera trasiga relationer
i psykoterapi och det är väldigt roligt.

10:33.140 --> 10:35.140
Finns det föreningar?

10:36.150 --> 10:42.395
Jag vill tipsa om föreningen Shedo
som är aktiv

10:42.479 --> 10:44.739
och har fantastiska medlemmar.

10:46.119 --> 10:48.046
Man kan ta kontakt med dem
om man misstänker

10:48.130 --> 10:51.679
att man har emotionellt instabilt
personlighetssyndrom.

10:53.369 --> 10:55.106
Ni kan också ta kontakt med mig.

10:55.190 --> 10:57.440
Ni kommer att kunna se min mejladress.

10:57.599 --> 11:02.400
Jag har även skrivit en bok i ämnet
som ni kan läsa om ni vill.

11:03.640 --> 11:05.640
Kunskap behövs.

11:05.979 --> 11:09.450
För de som drabbas,
deras anhöriga, närstående

11:09.940 --> 11:15.109
samt för omgivningen som till exempel
skola, arbetsplatser, sjukvården

11:16.159 --> 11:18.190
samt inom olika myndigheter.

11:20.030 --> 11:22.906
Så att de lär sig känna igen
och bemöta individer

11:22.989 --> 11:27.650
med emotionellt instabilt
personlighetssyndrom. Tack ska ni ha.