

# Behandling med elektrostimulation (ECT)

Denne information er til dig, der skal have behandling med ECT og dine pårørende.

Vil du hellere læse denne information på din telefon, kan du gå ind på [www.psykiatri-regionh.dk/ect](http://www.psykiatri-regionh.dk/ect) eller skanne QR-koden med kameraet på din telefon. Her finder du også en video om behandlingen.



## Hvad er ECT?

ECT er en forkortelse af Electroconvulsive Therapy, det vil sige en behandling, der virker ved hjælp af elektrisk fremkaldte kramper.

ECT-behandling er en veldokumenteret og sikker behandlingsform, der primært bliver brugt, hvis du har svær depression, depression med psykose eller en bipolar lidelse. Nogle gange også ved mindre svære lidelser, hvis anden behandling som medicin og psykoterapi har været forgæves.

Behandlingen foregår ved, at du får tilført en svag elektrisk strøm gennem hovedet, som udløser et kort, kontrolleret krampeanfald i hjernen. Anfaldet aktiverer nogle vigtige systemer i hjernen, som er påvirket, når man har en depression.

Under behandlingen er du under fuld bedøvelse (narkose) og oplever derfor ingen smerter eller ubehag.

Efter behandlingen kan du opleve bivirkninger som hovedpine og påvirkning af kort- og langtidshukommelsen.

# Ofte stillede spørgsmål

## Hvornår bruges ECT som behandling?

Behandling med ECT kan være en mulighed, hvis du er svært forpint og har:

- alvorlig depression og eventuelt selvmordstanker
- depression med psykose
- vanskelig behandlelig mani
- visse former for skizofreni
- forvirringstilstande (delirium)
- depression, som anden behandling ikke har kunnet hjælpe på.

ECT bliver altså brugt, når anden behandling som medicin og psykoterapi ikke har hjulpet tilstrækkeligt eller giver uacceptable bivirkninger.

Behandlingen med ECT fungerer ikke sammen med psykoterapi på grund af de problemer med korttidshukommelsen, som nogen oplever - særligt under behandlingen og i tiden efter. Desuden er de fleste af de dem, der tilbydes ECT, ikke umiddelbart raske nok til at have gavn af psykoterapi. Når depressionen er overstået kan de have glæde af psykoterapi.

Behandling med ECT gives også, hvis:

- du ikke tåler anden behandling (fx på grund af fysiske sygdomme som dårligt hjerte eller andet, der gør, at du ikke tåler medicin).
- du har oplevet, at ECT har hjulpet godt tidligere.
- det er vigtigt med en meget hurtig effekt - fx på grund af en overhængende fare for selvmord.

## Hvor ofte skal jeg have behandling?

Når du får ECT-behandling, får du en serie af behandlinger.

Det er forskelligt, hvor mange behandlinger, man har brug for, men det typiske antal behandlinger ved depression ligger omkring 12. Nogle klarer sig med færre, mens andre skal have flere for at mærke en effekt.

Behandlingen bliver typisk givet tre dage om ugen: Mandag, onsdag og fredag.

Efter behandlingen med ECT skal du typisk fortsætte med medicinsk behandling for at forebygge, at du får tilbagefald.

Der er også nogle, der har glæde af forebyggende behandlinger med ECT. Her bliver du ved med at få behandlinger, selvom du ikke længere har symptomer,

eller symptomerne er blevet mildere. Dette vil typisk ske ved, at du får én behandling med mellem 1 og 3 ugers interval.

### **Hvor foregår behandlingen?**

Behandlingen foregår på særlige ECT-klinikker, der er tilknyttet et psykiatrisk center.

Hvis du er indlagt på intensivt afsnit (før kaldet lukket afsnit), vil personalet altid følge dig hen til behandlingen, blive med dig og hjælpe dig tilbage på afsnittet.

Hvis du er i ambulant behandling (i dagtimerne, uden indlæggelse), tager du selv frem og tilbage fra din bopæl. Man må ikke selv køre bil i 24 timer lige efter behandlingen, så det er en god idé at aftale med dine nærmeste, hvis du skal hentes.

Du kan også få hjælp til transporten, hvis du har behov for det. Det kan du aftale med personalet på ECT-klinikken.

### **Hvem står for behandlingen?**

Når du får behandling med ECT, er der et tværfagligt team af behandlere til stede for at give behandlingen og sikre bedøvelsen og den efterfølgende opvågning.

