



nyt

Nr. 1 - 2014

18. årgang

Ekspert er uenige om lykkepillers virkning

"Fup og fakta omkring psykofarmaka"



Psykiatri på afveje
Vi ville være langt bedre stillet, hvis alle psykofarmaka blev fjernet fra markedet. Lægerne er ikke i stand til at håndtere dem.

Ti veje til bedre psykiatrisk behandling

Side 4 - 10

TEMA: Antidepressiv medicin



Et stort ønske opfyldt – og hovedet mod mediemuren!

Siden januar er der sket rigtig meget i foreningen. Som mange ved, har et af vores største ønsker længe været at få en ansat, så vi kan have en fast bemanding i vores lokaler i København. Det er nu endelig lykkedes! Vi har fra den 4. marts ansat Pia Gransholm Eg som fleksjobber 10 timer om ugen. Jeg vil gerne byde Pia velkommen – vi glæder os rigtig meget til samarbejdet og er sikre på, at hun vil passe rigtig godt ind hos os. Vi har været så heldige at få doneret to hæve sænkeskriveborde af JK Office i Århus til vores nyistandsatte kontor, og det vil vi gerne takke JK Office for.

Af Bettina Broni, Landsformand

Der har været andre ting, som har fyldt en del i foreningen. Siden sidst har der jo endnu engang været negativ fokus på antidepressiv medicin. Vi har denne gang prøvet at få taletid i medierne for at fortælle om det gode, som antidepressiv medicin også er for rigtig mange mennesker. Da det ikke lykkedes valgte vi at sende et brev til alle medierne for at få en debat i gang ad den vej. Det lykkedes heller ikke, og vores konklusion er, at medierne har deres dagsorden, og den passer vi ikke ind i – desværre kan man sige, for de sager, medierne kører, er skræmmekampagner.

Dog fik vi en henvendelse fra Peter Götzsche, som havde læst vores brev på hjemmesiden, og ud fra det konkluderede han, at vi blev sponsoreret af medicinalindustrien og udbad sig vores årsregnskab. Vi kunne med god samvittighed dels sende årsregnskabet til ham, dels skrive, at vi ikke bliver sponsoreret af medicinalfirmaer, og at det, der ligger til grund for vores holdninger, udelukkende er bestyrelsens egen holdning og erfaringer samt de erfaringer, vi hører om fra vores medlemmer. Som I vil kunne se i dette nummer af OCD-nyt, valgte vi at give Peter Götzsche taletid. Derudover har vi fået en snak med Per Hove Thomsen, som blandt andet har kunnet fortælle, at der er nedgang i medicineringen af børn og unge. Det er meget positivt, og noget medierne jo ikke er kommet frem med. Vi er kede af, at vi ikke kan komme til orde i medierne, men vi bliver ved hver gang, der kommer fokus på medicinen.

B.S. Christiansen kører lige nu på TV2 en serie, hvor han vil hjælpe fire depressionsramte kvinder ud af deres medicin, blandt andet ved at klatre i bjerge. Vi var nogle stykker fra bestyrelsen, der fik mulighed for at se de fire første programmer, inden de kom på TV2, så vi kunne komme med vores mening. Det gjorde vi, og igen ramte vi ikke mediernes holdning, så vi kom ikke med i debat med B.S. Christiansen. Jeg skal her skåne jer for min holdning til programmet!

Den 26. april har vi generalforsamling i Aarhus. Til bestyrelsesvalget mangler vi lige nu en pårørende, en OCD-ramt og to suppleanter, så har I lyst til at være med til at gøre et stykke arbejde i foreningen, så tag kontakt til mig. Vi har brug for jer!

Bestyrelsen var i februar på seminar, hvor temaet var, hvordan gør vi os synlige i befolkningen, og hvordan vi får vi flere medlemmer og ikke mindst holder på dem. Det var en rigtig god weekend, hvor vi fik rigtig mange gode idéer at arbejde videre med.

Så vil jeg endnu engang gøre opmærksom på, at lokalgrupperne i Randers, Viborg, Næstved, Hillerød og Bornholm desværre stadig holder pause, da vi mangler nogle til at komme at låse op og lave kaffe, så her gælder det samme: Hvis der skulle være nogen med lyst til at gøre et stykke frivilligt arbejde, så kontakt mig – vi kommer fra bestyrelsen og hjælper med at starte op. Vi er startet op i Herning, men mangler også her en eller to, der vil stå for gruppen.

Til sidst vil jeg sige tak for et mangeårigt samarbejde til Sanne fra Aalborg, der har valgt at stoppe som kontaktperson. Der er fundet to nye til at stå for gruppen i Aalborg, så den kører videre, som den plejer.

Og nu er der kun tilbage at ønske jer alle en rigtig god læselyst med bladet.

På gensyn til generalforsamlingen i Aarhus!

Hilsen,
Bettina Broni

Lederen	2
OCD-kurser og ferielejre på Pindstrup Centret	3
En anden vinkel på antidepressiv medicin	4
Peter Gøtzsche beskylder OCD-foreningen for at være i lommen på medicinalindustrien	6
Antidepressiv medicin bør undgås til børn og unge	7
Fald i antal børn og unge på antidepressiv medicin	8
Medicinen skal gives til de rigtige	9
OCD-foreningen har fået en "blæksprutte"	11
Café ODA flytter til nye lokaler	11
Nyt fra regionerne	12
Aktivitetskalender	14
Behandlerliste	17
Adresseliste	20

OCD-foreningen
Foreningen for pårørende og patienter,
der lider af tvangstanker og -handlinger.

OCD-foreningen
Julius Blomsgade 17 kld. tv.
2200 København N
Tlf. 70 20 30 91
Giro 1-663-4751
Mail kontakt@ocd-foreningen.dk
www.ocd-foreningen.dk

Redaktion:
Stig Andersen (ansvarshavende)
Bettina Broni
Edith Christensen
Karsten Jessen

Artikler i OCD-nyt kan frit citeres med kildeangivelse og efter de almindelige regler om citat.

Artikler og indlæg udtrykker ikke nødvendigvis redaktionens eller foreningens holdning.

OCD-nyt og OCD-foreningen stiller gerne spalteplads til rådighed for indlæg, der beskriver forskellige behandlingsmetoder. Men vi hverken anbefaler eller tager stilling til de forskellige indlæg, der måtte være i bladet. Indholdet i artiklerne er forfatterens eget ansvar.
ISSN 1603-6700

Oplag: 1.800

Tryk: Lavpris Trykkeriet, Højbjerg.

Indlæg til næste nummer af OCD-nyt skal sendes til foreningens adresse eller redaktion@ocd-foreningen.dk og være os i hænde inden den 1. maj 2014.

OCD-kurser og ferielejre på Pindstrup Centret



Af Karen Vinther Villadsen, Udviklingskonsulent,
Pindstrup Centret

Flittige læsere af OCD-nyt er sikkert stødt på navnet "FamilieNet" og "Pindstrup Centret". Men hvad er det for nogen størrelser, og hvilke tilbud har de til familier med børn med OCD?

Kurser for familier med børn/unge med OCD

I samarbejde med OCD-foreningen har FamilieNet de seneste år afviklet kurser for familier med børn/unge med OCD. Der er et åbent og trygt miljø på kurset, hvor man kan tale åbent om at være en familie med et barn med OCD og blive mødt med forståelse af andre i samme situation.

Familierne kommer ofte fra hele landet. Nogle familier har deltaget i OCD-kurser før, mens andre familier er afsted for første gang. Der er både et børne- og et voksenprogram på kurserne. Forældrene deltager i workshops, oplæg, gruppearbejde, sparring og netværksdannelse med andre forældre.

Søskende til børn/unge med OCD deltager i undervisning, læring og leg med andre søskende og får mulighed for at sætte ord på forbudte følelser. Børn/unge med OCD har mulighed for at spejle sig i andre med OCD og deltager i undervisning, læring og leg, der sigter mod at give større indsigt i egne ressourcer.

Ferielejre med unikt fællesskab og plads til alle

FamilieNets ferielejre er også for børn og unge med OCD! Ferielejrene er en uge sprængfyldt med spændende aktiviteter, f.eks. sport, spil, friluftsliv, disco og stjernenætter.

En stor del af børnene på lejrene har et handicap/særlige behov. Her er plads til at være sig selv i et enestående fællesskab, hvor alle bidrager og får øje på egne og andres kompetencer. For børn med handicap/særlige behov kan det være grænseoverskridende at være afsted en uge uden mor og far.

Børnene lærer at stå på egne ben,

bliver accepteret som de er, bidrager til fællesskabet og får nye venner, og det giver selvtillid! For børn uden handicap kan det være en øjenåbner at være sammen med børn med handicap/særlige behov.

Lejrene bæres igennem af voksne, rutinerede frivillige ledere, der vælger at bruge deres ferie på at give deltagerne en uforglemmelig oplevelse. Det skaber en særlig atmosfære, hvor deltagerne oplever autentiske voksne, der vil dem uden anden løn end glade smil. Formålet med lejrene er at integrere børn med og uden handicap/særlig behov, så de lærer, at vi inderst inde er ens.

Tilskudsmuligheder til kurser og lejre

FamilieNets familiekurser og ferielejre er tilrettelagt, så der er mulighed for at søge kommunen om dækning af kursus/lejr-udgift, hvis barnet med OCD er under 18 år, og er dækket af servicelovens § 42 og i visse tilfælde § 11. Det er barnets socialrådgiver, der vurderer, om udgiften kan dækkes. FamilieNet hjælper gerne familier med at formulere en ansøgning om dækning af kursus-/lejrudgift til kommunen - hør mere på telefon 86 39 61 11.

FamilieNet og Pindstrup Centret

FamilieNet er en forening, hvis formål er at fremme integrationen mellem børn med og uden handicap. FamilieNet har mere end 40 års erfaring i afvikling af ferielejre for børn med og uden handicap og familiekurser for familier med børn med handicap. H.K.H. Prinsesse Benedikte er protektor for FamilieNet.

Pindstrup Centret er et kursuscenter, der er beliggende på Djursland, og hvor en stor del af FamilieNets kurser og lejre afvikles.

Der afvikles OCD-kursus 21.-22. juni på Pindstrup Centret.

Der afvikles ferielejre i skolerens sommer-, efterårs- og vinterferie. Se mere på www.familienet.dk.

En anden vinkel på antidepressiv medicin

Af Bettina Broni,
formand, OCD-foreningen

I de seneste uger har debatten endnu engang kørt omkring brugen af antidepressiv medicin.

