

**KANTONSSPITAL
WINTERTHUR**

Brauerstrasse 15
Casella postale
8401 Winterthur
Tel. 052 266 21 21
info@ksw.ch
www.ksw.ch

I nostri partner per il primo contatto:

**Integrierte Psychiatrie Winterthur –
Zürcher Unterland
Psychiatrische Poliklinik
(Psichiatria integrata Winterthur –
Unterland di Zurigo
Policlinico psichiatrico)**

Haldenstrasse 63
Casella postale 144
8408 Winterthur

Tel. 052 266 28 84
Fax 052 266 45 13
psychpol@ipw.zh.ch

*Klinik für
Orthopädie und
Traumatologie
(Clinica
ortopedica e
traumatologica)*

DISTURBO DA STRESS POST- TRAUMATICO (PTBS)

La lesione invisibile



Disturbo da stress post-traumatico (PTBS) – informazioni per le pazienti e i pazienti

Il PTBS e i suoi sintomi

L'esperienza di gravi incidenti, violenze, disastri naturali, catastrofi tecniche, guerre o torture è estremamente pesante. Queste esperienze vengono definite traumi. Spesso provocano reazioni emotive intense a breve termine, come ad es. paura, senso di impotenza o di orrore. Le lesioni fisiche successive ai traumi sono ben visibili. Queste esperienze possono però anche essere uno shock emotivo che porta a una lesione psichica non riconoscibile dall'esterno. Una conseguenza frequente di un trauma è il disturbo da stress post-traumatico.

I sintomi tipici sono:

- ricordi ricorrenti del trauma
- tentativi di dimenticare tutto e di evitare ciò che è correlato con il vissuto
- tensione e nervosismo
- sentimenti sordi ed estranei
- ansia, insonnia o spavento

Nel breve termine questi sintomi da stress si manifestano spesso. Spesso, tale stato di cose cambia rapidamente e di solito si risolve dopo qualche giorno o settimana. Tuttavia, la persistenza di tali sintomi o un loro aggravamento possono essere il segno dello sviluppo di un disturbo da stress post-traumatico.

Frequenza

- Nella propria vita, oltre la metà delle persone vive almeno un evento traumatico.
- Di queste, il 10% sviluppa un PTBS.
- Nelle donne, il disturbo si manifesta in misura doppia rispetto agli uomini.
- Spesso con un PTBS insorgono altri problemi come ad es. depressione, disturbi d'ansia, disturbi psicosomatici, abuso di farmaci, alcol o droghe.

Il decorso del disturbo

Il decorso della malattia è molto individuale. Se il PTBS viene individuato per tempo e i soggetti colpiti ricevono un sostegno professionale da parte di professionisti qualificati, la prognosi è favorevole. Tuttavia, poiché i soggetti affetti da PTBS evitano spesso tutto ciò che ha a che fare con il trauma, molti di loro non parlano con il loro medico dei problemi. Quindi, accade spesso che i casi di PTBS non vengano trattati per anni e diventino cronici.

Il trattamento

Il PTBS deve essere trattato da psichiatre o psichiatri specializzati, psicologhe, psicologi, psicoterapeute o psicoterapeuti. A seconda del soggetto e della gravità della malattia, vengono utilizzati elementi terapeutici di vario tipo in base alle necessità della persona colpita:

Psicoterapia

Nell'ambito di un rapporto terapeutico di fiducia, la paziente o il paziente viene istruita/o a confrontarsi con l'esperienza traumatica attraverso le cosiddette procedure di esposizione e a rivivere le emozioni spiacevoli che ne derivano. Questo tipo di approccio riduce i sintomi del PTBS.

Farmaci

A seconda del tipo di problema, gli antidepressivi possono essere utili per alleviare i sintomi spesso molto pesanti (ansia, disturbi del sonno, riacutizzazione del trauma, nervosismo).

Altri elementi del trattamento

A seconda della persona, può essere utile anche la fisioterapia, l'ergoterapia o il supporto dell'assistenza sociale. Nel trattamento, è importante coinvolgere anche i familiari

Ha dei figli?

Spesso si sottovalutano le sofferenze di figli e figlie causate da un incidente o una malattia di un genitore. Cercano di nascondere le loro paure davanti ai genitori per non creare disagi.

È importante che anche loro abbiano la possibilità di parlare delle proprie preoccupazioni e ricevere sostegno.

Contatti

Se dopo l'uscita dall'ospedale dovesse percepire fastidiosi sintomi da stress e desiderasse una consulenza psichiatrica o psicologica, potrà contattare il Policlinico psichiatrico della Psichiatria Integrata Winterthur (ipw) (vedere il retro).

Per bambini e adolescenti

Ufficio Psicotraumatologia, Centro Pediatrico Sociale SPZ dell'Ospedale Cantonale di Winterthur, tel. 052 266 37 13.