

- Uvod • Liječenje

## Uvod

Akutni stresni poremećaj je sličan posttraumatskom stresnom poremećaju (PTSP-u) osim što započinje unutar 4 sedmice od traumatskog događaja i traje samo 2-4 sedmice.

Osoba sa akutnim stresnim poremećajem bila je izložena zastrašujućem događaju. Osoba duševno proživljava traumatski događaj, izbjegava stvari koje ga na njega podsjećaju i ima povećanu tjeskobu.

Osoba ima tri ili više od sljedećih simptoma:

- Osjet obamrlosti, odvajanja ili gubitka emocionalnog odgovora
- Smanjena je svijest o okolini, npr. biva zbunjena
- Osjećaj da stvari nisu realne
- Osjećaj da ona sama nije stvarna
- Nespličnost sjećanja na važni dio traumatskog događaja.

## Liječenje

Mnogi ljudi se oporave od akutnog stresnog poremećaja nakon što ih se ukloni iz traumatske situacije i nakon što im se pruži odgovarajuća potpora u obliku razumijevanja, suosjećanja sa njihovom mukom i mogućnost da opišu što se dogodilo i kakva je na to bila njihova reakcija. Mnogim ljudima dobro čini opisivanje njihova iskustva po nekoliko puta. Od pomoći mogu biti sredstva za spavanje, ali drugi lijekovi mogu smetati prirodnom toku izliječenja.