Som forening forsøgte vi at få kontakt til et landsdækkende medie med henblik på at få vores side af sagen med. Vi hørte aldrig noget fra det pågældende medie – det skyldes måske, at vi kom med en positiv vinkel på brugen af antidepressiv medicin. Vi ved af erfaring, at selv samme debat nok skal vende tilbage, da antidepressiv medicin får ”skyld” for rigtig mange ting.

Vores erfaring fortæller os dog også, at mange af dem, der får antidepressiv medicin, har en rigtig god effekt af det. I vores daglige arbejde med OCD-ramte har vi meget kontakt med rigtig mange, der får antidepressiv medicin. Medicinen går ind og tager toppen af ens OCD og/eller depression, så man kan overskue at modtage psykologisk hjælp eller terapi og dermed komme ovenpå igen.

Når man starter på antidepressiv medicin, starter man på en relativt lav dosis. Efter samtale med og løbende kontrol ved læge/psykiater, øger man gradvist dosisen over nogle uger, indtil den fulde virkning opnås. Det tager omkring 6-10 uger. Mange af os, der får medicinen, ville ikke undvære den. Havde det ikke været for medicinen, ville vi nok ikke have været her i dag. Vi ville være kommet så langt ud, at der ikke ville være en vej tilbage, og hvor den eneste ”løsning” ville være at begå selvmord. Selvmordstanker er således en hyppig ting ved OCD- og/eller depressionsramte, og mange har endda forsøgt selvmord. Indtil de fik medicin og derefter psykologisk behandling og terapi. Havde det ikke været for medicinen, er der mange,

der ville have taget den anden vej – valgt den anden løsning – og ville med andre ord ikke være her i dag. Så ville selvmordsraten i Danmark være steget væsentligt. OCD og depression er ikke for sjov. Ej heller er antidepressiv medicin. Men takket være netop antidepressiv medicin, er der mange danskere med OCD eller anden psykisk lidelse, som rent faktisk har formået at komme ud af sygdommens mørke og tilbage til livet. Medicin alene kan ikke gøre det, men det er en rigtig god start på at finde tilbage til livet.

Der har i den seneste tid også været fokus på, at der bliver givet antidepressiv medicin til børn og unge som aldrig før. Det skyldes, mener foreningen, at vi er blevet bedre til at stille en diagnose, at medicinen er betydeligt forbedret – og derfor har en reel effekt – samt at man i dag ved, hvad man skal gøre for at hjælpe den sygdomsramte, hvad enten det er OCD eller noget andet.

Det vil for alles skyld være bedst, hvis den unge OCD-ramte kommer under medicinsk behandling hurtigst muligt, så vedkommende også kan få den psykologiske hjælp til at komme videre med sit liv og få en almindelig opvækst og uddannelse, samt senere et arbejde. Alternativet er, at vedkommende kommer ind i en måske endnu dybere depression eller tilstand af angst og stress, at vedkommende ikke formår at passe et arbejde. Det betyder mangel på uddannelse, det betyder førtidspension og måske dyre indlæggelser på psykiatrisk afdeling. Dette alternativ vil koste samfundet mange flere penge i det lange løb, samt skabe dårlig sundhedstilstand i Danmark generelt. Vi mener derfor, at antidepressiv medicin, kombineret med den rette behandling (som skal

tilbydes hurtigt uden ventetid) er en udmærket løsning til folk – også børn og unge – for at komme igennem en psykisk hård periode i sit liv.

Som det er i dag, er det kun psykiatere, der må udskrive medicin til børn og unge op til 18 år. Det er som sådan en god regel, men der er dog det lille minus ved det, at der er mangel på psykiatere i Danmark til at behandle disse børn og unge, så ventetiden bliver uholdbart lang. I denne ventetid bliver selvmord ofte en meget fristende løsning, hvorfor mange desværre vælger det. Vi skal altså have flere psykiatere, så de børn og unge, der har det svært, kan få stillet en diagnose og få den hjælp, de har brug for, inden det er for sent.

I stedet for, at medierne med tragiske historier sætter en skræk i livet på alle de mennesker, der i dag tager antidepressiv medicin, burde de kigge på alle de gode ting, der er ved netop antidepressiv medicin og samtidig se på de problemer, der rent faktisk er meget mere presserende. Skrækhistorierne i medierne (blandt andet om en 18-årig dreng, der vælger at tage sit eget liv efter at have taget antidepressiv medicin i én uge...) får folk til at overveje deres brug af antidepressiv medicin. Og mange vælger måske at holde med medicinen. Med det resultat, at deres sygdom/lidelse blusser op igen, og de får det dårligere. Så vil selvmordsraten nok sætte en kedelig rekord.

Som formand for OCD-foreningen møder jeg mange OCD-ramte, og langt størstedelen af dem kan fortælle om positiv effekt og gode oplevelser med antidepressiv medicin. Vi er således flere, der gerne vil stå frem og fortælle, hvad det har betydet for os at få antidepressiv medicin. En

fællesnævner for os alle er nemlig, at havde det ikke været for medicinen, ville vi ikke have været her i dag. Hvis man skal vælge mellem det helvede, som OCD er, og en pille eller to om dagen, så vælger man pillen. Det er ikke en ønskesituation, og ingen ønsker som udgangspunkt at være afhængig af piller resten af sit liv.

Men alternativet med et liv med OCD i en sådan grad, at hverdagen ikke kan hænge sammen, gør, at man vælger den mindst uholdbare løsning.

Når den ramte er "ovenpå" igen, kan man overveje at lægge medicinen på hylden, hvilket nogle gør med stor succes. Andre fortsætter med den antidepressive medicin i flere år, nogle resten af livet. Ikke fordi vi vil, men fordi alternativet er det rene helvede. Det tror jeg mange, om ikke alle OCD-ramte, kan nikke genkendende til.

Medicinen skal dog ikke stå alene, der skal selvfølgelig terapi og opfølgning ved lægen/psykiateren med til at støtte op om den medicinske effekt,

som pillerne har. Og en effekt, det har de!

Som en lille ekstrabemærkning vil vi gerne have lov at understrege, at antidepressiv medicin ikke bør betegnes som "lykkepiller". Man bliver nemlig ikke lykkelig af at tage antidepressiv medicin. Antidepressiv medicin gør bare, at vi går fra en meget grå og trist verden og hverdag til at kunne overskue små ting i hverdagen, som at gå på arbejde, handle ind eller tage på café med vennerne. Antidepressiv medicin gør os ikke lykkelige, det gør os i stand til at klare hverdagen på lige fod med alle andre. Hverken mere eller mindre.

Vi håber, at vores lille indlæg her kan overbevise folk om, at de skal fortsætte med deres antidepressiv medicin, samt at dem, der har behovet, men endnu ikke er begyndt på antidepressiv medicin, bør ignorere de triste historier og i stedet tænke på, hvor godt livet kan blive med lidt medicin.

Der er bivirkninger ved alt medicin. Der er mange mennesker i Dan-

mark, der tager en eller anden form for medicin hver dag; medicin, som i en eller anden grad også har bivirkninger, ligesom antidepressiv medicin. Men denne medicin går man ikke ud og giver skyld for selvmordsforsøg eller andre (mindre tragiske) bivirkninger.

At bede en OCD- eller depressionsramt om at lade være med at tage sin medicin, vil være det samme som at bede en diabetes-patient om ikke at tage insulin. Det vil være det samme som at bede en kræftamt om at udeblive fra kemo- og strålebehandling. Det vil være det samme som at bede en hjertepatient om ikke at tage sin hjertemedicin. Det vil være det samme som at bede en person med forhøjet blodtryk om ikke at tage sin blodtryksmedicin osv. Vores lidelser er ikke fysiske og dermed ikke nødvendigvis synlige – men for OCD, depression og angst gælder det samme, som for de ovenstående fysiske sygdomme: Undlader man at tage medicinen, kan man dø af det. Længere er den ikke.

Generalforsamling lørdag d. 26. april 2014 i Aarhus

Kom og vær med til at forme OCD-foreningen og hør et spændende foredrag og personlig beretning af OCD-ramt. Inkaldelse er vedlagt dette nummer af OCD-nyt.

Program

12:00: Registrering (der serveres sandwich med en vand/øl)

13:00: Velkomst og oplæg v/ Malene Klindt Bohni, autoriseret psykolog, cand.psych., klinik for OCD og Angstlidelser, Aarhus Universitetshospital, Risskov, bl.a. om OCD subtyper og pårørendes rolle i behandlingen af OCD.

14:30: Kaffepause m/kaffe, te og kage

15:00: Generalforsamling

16.15: Personlig beretning af OCD-ramt

17.00: Tak for i dag

Sted: Sundheds og Kulturcenteret, Ankersgade 21, 8000 Aarhus C

Peter Gøtzsche beskylder OCD-foreningen for at være i lommen på medicinalindustrien

Af Stig Andersen

Peter Gøtzsche, dr.med., forsker og leder af Det Nordiske Cochrane Center på Rigshospitalet, har i de seneste uger været en af de mest højlydte kritikere af anvendelsen af antidepressiv medicin i Danmark. I en kronik i Politiken den 6. januar i år – ”Psykiatri på afveje” – skrev han blandt andet:

”Vore borgere ville være langt bedre stillet, hvis vi fjernede alle psyko-farmaka fra markedet, fordi lægerne ikke er i stand til at håndtere dem.” Han har efterfølgende, blandt andet i en debat med Sundhedsstyrelsens administrerende direktør, Else Smith, i P1 udtalt, at han fortryder formuleringen, men hans kronik – og specielt denne udmelding – gav efterfølgende en voldsom debat i medierne.

Peter Gøtzsche blev åbenbart opmærksom på indlægget fra OCD-foreningen ”En anden vinkel på antidepressiv medicin” (se s. 4) skrevet på vegne af OCD-foreningen af vores formand Bettina Broni og rundsendt til en række medier samt lagt ud på vores hjemmeside. Han reagerede i hvert tilfælde med en mail til OCD-

” Hverken OCD-foreningen eller undertegnede har på noget tidspunkt modtaget støtte fra medicinalvirksomheder.



Bettina Broni, formand, OCD-foreningen

foreningen, hvor han udbad sig en kopi af vores regnskab og spurgte, om OCD-foreningen modtager støtte fra medicinalindustrien. Han begrundede sin forespørgsel som følger: ”Jeg spørger, fordi formandens forsvar for SSRI på hjemmesiden er så misvisende, at hendes indlæg lige så godt kunne have været skrevet af Lundbeck (stort dansk medicinalvirksomhed, Red.).”