Det drejer sig om følgende behandlere:

- En anæstesilæge, der giver bedøvelsen
- En anæstesisygeplejerske, der også giver bedøvelse
- En psykiater (læge inden for psykiatrien), der giver selve behandlingen.
- En ECT- sygeplejerske, der assisterer med behandlingen.

Du kan også opleve, at der er andre til stede, fx læger eller sygeplejersker under uddannelse.

Personalet, der bedøver dig, er specialister i bedøvelse og arbejder til dagligt på hospitalernes anæstesiaafdelinger. De psykiatere, der har ansvar for selve behandlingen, er særligt uddannede og ansvarlige læger på området.

### **Hvorfor hjælper ECT?**

ECT-behandling er en meget effektiv og hurtig metode, når det gælder om at skabe lindring af visse typer af psykiske sygdomme - fx depression og manier.

Man ved ikke præcis, hvorfor ECT har god effekt på svære depressioner. Men man ved, at behandlingen ændrer en række kemiske processer i hjernen.

Det skyldes højst sandsynligt, at de krampeanfald, der bliver fremprovokeret, udløser vigtige signalstoffer (neurotransmittere), som påvirker vores hjerne og humør.

Desuden bliver der visse steder i hjernen (hippocampus) dannet nye nerveceller. ECT stimulerer denne proces, der netop går i stå, når man har en depression. Derfor har du måske også oplevet, at din hukommelse og koncentrationsevne er dårligere, hvis du har en ubehandlet depression.

ECT virker hurtigt – nogle gange er der begyndende effekt allerede efter få behandlinger. Til sammenligning kan medicin tage uger om at virke og psykoterapi virker typisk efter måneder. Hvis du er svært deprimeret, er hurtig behandling og effekt meget vigtig, da der ellers kan være fare for selvmord.

## Er ECT sikkert?

Behandling med ECT er sikker og veldefineret behandlingsform, der foregår på præcis samme måde, uanset hvor du bliver behandlet i Danmark. Det er også en velafprøvet behandlingsform, da op imod 2.000 patienter årligt får ECT-behandling i Danmark.

Dette er på niveau med de andre nordiske lande og betyder, at der er stor faglig viden om og erfaring med brug af behandlingen.

Der er lavet mange undersøgelser, hvor man har scannet personers hjerner før og efter, de har fået ECT-behandling. Her har man ikke kunnet påvise nogen skadelig virkning på hjernen.

Studier af mennesker, som har fået mange ECT-behandlinger, før de er døde af alderdom, har ikke vist andre forandringer i hjernen end dem, man kan forvente af deres alder.

Endelig har man målt på bestemte stoffer, som frigives i blodet, når nerveceller dør. Man har ikke kunne påvise en stigning i disse stoffer efter en serie af ECT.

Men som ved alle behandlingsformer er der bivirkninger og ulemper, som det er vigtigt at gennemgå sammen med din behandler løbende, så de står mål med effekten af behandlingen.

Du kan læse mere om bivirkninger under "Mulige bivirkninger ved ECT".

# Forberedelser til behandlingen med ECT

## Undersøgelse før behandlingen

Inden ECT bliver sat i gang, bliver du grundigt undersøgt for at finde ud af, om du kan tåle den. Er der eventuelt en sygdom, der skal tages hensyn til i behandlingen – fx sukkersyge eller dårligt hjerte?

Ved undersøgelsen bliver din puls, blodtryk og temperatur målt, og der bliver taget nogle blodprøver. Anæstesipersonalet vurderer resultaterne af undersøgelsen, så de kan tilpasse behandlingen efter dem.

## Faste 6 timer før bedøvelsen

På selve dagen, hvor du får behandlingen, skal du faste i seks timer før bedøvelsen. Så du må ikke spise noget, men gerne drikke vand, saft, kaffe og te (uden mælk) indtil to timer før bedøvelsen, medmindre du får andet at vide.

Du må gerne tage visse former for medicin inden bedøvelsen med en smule vand (hvad der lige akkurat kan dække bunden af et glas). Tal med personalet om dette. Nogle former for medicin kan ændre krampetærsklen og derigennem effekten af ECT på depressionen, fx kan epilepsimedicin hæmme effekten af behandlingen.

