

## הערות מן השדה

*להדחיק או לא להדחיק?!*

בארץ (עיתון הארץ של יום ששי 4.4.03) ובחוו"ל עולים מחדש לכותרות מחקרים המדברים על יעילות ההדחקה במקרים של טראומה, ומשתמע כאילו עדיף לא לטפל אחרי טראומה, אלא אולי ללכת לשחק טניס... חשוב לזכור כי אנשים אשר מצליחים להדחיק טראומות לא יפנו לטיפול, אלא אם הם סבורים כי משהו לא בסדר שהם מדחיקים. לדוגמא פנתה אלי אישה אשר הייתה בפיגוע בקמפוס באוניברסיטת י"ם כי לא היו לה סימפטומים של ASD אלא בהדרגה הצליחה לחזור לתפקוד והזיכרונות הטראומטיים לא היו לה נגישים. הרי שאנחנו בד"כ נתקלים באנשים אשר אינם מצליחים להדחיק את הזיכרונות האינטרוסיביים ואשר עקב מפתחים מערכת הימנעויות מגירויים אשר עלולים להתקשר עם האירוע הטראומטי. אילו הצליחו להדחיק, הרי שלא היו מפתחים ASD או PTSD.... ובמקרה שמצבם אינו משתפר, הרי שטיפול בטראומה מומלץ!

## *FYBROMYALGIA* ממצא מפתיע אודות

שלשה מטפלים מארה"ב מדווחים על ממצאים דומים עם כאבים כתוצאה מ-FYBROMYALGIA: הם מבקשים להתמקד בכאב ולהעריך את עוצמתו עם סולם מ-1 עד 10. ואז מתחילים עם תנועות עיניים. הם דיווחו על ירידה עד ל-0 של הכאב (גם אם היה ממושך). בין פגישות הכאב עלול לעלות, אבל לא לאותה רמה כמו בפגישה קודמת. הם כמובן ממליצים לשים לב אם יש עניין של רווח משני אשר יהווה גורם מפריע לירידת הכאב. כדאי לנסות?!