Dette var naturligvis en grov beskyldning, som OCD-foreningen måtte reagere på, og Bettina Broni svarede i en mail til Peter Gøtzsche blandt andet:

”Tak for din interesse for indlægget på vores hjemmeside. Allerførst, hverken OCD-foreningen eller undertegnede har på noget tidspunkt modtaget støtte fra medic-

nalvirksomheder. Det er foreningens politik, da det ellers ville sende nogle forkerte signaler og være i modstrid mod vores uafhængighed som forening. Du har forhåbentlig også bemærket, at vi ikke nævner nogen speciel antidepressiv medicin i vores indlæg. De holdninger, der kommer til udtryk i indlægget, udspringer dels af bestyrelsens egne erfaringer, dels af de udmeldinger, vi får fra de af vores medlemmer, som får medicin.”

I sin mail spurgte Peter Gøtzsche også, om det ville være muligt at bringe en kommentar til indlægget fra Bettina Broni. Ud fra en holdning om, at det er godt at få en åben debat om vigtige problemstillinger, inviterede Bettina Broni ham til at skrive en kommentar i OCD-nyt (se s.7).

Handicaptillæg: SU-regler for personer med psykisk eller fysisk handicap

Ved studiestart skal du huske, at du som OCD-ramt kan søge om det såkaldte handicaptillæg hos SU-styrelsen. Tillægget kompenserer for den manglende mulighed for at have en indtægt ved siden af SU'en. Det udgør 7.801 kr. brutto pr. måned ud over den almindelige SU.

Hvis du ønsker at søge om handicaptillæg, udfylder du et specielt ansøgningsskema om dette samtidig med ansøgningen om den almindelige SU.

For yderligere information, se SU-styrelsens hjemmeside: www.su.dk eller kontakt SU-styrelsen på tlf. 33 26 86 00.

Du kan også rette henvendelse til din uddannelsesvejleder på dit studiested.

Antidepressiv medicin bør undgås til børn og unge



Af Peter Gøtzsche, professor, dr. med., Det Nordiske Cochrane Center, Rigshospitalet

Sundhedsstyrelsen fraråder, at man bruger antidepressiva til børn og unge, fordi de øger risikoen for selvmordsforsøg. Det fremgår af indlægssedlerne i medicinen. Den øgede risiko stopper naturligvis ikke, når man fylder 18 år (tidligere "grænse") eller 25 år (nuværende "grænse"). En analyse, den amerikanske sundhedsstyrelse har lavet, viser, at selvmordsadfærden er øget helt op til 40-årsalderen, og mange, som hverken var deprimerede eller fejlede noget andet alvorligt, har begået selvmord pga. pillerne.

Der er andre grunde til at undgå at bruge antidepressiva til børn og unge. Over halvdelen af 1.022 patienter, der alle havde et normalt sexliv, før de startede antidepressiva, fik seksuelle problemer, der omfattede nedsat libido, manglende orgasme eller ejakulation og manglende evne til at få rejsning, som alle var hyppige, og som 40 % af patienterne havde svært ved at acceptere. Firmaerne har hævdet, det kun er 5 %, der får seksuelle forstyrrelser, men de har undladt at undersøge problemet ordentligt, idet de jo har en interesse i at nedtone det.

Der er mange andre almindelige bivirkninger, fx ekstrem rastløshed (hvilket disponerer til selvmord og voldelige handlinger), angst, forvirring, apati, nedsat koncen-

trationsevne, sære drømme, hukommelsestab, føleforstyrrelser, søvnforstyrrelser, migræne, smagsforstyrrelser, koncentrationsforstyrrelse, synsforstyrrelse, øresusen, hjertebanken, blodtryksændring, gaben, mundtørhed, kvalme, forstoppelse, diaré, mavesmerter, øget svedtendens og kløe.

Langt de fleste rammes således af bivirkninger. Patienterne fortæller ofte, at det er som at leve i en følelsesmæssig osteklokke, hvor de ikke er så interesserede i andre mennesker og har sværere ved at føle glæde. En af de værste bivirkninger er, at halvdelen har svært ved at holde op igen, selvom de trapper langsomt ud af medicinen. Ophørssymptomerne minder meget om dem, vi kender fra "nervepillerne" (fx Stesolid og Valium).

I modsætning til de hyppige skadevirkninger er den gavnlige effekt af antidepressiva meget beskedent. De virker ikke ved let depression, stort set heller ikke ved moderat depression, og selv ved svær depression (som de færreste har), virker de højst hos hver tiende patient. Grunden til, at mange patienter alligevel føler, at pillerne hjælper dem, er sygdommens naturlige forløb. Mange ville have fået det bedre uden behandling, og denne forbedring fejltolkes af både patienter og læger

som en effekt af pillerne.

Effekten af antidepressiva ved OCD er også meget beskedent. Forskellem mellem aktivt stof og placebo (dvs. en snydepille) er kun 3 på en 40-punktsskala. Effekten af psykoterapi er over dobbelt så stor, og den er 3 bedre end medicin på 40-punktskalaen.

Dette fører for mig at se til en meget klar konklusion. Antidepressiva bør undgås pga. den øgede selvmordsrisiko og de mange andre, alvorlige bivirkninger. Brugt til børn og unge gør de større skade end gavn.

Psykoterapi, der fokuserer på patienternes aktuelle ressourcer, så de lærer at håndtere problemerne, må være det, der skal tilbydes patienter med OCD.

Litteratur:

Gøtzsche, Peter C. Dødelig medicin og organiseret kriminalitet: Hvordan medicinalindustrien har korrump-eret sundhedsvæsenet. København: People's Press, 2013.

Tre Cochrane reviews af lodtrækningsforsøg ved OCD (CD001765, CD005333 og CD004856).

<http://www.thecochranelibrary.com/details/browseReviews/576829/Obsessive-compulsive-disorder.html>

Fald i antal børn og unge på antidepressiv medicin

Nye tal fra Sundhedsstyrelsen viser, at fra 2011 til 2013 er der sket et fald på 19 procent i antallet af børn og unge, der får antidepressiv medicin.

Af Stig Andersen

Hvis man følger den til tider ophedede debat om anvendelsen af antidepressiv medicin, kunne man få det indtryk, at praktiserende læger og psykiatere har som fælles mål at proppe stadig mere antidepressiv medicin i dette lands borgere. Men tager man eksempelvis gruppen af børn og unge, så viser nye tal fra Sundhedsstyrelsen, at udviklingen går den stik modsatte vej.

I et svar til Folketingets Sundheds- og Forebyggelsesudvalg i februar 2014 oplyste Minister for sundhed og forebyggelse, Nick Hækkerup, således, at ifølge tal fra Sundhedsstyrelsen har der fra 2011 til 2013 været et fald på 19 % i antallet af børn og unge, der får udskrevet en recept på antidepressiv medicin. Sundhedsstyrelsen tal viser også, at antallet af recepter på antidepressiv medicin til børn og unge udskrevet af alment praktiserende læger er faldet fra halvdelen i 2011 til 37 procent i 2013.

Skærpede retningslinjer

En del af debatten om antidepressiv medicin har netop handlet om anvendelse over for børn og unge. Specielt har risikoen for selvmordstanker og selvmordsadfærd som følge af anvendelse af antidepressiv

medicin over for børn og unge fyldt meget.

Blandt andet med baggrund i en konkret sag fra 2011, hvor en ung mand efter en kort telefonkonsultation med sin praktiserende læge fik udskrevet antidepressiv medicin og elleve dage senere valgte at tage sit eget liv, skærpede Sundhedsstyrelsen retningslinjerne for udskrivning af antidepressiv medicin til børn og unge. Et centralt element var, at behandling med antidepressiv medicin hos børn og unge kun måtte iværksættes efter en vurdering af speciallæger i børne- og ungdomspsykiatri.

Per Hove Thomsen, professor på Institut for Klinisk Medicin - Børne- og Ungdomspsykiatrisk Regionscenter, Risskov, vurderer, at det er de skærpede retningslinjer samt en generelt øget opmærksomhed på problemstillingerne i forhold til børn og unge, der har ført til den reducerede brug af medicin.

"Mit indtryk – hvilket den faldende kurve for anvendelse jo også bekræfter – er, at man helt generelt er blevet mere tilbageholdende med at udskrive antidepressiv medicin. Det er så sket i takt med, at vi har fået nationale kliniske retningslinjer for eksempelvis OCD, depression og angst udformet af de videnskabelige

selskaber og bakket op af Sundhedsstyrelsens retningslinjer, som alle peger på, at det første valg i behandlingen bør være psykoterapi i form af kognitiv adfærdsterapi, som der er bedst evidens for," siger han.

Generelt fald i antal brugere

Hvis man ser specifikt på OCD-ramte børn og unge, er det ifølge Per Hove Thomsen også langt alle fra, der overhovedet får medicin som en del af behandlingen. På Institut for Klinisk Medicin - Børne- og Ungdomspsykiatrisk Regionscenter, Risskov, som er et af landets største, er det således hans vurdering, at det højst drejer sig om 25-30 procent.

Ifølge de nyeste tal fra Statens Serum Institut var der i 2012 cirka 455.000 personer, der havde købt antidepressiv medicin mindst én gang i løbet af året. Det svarer til 8 procent af befolkningen. Tallet steg i årene frem til 2011, hvor der så kom et lille fald – en tendens, der fortsatte i 2012. I kommentarerne til tallene fra Statens Serum Institut hedder det, at "Faldet i antal brugere er en kombination af, at der ikke er lige så mange nye brugere, som i 2010, men også, at antallet af brugere, der tidligere har brugt antidepressiva, er stagneret."

Telefonrådgivning 70 20 30 91

OCD-foreningens telefonrådgivning bliver passet af frivillige i foreningen.

Træffetider:

mandag kl. 13.00 - 20.00
tirsdag kl. 16.00 - 18.00
onsdag kl. 18.30 - 20.30
torsdag kl. 16.00 - 18.00
fredag kl. 10.00 - 12.00

Uden for træffetiderne vil der være telefonsvarer på, så du kan indtale besked om, at du gerne vil ringes op.

Med venlig hilsen,
Telefonrådgiverne

I tilfælde af aflysning af større arrangementer

Aflysninger af større arrangementer, som eksempelvis foredrag, vil blive annonceret på OCD-foreningens telefonsvarer og på foreningens hjemmeside fra aftenen, inden arrangementet skulle have fundet sted.
Tlf.: 70 20 30 91 / Hjemmeside: www.ocd-foreningen.dk

Medicinen skal gives til de rigtige

Den ophedede debat om antidepressiv medicin fører til bekymring og usikkerhed blandt brugerne. Men hvis medicinen udskrives efter gældende retningslinjer og gives til de rigtige, viser undersøgelser og erfaringer rigtig god effekt.