## Rygning kan give bivirkninger

Rygning giver større risiko for, at du kan opleve bivirkninger efter bedøvelsen. Derfor må du ikke ryge i to timer før bedøvelsen. Hvis du har en lunge- eller hjertesygdom, kan personalet bede om, at du ikke ryger i tolv timer op til bedøvelsen. Som erstatning kan du få tilbudt et nikotinplaster.

## Beroligende medicin

I særlige tilfælde kan det være nødvendigt, at du får beroligende medicin inden bedøvelsen. Det aftaler du med din behandler.

Den beroligende medicin skal som regel tages 1-1½ time inden behandlingen med ECT. Medicinen bliver givet som flydende medicin, tabletter eller stikpiller. Den beroligende medicin kan gøre, at du føler dig lidt døsigt.

## Personlige genstande og makeup

Før behandlingen vil du også blive bedt om at tage smykker som halskæder og ure af inden bedøvelsen, så der ikke er risiko for, at de bliver viklet ind i udstyr eller måleinstrumenter.

Desuden kan du blive bedt om at fjerne øjenmakeup, så man kan se de tynde blodårer under huden på øjenlåget. Eventuel neglelak skal også fjernes, da det

forhindrer personalet i at måle iltmængden i blodet gennem et måleinstrument, der sættes på fingeren.

Husk at tømme blæren inden behandlingen.

### **Forberedelse til bedøvelse**

Bedøvelsen foregår i samme rum som selve behandlingen.

Bedøvelsen foregår ved, at:

- du får lagt et drop i en blodåre på hånden eller i armen.
- du får sat elektroder på tindingerne, hvorfra strømmen afgives.
- der bliver sat små elektroder på brystkassen. De hedder EKG-elektroder og overvåger dit hjerte undervejs i behandlingen.
- der bliver sat andre elektroder i panden og bag ørerne. De hedder EEG-elektroder og måler aktiviteten i din hjerne under behandlingen.
- der bliver anbragt en manchete på din overarm til at måle dit blodtryk undervejs.
- der bliver sat en lille, blød klemme på din ene pegefinger, som måler iltindholdet i blodet. Derved kontrolleres, at din hjerne ikke kommer til at mangle ilt under behandling.

Når alt er på plads, sprøjtes der sovemedicin ind i kroppen via droppet, og du falder i søvn.

Mens du sover, bliver et muskelafslappende middel sprøjtet ind gennem droppet. Til sidst får du en tandbeskytter mellem tænderne. Det skal sikre, at dine tænder ikke tager skade af det sammenbid, der kan ske i forbindelse med, at der bliver udløst en krampe.

Under hele bedøvelsen overvåger personalet, at dit blodtryk, puls og iltmængde i blodet er, som det skal være.

## **Sådan foregår selve behandlingen med ECT**

### **Bedøvelsen**

Når du bliver bedøvet, er der tale om fuld bedøvelse. Det betyder, at du sover og altså ikke mærker noget til selve behandlingen.

Inden behandlingen med ECT vil lægen tale med dig om bedøvelsen og få din tilladelse til, at du bliver bedøvet. Herudover vil lægen stille dig nogle spørgsmål, der har betydning for bedøvelsen. Fx om du har allergi over for

medicin eller fødevarer, symptomer på dårligt hjerte, dårlige lunger, stofskiftesygdomme og lignende.

Lægen vil også fortælle dig om de risici og bivirkninger, bedøvelsen kan give. De mest almindelige bivirkninger er kvalme, opkastning og muskelsmerter.

### **Selve behandlingen**

Når bedøvelsen virker, og du sover fuldstændig, starter selve behandlingen.

Gennem elektroder i tindingerne får du tilført elektrisk strøm i et kort øjeblik. Dette udløser et kontrolleret krampeanfald i kroppen, der højst varer to minutter (typisk kortere). Varer det længere, brydes anfaldet med medicin.

Krampeanfaldet minder om et epileptisk anfald, men dog mildere, og du mærker ikke noget til krampen, da du er i fuld narkose og derfor sover. Den muskelafslappende medicin, du har fået samtidig med bedøvelsen, gør, at du får færre rystelser i kroppen.

Selve behandlingen, inklusive bedøvelse og samtale, tager typisk højst 15 minutter.

### **Når du vågner fra bedøvelsen**

Når behandlingen er overstået, vågner du efter ganske kort tid. Opvågningen sker på en opvågningsstue. Her bliver du overvåget, indtil du er helt vågen.

