

Obsessief-compulsieve stoornissen ('dwangneurose')

Kenmerken

Veel mensen hebben dwanggedachten of -handelingen, bijvoorbeeld bij het weggrijden je afvragen of het gas nog aanstaat. Bij een obsessief-compulsieve stoornis (OCS) blijven die gedachten en handelingen terugkomen. Ze leveren veel spanning op en nemen meer dan een uur per dag in beslag of geven ernstige problemen in het dagelijks leven. In de volksmond wordt de stoornis ook wel 'dwangneurose' genoemd. Een voorbeeld van een obsessief-compulsieve stoornis is smetvrees, waarbij iemand vaak zijn of haar handen wast of een deurknop niet met blote handen wil aanraken. Dwanghandelingen zijn zich steeds herhalend gedrag (bijvoorbeeld handen wassen, opruimen) om een bepaalde gevreesde gebeurtenis (bijvoorbeeld besmetting) te voorkomen of de kans daarop te verminderen. Iemand voelt zich vaak gedwongen om die handelingen te verrichten in reactie op dwanggedachten. Dat zijn steeds terugkerende en aanhoudende gedachten ('ik word ziek van bacteriën'), impulsen, beelden of ideeën, die als misplaatst of opgedrongen worden ervaren, maar wel als een product van de eigen geest.

Hoe vaak komt het voor?

Naar schatting heeft ongeveer 1 procent van de mensen ooit een dwangneurose gehad.

Herkennen van dwangneurose

Dwanghandelingen die zich niet in het gesprek voordoen en dwanggedachten zijn moeilijk te ontdekken. Een dwangneurose wordt dan ook vaak over het hoofd gezien of onvoldoende erkend. Na doorvragen kun je erachter komen dat iemand erg veel tijd kwijt is met de dwanghandelingen. Voorbeelden van zulke handelingen zijn:

- steeds handen wassen na iets te hebben aangeraakt
- bij binnenkomst in huis de lampen 10 maal aan/uit moeten doen
- onafgebroken het huis schoonboenen.

Omgaan met bewoners met dwangneurose

Het heeft geen zin om de dwanghandelingen of -gedachten weg te redeneren. Ze hebben namelijk de functie om angst en spanning bij iemand te verminderen. Dwangneurose kan alleen door therapie behandeld worden.