Af Stig Andersen

Fronterne i den aktuelle debat om brugen af antidepressiv medicin er så hårdt trukket op, at man skulle tro, at alt var et spørgsmål om enten eller. Er der et overforbrug eller ej, skal man i det hele taget anvende antidepressiv medicin eller ej, fører antidepressiv medicin til flere selvmord eller ej, osv.?

Som i så mange andre tilfælde, hvor en sag bliver kørt op i medierne, drukner nuancerne, og det eneste sikre resultat er, at brugerne af medicinen bliver bekymrede og i nogle tilfælde vælger at droppe medicinen, selvom de har god gavn af den. Da antidepressiv medicin (også kendt som SSRI-præparater) ikke blot bliver anvendt til at

Kan blive skræmt

"Vi har erfaring for, at ikke mindst de mange OCD-ramte, der i forvejen har forureningsangst og angst for kemikalier, kan blive skræmt af en debat som den, vi oplever i øjeblikket. Og det kan absolut være uheldigt i et behandlingsforløb. Det er på den anden side jo også vigtigt, at vi har denne debat, men den bør foregå på et oplyst grundlag med afsæt i de studier og den kliniske erfaring, vi har," siger Per Hove Thomsen, professor på Institut for Klinisk Medicin - Børne- og Ungdomspsykiatrisk Regionscenter, Risskov.

I en debat med Peter Götzsche på P1 den 17. januar 2014 forholdt Else Smith, administrerende direktør i Sundhedsstyrelsen, sig til samme problemstilling.

"Debatten er god at tage, men når

det bliver for sort-hvidt og kategorisk, bliver patienterne jo bange, og i værste fald er der patienter, der ikke længere ønsker at tage medicinen med de alvorlige konsekvenser, det kan få og også patienter, der ikke fremadrettet ønsker at tage medicin. Der er jo nogle vigtige pointer, der skal frem, men de fortaber sig, når det bliver så skingert," sagde hun.

Både over- og underforbrug

Flere har i debatten været inde på, at der formentlig er tale om både et over- og et underforbrug af antidepressiv medicin. Det betyder, at der er personer med eksempelvis lette

”

Man må ikke tro, at medicin er nogen mirakelkur. Men hvis man får en reduktion på 30 procent af sine OCD-symptomer i en hverdag, hvor man skal bruge 10 timer på ritualer, så er det jo en væsentlig forbedring af ens situation og samtidig noget, der kan give overskud til at modtage anden behandling.

Per Hove Thomsen, professor på Institut for Klinisk Medicin - Børne- og Ungdomspsykiatrisk Regionscenter, Risskov



depressioner, der har fået udskrevet antidepressiv medicin, hvor en psykoterapeutisk behandling havde været tilstrækkelig og det rigtige. Samtidig er der andre med sværere symptomer, hvor medicinsk behandling ville være det rigtige, men hvor de af en eller anden grund ikke får den. Som Else Smith sagde i debatten på P1:

"For moderat til svært deprimerede er der rigtig god dokumentation for, at disse midler rent faktisk virker og afbøder en række livstragedier og også giver livskvalitet. Jeg tror, der

er en overbehandling, men også en underbehandling."

En specialistvurdering

Per Hove Thomsen understreger også, at medicinen naturligvis ikke skal gives på for løst et grundlag.

"Det er vigtigt, at det er de rigtige, der får medicinen. Den skal ikke gives til eksempelvis en let depression, som man kan gøre noget andet ved. Og som Sundhedsstyrelsen også har fastslået, når det gælder børn og unge, så skal der en specialistvurdering til, før man iværksætter medikamentel behandling. Dertil kommer, at man ifølge de gældende retningslinjer skal starte med behandlingen step-vis, hvor førstevalget altid bør være psykoterapi og såkaldt psykosocial intervention."

De praktiserende lægers rolle

Meget af kritikken i debatten er gået på, at alment praktiserende læger udskriver antidepressiv medicin med for løs hånd. Men rent faktisk er der ingen tal eller undersøgelser, der kan påvise dette. Ifølge Per Hove Thomsen er en væsentlig

grund, at man ikke kan se, om en praktiserende læge i forbindelse med udskrivning af en recept på antidepressiv medicin har haft kontakt med en specialist fra psykiatrien, eller om patienten har været tilknyttet en privatpraktiserende psykiater. Han kan dog godt nikke genkendende til problemstillingen.

"Jeg har da set få eksempler på, at praktiserende læger har iværksat behandling med antidepressiv medicin til unge, hvor det efter min mening var på for løst et grundlag, men det er ikke mit generelle indtryk, at det

er noget, der sker i stor stil,” siger han.

Relaterer sig til depression

Han påpeger, at problemstillingen med overforbrug af antidepressiv medicin først og fremmest relaterer sig til behandlingen af depressioner. Det skyldes, at der i modsætning til OCD kan være en mere glidende overgang mellem en egentlig diagnosticerbar depression og så den tristhed og følelsen af at have ”øndt i livet”, som nogle mennesker kan opleve i perioder.

Virker mod OCD

I debatten er der også blevet sæt tvivl om effekten af antidepressiv medicin, men det har ifølge Per Hove Thomsen ikke hold i virkeligheden.

”Hvis vi ser på OCD, så viser alle de studier og undersøgelser, vi har til rådighed, at medicin er bedre end placebo (snydepille),” forklarer han og henviser som eksempel til POTS (The Pediatric OCD Treatment Study), som er den største undersøgelse, hvor man sammenligner effekten af henholdsvis antidepressiv medicin (Sertralin), kognitiv adfærdsterapi, kombinationsbehandling med antidepressiv medicin og kognitiv adfærdsterapi samt placebo.

På den såkaldte CY-BOCS-skala, der er en 40-punkts OCD-symptom tjekliste for børn og unge, resulterede den medicinske behandling i en gennemsnitlig reduktion fra 23.5 til 16.5, dvs. 7 punkt eller cirka 30 procent. Størst effekt havde kombinationsbehandlingen med en gennemsnitlig reduktion på 12.6 punkt.

Væsentlig forbedring

”Man må ikke tro, at medicin er nogen mirakelkur. Men hvis man får en reduktion på 30 procent af sine OCD-symptomer i en hverdag, hvor man skal bruge 10 timer på ritualer, så er det jo en væsentlig forbedring af ens situation og samtidig noget, der kan give overskud til at modtage anden behandling,” siger Per Hove Thomsen.

Når man ser på de mange studier af effekten af antidepressiv medicin,

er der ifølge Per Hove Thomsen en vigtig pointe, man skal have med. Tallene er gennemsnitstal, hvilket betyder, at nogle af deltagerne har haft meget stor gavn af medicinen, mens andre måske slet ikke har fået reduktion i deres symptomer. Det afspejler et kendt faktum, nemlig at patienter med lidelser som OCD, depression og angst responderer meget forskelligt på antidepressiv medicin. Et lige så kendt faktum er, at der er patienter, der ikke responderer på kognitiv adfærdsterapi, hvor medicinsk behandling i givet fald kan være den eneste mulige behandling.

Altid en afvejning

Antallet og alvorligheden af bivirkningerne har været brugt til at argumentere imod behandling med antidepressiv medicin. På indlægseddelen til eksempelvis Sertralin er der listet en lang række mulige bivirkninger lige fra rastløshed til søvnforstyrrelser samt seksuelle problemer. Listen kan se skræmmende ud, men mange OCD-ramte på medicin, som OCD-foreningen er i kontakt med, fortæller, at man jo typisk ikke bliver ramt af samtlige bivirkninger, samt at man samlet set kan få en forbedret livskvalitet, selvom medicinen kan give visse bivirkninger. Det er som med al medicin en afvejning, man nødvendigvis må foretage sammen med den rette fagperson, er den generelle holdning.

Øget risiko for selvmord?

Ifølge de seneste retningslinjer fra Sundhedsstyrelsen skal der inkluderes en advarsel om øget risiko for selvmordstanker og selvmordsadfærd på indlægseddelen til antidepressiv medicin. Netop risikoen for selvmordsadfærd – ikke mindst blandt børn og unge – har været et af de varmeste emner i debatten, hvilket også fremgår af Peter Gøtzsches indlæg her i bladet.

I en kronik i Politiken den 17. januar bliver blandt andet denne problemstilling taget op af Lars Kessing, professor i psykiatri, overlæge, dr.med., Merete Nordentoft, professor i psykiatri, overlæge, ph.d.,

dr.med. og Thomas Middelbo, overlæge, ph.d. og formand for Dansk Psykiatrisk Selskab. I kronikken, som er skrevet på vegne af alle professorer i psykiatri og børne- og ungdomspsykiatri i Danmark samt Dansk Psykiatrisk Selskab, hedder det under overskriften ”Øger antidepressiv medicin risiko for selvmord?”:

”Det korte svar er: nej, det gør den ikke. I modsætning til, hvad man kan få indtryk af gennem debatten i medierne. En undersøgelse, som for nylig er offentliggjort i det ansete tidsskrift British Medical Journal, omfattede næsten 100.000 personer, som havde deltaget i et lodtrækningsforsøg med enten antidepressiv medicin eller placebo. ...Undersøgelsen viste, at når det gælder voksne (over 25 år) med depression eller anden psykisk sygdom, beskytter den antidepressive medicin mod selvmordstanker, -adfærd og selvmord. Jo ældre man er, jo stærkere effekten. Forskerne viste også, at antidepressiv medicin hos børn og unge (under 25 år) kan øge risikoen for selvmordstanker og -adfærd. Der er derimod ikke øget risiko for fuldbyrdet selvmord.”

Forelagt kronikken har Peter Gøtzsche udtalt, at den indeholder så mange fejl, at han for at forklare fejlene bliver nødt til selv at skrive en ny kronik.

Ingen ”serious adverse effects”

Per Hove Thomsen oplyser, at der ifølge et endnu ikke publiceret metastudie af alle tilgængelige studier, der er lavet på medicin til børn og unge med OCD, ikke er rapporteret nogen ”serious adverse effects” i forbindelse med behandlingen.

Eller sagt på anden måde: Selvmordsadfærd eller selvmordsforsøg er ikke blandt de bivirkninger, som børn og unge med OCD kan blive ramt af ved medicinsk behandling. Konklusionen ifølge Per Hove Thomsen er således, at problemstillingen med øget risiko for selvmordstanker og selvmordsadfærd udelukkende relaterer sig til depression.

KONKURRENCE

OCD-foreningen har fået en "blæksprutte"

Af Stig Andersen

Der er blevet arbejdet på det igennem længere tid, og nu er det endelig lykkedes! OCD-foreningen har ansat Pia Gransholm Eg som administrativ koordinator. Planen er, at Pia skal være en "blæksprutte", der kan tage sig af mange af de administrative opgaver, som i dag varetages af bestyrelsen.

