

Dit zijn 7 grote misverstanden over PTSS

SWIPE →

 traumanet

1

'Trauma is hetzelfde als PTSS.'

PTSS staat voor posttraumatische stressstoornis en verwijst naar een psychische aandoening die kan ontstaan na het meemaken of getuige zijn van één of meerdere traumatische gebeurtenissen.

PTSS kun je zien als een uiting van trauma.



②

'PTSS treft alleen veteranen.'

Hoewel veteranen een risicogroep vormen, kan PTSS iedereen treffen die een traumatische gebeurtenis heeft meegemaakt of hiervan getuige is geweest. Zoals geweldsmisdrijven, misbruik, ongelukken, natuurrampen of ernstige ziekten.



③

'Een traumatische gebeurtenis leidt altijd tot PTSS.'

Geschat wordt dat zo'n 80% van de
volwassenen ooit een potentieel
traumatische gebeurtenis meemaakt.
Hiervan ontwikkelt zo'n 9% PTSS. Veruit
de meesten dus niet.

Dit zegt overigens niks over de impact
van de gebeurtenis, de gevolgen kunnen
heel divers zijn.



④

'PTSS ontstaat direct na een traumatische gebeurtenis.'

PTSS-symptomen kunnen direct na het meemaken van een traumatische gebeurtenis ontstaan, maar dit hoeft niet.

Het is ook mogelijk dat ze pas maanden of zelfs jaren later verschijnen. Dit wordt ook wel 'PTSS met uitgestelde expressie' genoemd.



5

'PTSS gaat nooit meer over.'

PTSS is een ernstige psychische aandoening die grote impact heeft op het dagelijks leven. **Herstellen van PTSS is vaak een langdurig proces, maar het kan zeker wél.**

Er zijn goede behandelingen waarmee klachten sterk kunnen worden verminderd, en soms zelfs helemaal verdwijnen.



6

'Alle mensen met PTSS hebben nachtmerries.'

Nachtmerries zijn een kenmerkend symptoom van PTSS, maar dit betekent niet dat iedereen met PTSS ook nachtmerries heeft.

De klachten waar iemand met PTSS last van heeft, verschillen per persoon.



7

***'PTSS is hetzelfde als
complexe PTSS.'***

Dit is niet het geval. **Complexe PTSS ontstaat als gevolg van meerdere en herhaalde traumatische ervaringen, vaak al in de kindertijd.**

De impact hiervan leidt tot 'complexere' klachten, waaronder dissociatie en problemen op het gebied van emoties, zelfbeeld en identiteit.



Wil je meer leren over PTSS, traumaklachten en herstel?

Breng dan een bezoek aan ons
platform of volg **@traumanet**