Pia er ansat i et fleksjob på 10 timer om ugen og starter 1. marts på kontoret i vores nyistandsatte lokaler i Julius Bloms Gade i København. Hun har en baggrund i it-branchen, men har i nogle år været fleksjobber på grund af en kronisk fysisk sygdom. "Jeg glæder mig vildt meget til at komme i gang med arbejdet og håber, at jeg ud over de almindelige administrative opgaver også får mulighed for at arbejde med andre ting som for eksempel fundraising," siger hun.

Fra sine lederjobs i it-branchen er Pia vant til at tage beslutninger og sørge for at få ført dem ud i livet – og den erfaring vil hun trække på i arbejdet i OCD-foreningen. Pia er 48 år, gift og har tre voksne børn samt en deltidshjemmeboende bonussøn på 12. Velkommen til Pia!



Pia Gransholm Eg er ansat som administrativ koordinator i OCD-foreningen.

Tekster til T-shirts

Nu har du chancen for at vise dine evner som sloganforfatter - OG vinde en god præmie!

Vi har besluttet at få lavet nogle T-shirts, som de frivillige i foreningen kan tage på, f.eks. når de står på en stand til et arrangement.

På forsiden skal der stå en MEGET kort og fængende tekst, der siger noget om OCD. Det kan handle om selve OCD'en, om det at være pårørende eller andet - og gerne med en lidt skarp eller humoristisk vinkel!

Så spids pennen eller puds tastaturet og send dit forslag enten pr. mail til redaktion@oed-foreningen.dk eller i et brev til OCD-foreningen, Julius Blomsgade 17 kld. tv. 2200 København N mærket "Slogan". Sidste frist er 1. juni 2014.

Mvh,
Bestyrelsen

Café ODA flytter til nye lokaler

Af Stig Andersen

Café ODA vil fremover have til huse på adressen Teglværksgade 12 i det centrale Aarhus. Det har i længere tid været et ønske at kunne drive caféen fra egne lokaler, og det er nu lykkedes at finde det rigtige sted. Så lige nu er der fuld gang i at indrette den lille kælderbutik, så den kan blive en hyggelige ramme for det gode samvær, som man finder i Café ODA.

Det er planen at åbne i de nye lokaler tirsdag den 18. marts, men hold for en sikkerheds skyld øje med Café ODAs Facebook-side!



Frivillige og brugere var sammen med projektleder Bodil Rasmussen på besøg i Café ODAs nye lokaler i Teglværksgade 12, Aarhus C. Planen er at åbne tirsdag den 18. marts, men hold øje med caféens Facebook-side for nærmere info.

OCD - kursus i samarbejde med OCD-foreningen

Formålsbeskrivelse:

OCD er for mange et tabu og en svær diagnose at tackle. Derfor har såvel børn/unge med OCD, forældre samt søskende mange tanker og følelser ift. OCD'en, men ikke så mange at dele dem med. Forældrene tilegner sig værktøjer ift. hvordan man støtter barnet/den unge i at gøre modstand mod tvangssymptomer og holde fast i det "normale" i samværet med barnet med OCD. Kurset lægger vægt på at omdanne teori til praksis

- Viden og konkrete værktøjer ift. hvordan der gøres modstand mod tvangssymptomerne og holdes fat i det "normale" i samværet med barnet/den unge med OCD
- Viden og konkrete værktøjer til at holde fast i et "resource-perspektiv" på barnet/den unge
- Viden om og indsigt i støttemuligheder i loven om social service til børn/unge med OCD, herunder spillereglerne i samarbejdet med kommunen
- Netværksdannelse og sparring med andre familier med børn/unge med OCD
- Børn/unge med OCD får konkret viden om OCD.

Der sættes fokus på det tabu OCD er i manges øjne og hvordan man kan fortælle sine omgivelser, at man har OCD. Undervisningen for børn/unge med OCD vil bl.a. blive varetaget af Trish Nymark, sygeplejerske, psykoterapeut og coach

- Undervisning, læring og leg for søskende til børn/unge med OCD. Der undervises i søskende-problematikker, herunder "forbudte tanker og følelser". Søskende får mulighed for at sætte ord på "hvordan det er at være mig i min familie" og der findes konkrete løsningsforslag på, hvordan der kan skabes bedre "plads" til søskende i familien



Målgruppe:

Familier med børn/unge med OCD

Dato: 21.-22. juni 2014

Sted: Pindstrup Centret
Johs. F. la Cours Allé 1, 8550 Ryomgaard
T: 8639 6111 E: post@pindstrupcentret.dk

Pris: 2.595,-kr. for deltagere der er fyldt 2 år.
For deltagere 0-2 år er prisen 1.298,-kr.

Tilmelding:

Elektronisk via: www.ansogning.info

Kursusprogram: www.familienet.dk



Info om OCD og OCD-Foreningen:
www.oed-foreningen.dk

Kursusledere:

Ninna Olsen og Kirsten Prause

Underviser: Trish Nymark, sygeplejerske, psykoterapeut og coach, www.trishnymark.dk
Christina Waldstrøm, jurist

Hjælp os til at hjælpe andre

Din støtte kan være med til, at OCD-foreningen kan bevare fradragsretten for gaver, hvilket betyder meget for vores forenings eksistens. OCD-foreningen skal i gennemsnit over en 3-årig periode modtage minimum 100 gaver om året, hvilket giver godkendelse iflg ligningslovens § 8a, der også giver ret til delvis momskompensation.

Da der mangler en del, vil vi i OCD-foreningen være glade for hver et bidrag, da både store og små gaver kan gøre en stor forskel, så vi kan fortsætte vores arbejde for at skabe støtte og netværk for OCD-ramte og deres pårørende, samt øge det politiske arbejde for at skabe bedre forhold for OCD-ramte over hele landet. Et hvert bidrag vil blive modtaget med taknemlighed!

Gavebeløb kan indsættes på Reg. nr. 1551 Konto: 16634751 eller Girokort nr. 01 16634751.

Der kan opnås fuldt fradrag fra den 1. krone og op til et samlet beløb på gaver for 14.500 kr. Ægtefæller har ret til at benytte hver deres fradrag.

Hvis du vil udnytte fradraget, skal du oplyse dit CPR-nummer sammen med indbetaling af din gave - så indberetter vi beløbet til SKAT.

Husk at oplyse navn, adresse og evt. medlemsnummer sammen med din indbetaling.

Giv en gave i dit testamente

Hvis du vil betænke OCD-foreningens arbejde for OCD-ramte og deres pårørende med en del af din arv, kan du bestemme, at foreningen modtager et bestemt beløb, en brøkdelt eller en procentdel, inden for den del af formuen, som du kan råde over via et testamente.

Hvis du ønsker dette, skal du kontakte en advokat og sammen udforme et testamente. OCD-foreningen er en organisation med et almenvelgørende formål. Når du testamenterer til sådan en forening, er du fritaget fra reglen om boafgift, så den del du ønsker at testamenterer, går ubeskåret til den pågældende forening.

TAK FOR DIN STØTTE!

Venlig hilsen,
Edith Givskov Christensen, kasserer

Region Midtjylland

Lokalgruppe Herning

Nu er der igen mulighed for mødes medigestillede OCD-ramte og pårørende i Herning. Gruppen er kommet godt i gang, og mødes 3. torsdag i måneden. Vi håber at mange både OCD-ramte og pårørende har lyst at komme og deltage i møderne. Så du skal være meget velkommen til at komme og træffe andre, der har OCD inde på livet til udveksling af erfaring, råd og hygge.

PsyInfo Midt-arrangementer

Viborg, mandag 17. marts kl. 19.00 - 21.30

Angst og OCD - tvangstanker betød, at jeg vaskede hænder 99 gange

Skanderborg torsdag 27. marts kl. 19.00 - 21.00

Angst og OCD - 250.000 danskere lider af angst

Ørum onsdag 2. april kl 19.00 - 21.00

Angst og OCD - hvordan er det at være pårørende?

Ikast onsdag 23. april kl. 19.00 - 21.00

Angst og OCD - når angsten lammer

Læs nærmere om sted, tilmelding og pris på www.psykinfomidt.dk
tlf. 7847 0450

Lokalgruppe Aarhus

Ugedag for de månedlige møder er ændret og vil fremover være den sidste tirsdag i måneden. Se nærmere herom i aktivitetskalenderen.

Selvhjælpsgruppe for unge med OCD

Er du mellem 18 og 25 år? Lider du af OCD? Savner du at tale med andre unge om de problemer, tanker og svære følelser som fylder i en hverdag med OCD?

Hvis du kan svare til "ja" til venstående, så er vores tilbud om en selvhjælpsgruppe for unge med OCD muligvis noget for dig. Her mødes unge med OCD i et trygt forum, hvor de kan dele deres erfaringer med at være ung og have OCD med hinanden.

Vi ønsker at starte en selvhjælpsgruppe for unge med OCD i Aarhus. Gruppen mødes onsdage i ulige uger fra kl 17.15-19.15. Hvis du er interesseret i at høre nærmere om gruppen og muligheden for at være med, så skriv en mail til shgunge@ocd-foreningen.dk, hvor du kort beskriver dig selv. Så finder vi sammen ud af, om en selvhjælpsgruppe vil være det rette for dig. Selvhjælpsgruppen for unge med OCD starter op i februar 2014.

Selvhjælpsgrupper for voksne

Savner du at tale med andre om de problemer, tanker og svære følelser, som man kan have, når man lider af OCD, så skriv en mail til shgvoksne@ocd-foreningen.dk, så finder vi sammen ud af, om en selvhjælpsgruppe er noget for dig.

Selvhjælpsgruppe for pårørende

Hvis du er pårørende til en person med OCD og har lyst til at mødes med andre pårørende i en samtalegruppe med fokus på de oplevelser og udfordringer, der er forbundet med at være pårørende, så ring og hør mere på 5240 6121 eller skriv til edith@ocd-foreningen.dk.

Adresse: Alle selvhjælpsgrupper vil foregå på Skovagervej 2, indgang 76, 8240 Risskov

Region Hovedstaden

Lokalgruppe København

OBS! Ændring af de månedlige åbne møder, som fremover vil blive afholdt 3. torsdag i måneden.

Se nærmere herom i aktivitetskalenderen

Grupper/netværk

Selvhjælpsgruppe for OCD-ramte voksne

Selvhjælpsgruppe for pårørende

Selvhjælpsgruppe for unge

Gruppe for børn

Skulle du/I have ønske om at komme i en af grupperne, så skriv en mail til ocd.gruppe.kbh@gmail.com. Så finder vi sammen ud af, om en selvhjælpsgruppe vil være det rette for dig. Hvis du gerne vil ringes op, kan du skrive dit tlf. nr. i mailen.

Selvhjælpsgrupperne foregår i foreningens lokaler Julius Bloms Gade 17, kld. 2200 Kbh. N

Region Syddanmark

OBS! Lokalgruppe Odense flytter til nye lokaler: PsyInfo, Jernbanegade 15, 5000 Odense (mellem Fyns Kunstmuseum og restaurant Målet).

Husk at melde flytning!

Husk at meddele det til os, hvis du flytter eller ændrer adresse. Så ved vi, hvor OCD-nyt, kontingentopkrævning og andre meddelelser skal sendes hen. Det har vi nemlig nogle gange lidt problemer med. Foreningens adresse kan ses bag på bladet. Tak



Aktivitetskalender for lokalgrupper i hele landet

Ved mødedatoer, hvor intet andet er anført, foregår møderne helt uformelt med snak, hyggeligt samvær og udveksling af erfaringer. Der vil altid være mulighed for at købe kaffe, te, og brød til et beskedent beløb. Alle, både OCD-ramte og pårørende, er meget velkomne til alle møderne, uanset hvor man bor. Så kom endelig og deltag. Hvor intet andet er anført, er der ingen tilmelding. Vi arbejder løbende på at styrke vores lokalgrupper, så kontakt os hvis der mangler en der, hvor du bor.

Hold øje med vores hjemmeside www.ocd-foreningen.dk for nye aktiviteter og arrangementer.

Region Nordjylland Lokalgruppe Aalborg

Kontaktpersoner
Kirsten Munkholm
Kirsten_munkholm@hotmail.com
Grete atrolog@ekliptika.dk
Tlf. 2077 7304/9846 2505

Mødedatoer
Tirsdag 25. marts
Tirsdag 29. april
Tirsdag 27. maj
Tirsdag 24. juni

Mød op og tal med andre OCD-ramte og pårørende.

Tidspunkt: kl. 19.00 - 21.30

Mødested
De Frivilliges Hus, Mølholmsvej 2
9000 Aalborg.

Bemærkninger
Vi håber, at mange, både OCD-ramte og pårørende, har lyst til at komme og deltage i møderne. Formålet med møderne er dels, at vi alle får viden om OCD og behandlingsmulighederne og dels, at man træffer andre, der har OCD

inde på livet, så man kan udveksle erfaringer.

Møderne afholdes i en hyggelig og afslappet atmosfære. Der bliver serveret kaffe/te.

Hvis du vil have en erindringsmeddelelse pr. mail nogle dage før møderne afholdes, kan du meddele os din mailadresse. Eventuelle Programændringer vil blive vist på www.ocd-foreningen.dk

Region Midtjylland

Lokalgrupper: Århus, Randers, Herning

Lokalgruppe Århus

Kontaktpersoner
Tenna Udesen tenna_91@hotmail.com

Kontaktpersoner vedr. Børne-unge/ Forældregruppen:
Lone Grøntved Pedersen 60732503
pegrlo@hotmail.com
Mia Broni miamus39@hotmail.com
kontak@ocd-foreningen.dk

OBS! Møderne ændres til sidste tirsdag i måneden fremover

Mødedatoer
Tirsdag 25. marts
Tirsdag 29. april
Tirsdag 27. maj
Tirsdag 24. juni

Mød op og tal med andre OCD-ramte og pårørende.

Tidspunkt: kl. 19.00

Mødested
Sundheds- og kulturcenteret
Ankersgade 21, 8000 Århus C

Mødedatoer for Børne-ungegruppen
Tirsdag 25. marts
Tirsdag 29. april
Tirsdag 27. maj
Tirsdag 24. juni

Kom og hyg jer sammen med ligestillede børn/unge og forældre.

Tidspunkt: kl. 19.00

OBS! Nyt mødested:

Sundheds- og kulturcenteret
Ankersgade 21, 8000 Århus C

Bemærkninger

Vi håber, at mange, både OCD-ramte og pårørende, har lyst til at komme og deltage i møderne.

Formålet med møderne er dels, at vi alle får viden om OCD og behandlingsmulighederne og dels, at man træffer andre, der har OCD inde på livet, så man kan udveksle erfaringer.

Møderne afholdes i en hyggelig og afslappet atmosfære. Der bliver serveret kaffe/te.

Hold øje med nye tiltag eller ændringer på www.ocd-foreningen.dk under Region Midtjylland

Lokalgruppe Randers

Her holdes der pause da vi mangler en, der vil stå for møderne fremover. Skulle du have lyst til at være behjælpelig med møderne, er du velkommen til at skrive til kontakt@ocd-foreningen.dk

Tjek hjemmesiden for nye tiltag foredrag eller lign. på www.ocd-foreningen.dk under Region Midtjylland

Mødested
Randers Sundhedscenter,
Thor Bakke, Biografgade 3,
8900 Randers

Lokalgruppe Herning

Kontaktperson
Edith Christensen, 52406121 edith@ocd-foreningen.dk

Mødedatoer
Torsdag 24. april (OBS! Rykket til 4. torsdag grundet påsken).
Torsdag 15. maj
Torsdag 19. juni

Kom og tal med andre OCD-ramte og pårørende.

Mødetidspunkt
19.00 - 21.30
Mødested
Kulturellen, lokale 2.06
Nørregade 7,
7400 Herning

Bemærkninger

Alle er velkomne, både OCD-ramte og pårørende, til en snak, udveksling af erfaringer og hyggeligt samvær. Hold øje med hjemmesiden for nye tiltag foredrag og lign. www.ocd-foreningen.dk under Region Midtjylland

Region Syddanmark

Lokalgrupper:

Vejle, Esbjerg, Sønderborg, Fyn og Rudkøbing

Lokalgruppe Vejle:

Kontaktpersoner:

Tove Birkebæk tlf. 2843 0922 efter kl. 16, ocd-vejle@live.dk
Susanne Andersen tlf. 4239 1540
Smandersen.sa@gmail.com
Inger Ladegaard refugieinger@jubii.dk

Mødedatoer

Tirsdag 1. april

Tirsdag 6. maj

Tirsdag 3. juni

Kom og tal med andre OCD-ramte og pårørende.

Tidspunkt: Kl. 19.00 - 21.00

Mødested:

FrivilligCenter Vejle, Borgvold 12b, 4. sal th. (elevator)

Bemærkninger

Alle er velkomne, både OCD-ramte og pårørende, til en snak, udveksling af erfaringer og hyggeligt samvær. Hold øje med hjemmesiden for nye tiltag foredrag og lign på www.ocd-foreningen.dk under Region Syddanmark.

Lokalgruppe Esbjerg

Kontaktpersoner

(Kontakt vedr. møderne)

Charlotte Stausholm, tlf. 5189 1696
sluppen5@hotmail.dk
Tina Flindt tlf. 3017 2510
tina.flindt@jensen.tdcadsl.dk
Caroline Stausholm (Kontakt vedr. Ungegruppe) 2877 1343, sluppen5@hotmail.dk
Camilla Holm Smedegaard
tlf.: 2288 6715

Mødedatoer

Tirsdag 15. april

Tirsdag 20. maj

Tirsdag 17. juni

Mød op og tal med andre OCD-ramte og pårørende.

Ungegruppen mødes hver 3. tirsdag i måneden. Her har du som ung OCD-ramt mulighed for at mødes medigestillede - du skal være meget velkommen. Kontakt vedr. ungegruppen til Caroline Stausholm.

Tidspunkt: kl.19.00

Mødested

Vindrosen - De Frivilliges Hus
Teglværksgade 1, 6700 Esbjerg

Bemærkninger

Alle, både OCD-ramte og pårørende, er velkomne til en snak, udveksling af erfaringer og hyggeligt samvær. Hold øje med hjemmesiden for nye tiltag foredrag og lign. www.ocd-foreningen.dk under Region Syddanmark

Lokalgruppe Sønderborg

Kontakt vedr. møderne:

Mette Sørensen
ocdsdbg@gmail.com
Peter Reedtz tlf. 8157 9033
Lissie Danielsen tlf. 7442 3138

Mødedatoer

Onsdag 2. april

Onsdag 7. maj

Onsdag 4. juni

Mød op og tal med andre OCD-ramte og pårørende

Mødetidspunkt: kl.19.00

Mødested

Sønderborghus Kultur- og medborgerhus
Løngang 1, 6400 Sønderborg

Lokalgruppe Fyn

Kontaktpersoner

Frank Jensen tlf. 29 29 39 32
frankbjensen@stofanet.dk
Heide Hansen tlf. 2097 6171
hhlo9@live.dk

Har du spørgsmål, er du altid velkommen til at kontakte os.

Mødedatoer:

Onsdag 26. marts

Onsdag 30. april

Onsdag 28. maj

Onsdag 18. juni

OBS! 2. sidste onsdag i juni

Tidspunkt: kl.19.00

Mødested:

OBS! Bemærk nyt mødested:

PsyInfo, Jernbanegade 15,
5000 Odense C (Mellem Fyns
Kunstmuseum og restaurant Målet).

Alle der har OCD eller mistanke om det, er velkomne. Det samme gælder pårørende og venner til OCD-ramte.

Bemærkninger

I vores lokalgruppe er der altid plads til nye og deres evt. spørgsmål. Der kommer både unge og lidt ældre til møderne, hvilket altid skaber nogle gode samtaler. Vi lægger vægt på, at nye og gamle deltagere præsenteres for hinanden. Hver gang har vi en runde, hvor hver enkelt har mulighed for at fortælle, hvordan det går med ens egen eller evt. pårørendes OCD. Har man det bedst med ikke at sige noget på møderne og bare være til stede, er dette også i orden. Vi lægger vægt på, at deltagerne kan bevare deres anonymitet. Dvs. at de fremmødte, ikke ved navns nævnelse omtaler andre medvirkendes symptomer, problemer og evt. medicinering, uden for det forum, som møderne udgør. Indimellem vil indbudte gæster og/eller eksperter holde foredrag. Hvis nogen er interesseret i at få en mail om kommende emner eller evt. foredragsholder ca. en uge før mødet, kan I sende jeres mail adr. til frankbjensen@stofanet.dk Arrangementer kan desuden ses på OCD-foreningens hjemmeside www.ocd-foreningen.dk under Region Syddanmark

Lokalgruppe Rudkøbing

Kontaktperson:

Eva Fjord Christensen tlf. 2058 2964
ale@christensen.mail.dk

Mødedatoer:

Torsdag 10. april
Torsdag 8. maj
Torsdag 12. juni

Mød op og tal med andre OCD-ramte og pårørende.

Tidspunkt: kl.19.00

Mødested:

Borgerhuset
Ahlefeldtsgade 13-15
5900 Rudkøbing

Formålet med møderne er dels, at vi alle får viden om OCD og behandlingsmulighederne og dels, at man træffer andre, der har OCD inde på livet, så man kan udveksle erfaringer. Møderne afholdes i en hyggelig og afslappet atmosfære. Der bliver serveret kaffe/te.

Region Sjælland

Lokalgrupper: Næstved og Lolland-Falster

Lokalgruppe Næstved

Kontakt:

52406121 / 70203091
kontakt@ocd-foreningen.dk

Mødedatoer:

Her holdes der pause, indtil vi får ny kontaktperson, der vil stå for møderne. Skulle du være interesseret, er du velkommen til at kontakte os for at høre nærmere.

Sted:

Frivilligcenter Næstved
Futuracenteret
Farimagsvej 22
4700 Næstved

Hold øje med hjemmesiden på www.ocd-foreningen.dk under Region Sjælland

Lokalgruppe Lolland-Falster

Kontaktperson:

Carsten Stoemann Rasmussen
Tlf. 2993 7900, c@rstens.com

Mødedatoer:

Torsdag 3. april
Torsdag 1. maj
Torsdag 12. juni OBS! 2. torsdag.

Tidspunkt: kl. 19:00

Mødested:

Guldborgsund Frivilligcenter
Banegårdspladsen 1A, 4800
Nykøbing Falster

Mød op og tal med andre OCD-ramte og pårørende. Møderne afholdes i en hyggelig og afslappet atmosfære. Der bliver serveret kaffe, te og kildevand. Når vi ikke har foredragsholder på, indledes aftenen med en kort præsentationsrunde, hvor vi hver især helt kort fortæller, hvilken relation vi har til OCD. Det er vigtigt at understrege, at hvis du føler dig mere tryk ved blot at være til stede, så er det selvfølgelig helt fint. Vi ønsker at skabe en tryk og fortrolig atmosfære. Derfor lægger vi vægt på, at det, man deler med andre deltagere, forbliver i dette forum. I løbet af mødeaften vil mødelederen ofte stille et forslag til et emne til diskussion. Emnet relaterer sig til OCD. Det er meningen, at snakken på den måde kan flyde. Vi udveksler erfaringer og synspunkter. Når samtalen om det aktuelle emne er overstået, har mødedeltagerne lejlighed til at tale sammen på kryds og tværs og evt. komme med flere spørgsmål.

Region Hovedstaden

Lokalgrupper:

København, Hillerød og Bornholm

Lokalgruppe København

Kontaktperson vedr. møderne:

Allan Petersen tlf. 28 11 77 44.
allanp@hotmail.dk

Mødedatoer

OBS! Her ændres møderne til 3. torsdag i måneden

Torsdag 10. april (OBS! 2. torsdag i måneden)

Torsdag 15. maj

Torsdag 19. juni

Tidspunkt: kl.19.00

Mødested

Julius Bloms Gade 17, kld.
2200 København N

På disse møder kan OCD-ramte og pårørende møde hinanden under frie former og tale om OCD og andre relevante emner. Møderne er ofte stedet, hvor medlemmerne for første gang møder andre OCD-ramte. Der er ingen tilmelding til møderne og ingen pligt til at komme til mere end et møde, selvom man naturligvis er meget velkommen til det. Hold øje med vores hjemmeside for nye tiltag: www.ocd-foreningen.dk under Region Hovedstaden

Lokalgruppe Hillerød

Kontaktperson:

Eilif Rosenkilde tlf. 24 81 38 39
eilif@mail.tele.dk

OBS! Her holdes der pause i møderne. Skulle du/I have lyst at være behjælpelig med møderne, så kontakt foreningen på kontakt@ocd-foreningen.dk.

Tidspunkt: kl. 19:00

Sted:

FrivilligCenter Hillerød
Fredensvej 12c 3400 Hillerød

Lokalgruppe Bornholm

Her holdes pause, til vi finder en, der vil stå for møderne. Skulle du have lyst, er du velkommen til at skrive til kontakt@ocd-foreningen.dk eller ringe til Edith Christensen på 5240 6121

Behandlerliste

Behandlerlisten afspejler forslag og interne forespørgsler i OCD-foreningen, men er ikke som sådan autoriseret af foreningen. Kender du en god behandler, eller har du rettelser til listen, så skriv til foreningen eller ring/mail til Edith Christensen på 52 40 61 21 / edith.christensen@stofanet.dk. Listen er alfabetisk. Opdateret marts 2014.

Fyn

Psykologer

Aage Thomsen
Nørregade 77-79, 2., 5000 Odense C
Tlf. 66 17 92 08

Erik de Place Andersen
Sørup Kirkevej 1, 5700 Svendborg
Tlf. 62 20 25 84, www.ipsis.dk

OCD klinikken
Psykolog Jesper Krogholt
Nørregade 77-79, Indgang c, 3. sal
5000 Odense
Tlf. 5555 1088 hverdage mellem 9-11
Psykolog@jesperkrogholt.dk

Søren Bech Sanderhoff
Bygaden 54, Haastrup, 5600 Fåborg
Tlf. 62 68 22 61, sanderhoff@pc.dk
www.sbsanderhoff.dk

Speciallæger i psykiatri

Bodil Andersen, Fisketorvet 4, 10.,
5000 Odense C, Tlf. 66 19 38 84

Peter K. Østergaard
Elmegade 10, 5500 Middelfart
Tlf. 64 41 03 93

Svend Thorsen
Østerbrogade 33, st., 5600 Fåborg,
Tlf. 62 61 02 05

Jylland

Hospitaler

Ambulant Terapi Afsnit,
Vejle lokalpsykiatri,

Kabbeltoft 25, 7100 Vejle
Tlf. 9944 7893 / 9944 7556
Hverdage 8.00-15.00

Angst og OCD-behandling
Psykiatrisk Sygehus afd. Syd
Mølleparkvej 10, 9000 Aalborg

Børne- og ungdomspsykiatrisk
Center
Harald Selmersvej 66, 8240 Risskov
Professor Per Hove Thomsen, m.fl.
Tlf. 7847 3196, www.auh.dk

Børnepsykiatrisk Ambulatorium
Aalborg Sygehus, Mølleparkvej 10,
9000 Ålborg, Tlf. 96 31 15 24

Børnepsykologisk Team
Bisgårdsvej 12
Skalborg, 9200 Aalborg SV
Tlf. 9931 9274

Holstebro sygehus
Lægårdsvej 12, 7500 Holstebro
Psykolog Jacob Sand Bollerup
Tlf. 99 12 56 60 / 99 12 56 66

Klinik for OCD
Tretommervvej 1, 8240 Risskov
Tlf. 78 47 24 10

Klinikken for Angst & Tvangslidelser
Falkevej 1-3, Bygning 5,
8600 Silkeborg, Tlf. 8722 2618

Klinik for OCD Regionspsykiatrien
Søndersøparken 1, 8800 Viborg
tlf. 8927 3940 telefontid:
10.30-12.00 og 13.00-14.00

Psykologer

Aalborg Psykologpraksis
V/ Lotte Kappelskov Davidsen
Cand.psych.
Vesterbro 54, 3. th. 90200 Aalborg
tlf. 9816 3366 kl. 8.30- 9.00
lkd@aalborgpsykologpraksis.dk
www.aalborgpsykologpraksis.dk

Anne-Grete Christoffersen
Cand. psych., aut.
Strømgade 8, 9800 Hjørring
tlf. 98900414, bedst kl. 9.30-12.00
Tilknyttet Sygesikringen.

agc@psykologerne-stromgade.dk
www.psykologerne-stromgade.dk

Annette Mols
Søndergade 66-68, 8000 Århus
Tlf. 21 74 42 41

Antje Fries, psykolog, Specialist og
supervisor
Søndervang 1, 9530 Støvring og
Lyngstien 8585 Fjellerup
Tlf. 22673720

Bodil Apollo
Psykologklinikken, Toldbogade 33,
8600 Silkeborg, Tlf. 86 80 17 80

Dorte Gram, Psykologhuset
Søndergade 1 B, 1.tv, 8000 Århus C
Tlf. 86 12 50 20

Dorte Rødbro, Cand.pæd.psych.
Overenskomst med sygesikringen.
Østerågade 20, 9000 Aalborg
Tlf. 20 19 21 09, dorte@roedbro.dk

Eline Hyldager, Cand.psych., aut.
Klinik for Kognitiv Terapi
Nørre Alle 22, 3, 8000 Århus C
Tlf. 30 27 22 99, eline@hyldager.dk

Familiecentret
Børnepsykologisk Team
Strandvejen 35E
9000 Aalborg
Tlf. 99 31 31 31

Jytte Berg, Aut. cand.pæd.psych.
Rugholm 2, 9970 Strandby
Vesterbro 54, 3 th. 9000 Aalborg.
Overenskomst med sygesikringen i
Aalborg klinikken.

Tlf. 50 90 64 80,
psykolog@jytteberg.dk
www.jytteberg.dk

Karen Werdenberg
Kongevej 44, 6400 Sønderborg
Tlf. 74 43 38 82

Leif Christensen,
Klinisk Psykolog, aut.
Klinisk Psykologisk Praksis
Sydhavnsvej 15, 7700 Thisted
Tlf. 96 19 99 10
www.psykologdokken.dk

Lena Højgård Isager,
Cand.psych., aut.,
Tlf. 22 59 78 47,
lena@kognitivfokus.dk
www.kognitivfokus.dk

Lene Broe, aut. cand.psych.
PsykologCentret-Silkeborg
Vestergade 35 F, 8600 Silkeborg
Mobilnr. 20226424
lene@psykologcentret-silkeborg.dk
www.psykologcentret-silkeborg.dk

Lene Nordheim
Torvet 15-17,2
8500 Grenaa
tlf. 86120808
mail.psykolog@lenenordheim.dk
overenskomst med sygesikringen

Lis Skadkær, Psykologhuset Strøget
Søndergade 1 B, 1., 8000 Århus C
Tlf. 86 78 70 14

Lis Augustenborg
Carl Plougsvej 4, 6400 Sønderborg
Tlf. 74 43 01 03

Malene Viderup Worm Cand.psych.
Psykologklinikken Himmerland
Overenskomst med sygesikringen.
Grøndalsvej 45, 9620 Aalestrup Tlf.
29 72 49 95,
malene@psykhim.dk
www.psykhim.dk

Mariann Bech Jensen,
Cand.psych., aut.
Banegårdspladsen 20 Århus C
Dybrovej 7 B, 8270 Højbjerg.
Tlf. 26 27 32 74,
mbj.psykolog@gmail.com

Merete Mørch, m.fl.
Kognitiv Terapi Center Århus
Rolighedsvej 45 B, 2. sal
8240 Risskov
Tlf. 87 41 60 20, www.kognitiv.dk

Morten Sveistrup Hecksher
Lokalpsykiatri Centrum
Rosensgade 1, 8000 Århus C

PsykologCenteret
Gravene 1, 1., 8800 Viborg
Tlf. 86 60 11 71

Lene Metner, Cand.pæd.psych.
Tlf. 2179 5204
post@psykologcentret.dk
www.psykologcentret.dk

Psykologhuset Kognitiv Fokus
Østrevej 32, 8210 Århus V
Jens Wraa Laursen,
Cand.psych., aut.,
Tlf. 87 44 00 21
jens@kognitivfokus.dk

Ragnar Stefánsson
Dybbølbjerg 19, 6400 Sønderborg
2273 0711 ragnar@psykhjaelp.dk
www.psykhjaelp.dk

Susanne Vokstrup,
Cand.pæd.psych., aut
Psykologisk Rådgivning
Overenskomst med sygesikringen.
Rantzausgade 19, gården
9000 Aalborg, Tlf. 29 67 78 29
susanne@vokstrup.dk,
www.vokstrup.dk

Sven-Erik Maj, Cand.psych., aut.
Klinik for Kognitiv Terapi
Nørre Alle 22, 3., 8000 Århus C
Tlf. 61 67 81 01 se.may@get2net.dk
www.psykologaarhus.dk

Søren Dam Andersen,
Fredericiagade 30, 1. tv.,
6000 Kolding.
Tlf. dag: 21 75 07 43,
Tlf. aften: 75 36 81 58

Teit Juel Jensen
Bredgade 30, opgang vest, 2.
7400 Herning, Tlf. 97 21 55 86
teitjj@mail.dk

Ulla Kühlmann
Gyvellunden 2, 6800 Varde,
Tlf. 7521 0543

Zenia Børsen, Cand.psych.
Psykolog Klinik, Har overensk. med
sygesikringen, Hobrovej 23,
9000 Aalborg, tlf. 5055 1066

Speciallæger i børne- og ungdomspsykiatri

Bjarne Nielsen
Teisensvej 1, 9400 Nørre Sundby
Tlf. 98 17 03 73

Michael Fuglholt
Ryesgade 31, 3., 8000 Århus C
Tlf. 86 51 71 99

Speciallæger i psykiatri

Astrid Lykken, Havnegade 2, 1.,
7900 Nykøbing M, Tlf. 97 72 40 88

Eivind Knutzen
Store Torv 10, 4. sal,
8000 Århus, Tlf. 86 12 24 26

Kjersti Lien & Birger Guldbæk
Ved stranden 11 D, 2. tv.
9000 Aalborg
Tlf.: 58 51 54 17
www.cure4you.dk

Lars Lukman Christensen
Fynsgade 24, 1. tv, 7400 Herning
Tlf. 97 22 43 40

Leif Vedel Sørensen
Kognitiv Klinik,
Livsfabrikken, Rosengade 38 D,
8000 Århus C, Tlf. 86 13 86 19
lvs@kognitivklinik.dk
www.kognitivklinik.dk

Mogens Brødsgaard
Rosenkrantzgade 2, 2.,
8000 Århus C, Tlf. 86 13 55 85

Per Jørgensen
Skrænten 2 B, 8240 Risskov,
Tlf. 86 17 89 11

Sjælland

Hospitaler

Klinik for angst og OCD
Psykiatrisk Klinik Havnevej 5,1.
4000 Roskilde, tlf. 4732 9247

Klinik for Angst og OCD
Psykiatrisk Center København
Nannas gade 28, 2200 københavn N
Tlf.: 3864 4906

Psykoterapeutisk Specialafsnit F4
Psykiatrisk Center Frederiksberg
Ndr. Fasanvej 57 - 59
2000 Frederiksberg

Sebastian Swane, speciallæge i psykiatri, specialist i kognitiv psykoterapi
(fortrinsvis for borgere fra Frederiksberg og Vanløse)
sebastian.swane@regionh.dk
www.psykiatri-frederiksberg.dk
(afd.): 38 16 45 51

Psykologer

Anna Lisa Hylten Cavallius
Vesterbrogade 20, 2., 1602 Kbh. V
Tlf. 33 25 00 13, (primært behandling af depression)

CEKTOS - København
Gammel Kongevej 178, 1 sal tv.
1850 Frederiksberg C,
Tlf.: 22 85 46 47
Email: psykologerne@kognitivc.dk

Karin Dørum,
Cand.psych, Klinisk Psykolog
Psykologisk Klinik Hellerup
Bernstorffsvej 20, 2900 Hellerup
Tlf. 39 30 43 20, www.doerum.com

Lennart Holm Cand. psych. aut.
CEKTOS-Center for Kognitiv terapi og Supervision
Ridderstræde 4, 2, 4700 Næstved
Tlf. 55 73 48 49, info@cektos.dk
www.cektos.dk

Marianne Tolstrup
Klinisk Psykologisk Praksis
Munkholmvej 9, 4300 Holbæk
Tlf. 59 44 90 42 / 21 63 40 42
cand.psych.marianne@privat.dk

Per Bech, Psykologisk Klinik
Jorcks Passage, Vimmelskiftet 42B, 5
1161 København K,
Tlf. 33 12 18 62

Praksis for Kognitiv Terapi,
Stine Næsted, Mette Eline Laursen
& Susanne Johansen m.fl.
Gothersgade 175
1125 København K,
Tlf. 33 24 24 98
www.kognitivpraksis.dk

Psykologerne Johansen, Kristoffersen
og Pedersen

Østbanegade 9, 1. th., 2100
København Ø, fællestlf. 33130300
www.kognitivpsykologkbh.dk

Sisse Sander Strange, aut. psykolog
Fremtidsvej 11, 2860 Søborg
Tlf. 39 69 84 08 / 21 40 59 14
sissestrange@tdcadsl.dk
www.sissestrange.dk

Trine M. Johnsen
Peter Bangs Vej 1 F 2.
2000 Frederiksberg, Tlf. 3887 7050

Ulrichsens klinik,
Nørre Voldgade 11,3. sal,
1358 København K
Tlf. 38 28 88 72 / 3028 8877
Fax. 38 28 88 73
michelle@ulrichsenslinik.dk
www.ulrichsenslinik.dk

Wattar Gruppen,
Kognitivt Psykologcenter
& Fobiskolen
Holbergsgade 14, 4.sal
1057 København K, Tlf. 3311 2284
www.wattar-gruppen.dk

Speciallæger i børne- og ungdomspsykiatri

Eva Christiansen
Badstuestræde 7, 1.
1209 København K, Tlf. 2622 3144

Lise Nyholm
Engelsborgvej 38. 1. sal, 2800
Lyngby.
Tel. 30244630

Staffan Røijen
Vesterbrogade 20, 2. tv.
1620 Kbh. V, Tlf. 33 25 00 13

Psykiatrisk privatklinik ApS
Dronningens Tværgade 46, st.
1302 københavn, Tlf. 33 69 09 66,
Fax 33 69 09 67, www.ppklinik.dk

Sus Foldager
Nørregade 12, 4100 Ringsted,
Tlf. 58 56 11 00

Speciallæger i psykiatri

Annemarie Lund Laursen
Rømersgade 7, 1., 1362 Kbh. K
Tlf. 33 33 86 46
Henrik Lund Gowetz
Bymidten 56 P, 3500 Værløse
Tlf. 44 47 40 02

Kirsten Behnke
Falkoner Alle 112
2000 Frederiksberg, Tlf. 35 37 37 21

Lars Hansen
Søgade 18, 4100 Ringsted,
Tlf. 57 67 49 69

Marianne Breds Geoffroy
Speciallæge i psykiatri, Ph.D.
Nørregade 41, 2. sal
1165 København K
Mobil. 23 66 31 78
www.kognitivterapi.dk

Psykiatrisk privatklinik ApS
Dronningens Tværgade 46, st.
1302 københavn, Tlf. 33 69 09 66,
Fax. 33 69 09 67, www.ppklinik.dk

Psykiatriklinikken
v/ Erik Skovbjerg
Taastrup Hovedgade 131 E. 1.
2630 Taastrup
Tlf-aftale mandag-fredag 9.30-13.00
Tlf. 43 99 50 55, Fax 43 99 60 54

Stig Rasmussen
Slotsgade 65 C, 1. 3400 Hillerød,
Tlf. 48 25 00 08

Adresseliste

Foreningens adresse:
OCD-foreningen,
Julius Bloms Gade 17, kld.tv.,
2200 København N
Telefon: 70 20 30 91
Giro: 1-663-4751
www.oed-foreningen.dk,
kontakt@oed-foreningen.dk

Bestyrelse

Formand
Bettina Broni
Åparken 7
8500 Grenaa
Tlf. 2782 3460
aaparken@dlgtele.dk

Næstformand:
Nicolai Skovsmose
Møllevej 10 B
9520 Skørping
Tlf. 2025 1795
nskovs09@student.aau.dk

Kasserer
Edith Givskov Christensen
Jernaldervej 245,
8210 Aarhus V

Tlf. 8624 2519 / 5240 6121
edith@oed-foreningen.dk

Camilla Thomsen
Hjortebakken 82 C
8450 Hammel
tlf. 20620999
minsally@msn.com

Carsten Rasmussen
Mågevej 4
4990 Sakskøbing
Tlf. 29937900
c@rstens.com

Inge Green Volder
Gammel søllerupvej 7
4681 Herfølge
Tlf. 22582103
honeybon.volder@mail.com

Suzan Hecht Duran
Rosengården 9, 2.
1174 københavn K
mail@suzanduran.dk

Suppleanter

Allan Petersen
Jens Munks Gade 18, 1. th.
2100 København Ø
allanp@hotmail.dk
Tlf. 2811 7744

Kirstine Bruus Bille
Rolandsvej 2 C
Hvedstrup
4000 Roskilde
Tlf. 29850431
kirstine.bille@yahoo.dk

Tilknyttede konsulenter

Jacob Ravnskjær Hansen
Tlf. 6016 4285
Jacob_hansen_1994@live.dk

Frank Jensen
Tlf. 2929 3932
frankbjensen@stofanet.dk

Isabella Vinding
isabella.vinding@gmail.com