Det er helt normalt, hvis du oplever at været træt og lidt omtumlet i nogle timer efter behandlingen. Hvis du har brug for det, er der mulighed for, at du kan blive lidt længere tid på opvågningsstuen.

Vær opmærksom på, at du ikke må køre bil i 24 timer efter behandlingen, så tænk på forhånd over, hvordan du kommer hjem, hvis du får ambulant behandling. Du er selvfølgelig altid velkommen til at have en pårørende med, men vær opmærksom på, at der kan være ventetid.

Du kan få hjælp til transporten, hvis du har behov for det. Det kan du aftale med personalet i ECT-klinikken.

# Mulige bivirkninger ved behandling med ECT

## Forskellige grader af bivirkninger

Som ved næsten alle behandlingsformer, er der også bivirkninger ved ECT.

Der er stor forskel på, hvor mange og hvor omfattende bivirkninger, du oplever. Nogle oplever blot lidt muskelømhed, mens andre oplever en påvirkning af korttids- eller langtidshukommelsen.

De mest almindelige bivirkninger er:

- Forvirring når man vågner. Dette skyldes både bedøvelsen og behandlingen og forsvinder som regel inden for en time. Derfor bliver du overvåget af erfarent personale på en opvågningsstue.
- I timerne efter behandlingen oplever en del patienter smerter i musklerne eller hovedpine. Dette skyldes kramperne. Smerterne kan blive behandlet med milde smertestillende midler
- Problemer med kort- og langtidshukommelsen.

## Problemer med korttidshukommelsen

Næsten alle patienter oplever problemer med hukommelsen, mens de er i et behandlingsforløb med ECT.

I tiden efter behandlingen kan du have svært at huske ny information som fx indholdet af en samtale, du lige har haft, eller noget, du lige har læst. Altså begivenheder efter behandlingen.

Denne form for hukommelsesbesvær varer kun kort tid – typisk mellem et par uger og op til en måned efter, at ECT- behandlingerne er afsluttet. Der er altså ikke tale om permanent skade på hjernens evne til at huske.

I undersøgelser svarer 20-30 %, at de helt går fri af problemer med hukommelsen.

## Problemer med langtidshukommelsen

Nogen oplever også, at de har svært ved at huske enkeltstående episoder, der ligger i tiden før den depressive episode og ECT-behandlingen. Jo tættere på episoden/ECT-behandlingen, jo større er risikoen.

Nogle oplever, at visse begivenheder forbliver glemte. Det kan selvfølgelig være ubehageligt - særligt, hvis du ikke har haft den ønskede effekt af behandlingen.



Det er svært at vide, om hukommelsesproblemerne skyldes behandlingen med ECT eller selve sygdommen, da en sygdom som svær depression også påvirker både din hukommelse og indlæring.

Det bliver der netop forsket i disse år for at blive klogere på, hvorfor nogen bliver hårdere ramt af bivirkninger end andre, og hvem, der har mest glæde af behandlingen. På den måde kan man blive endnu bedre til at målrette den.

### **Sjældne bivirkninger**

- Kvalme i højst et par timer. Dette skyldes bedøvelsen.
- Hjertekomplikationer hos patienter med hjertelidelser
- I meget sjældne tilfælde opstår der mere omfattende problemer med hukommelsen.

### **Stil spørgsmål**

Som det altid gælder med bivirkninger, må du løbende, i samarbejde med din behandler, tage stilling til, om bivirkningerne er for mange.

Det er desuden vigtigt, at du før behandlingen bliver grundigt informeret om risikoen for bivirkninger. Spørg derfor altid ind, hvis der er spørgsmål, du ikke føler, du får svar på.

## **Mere viden og rådgivning**

Her kan du se, hvor du kan få mere viden, når du har en psykisk sygdom eller er pårørende.

### **Psykiatriguiden - overblik til patienter og pårørende**

I Psykiatriguiden har vi samlet al viden om psykiske sygdomme, behandlingsformer og forløb. Du kan også læse om at være pårørende.

[Find Psykiatriguiden på www.psykiatri-regionh.dk/psykiatriguiden](http://www.psykiatri-regionh.dk/psykiatriguiden)

### **Hverdagen med psykisk sygdom**

[Få konkrete værktøjer til din hverdag med psykisk sygdom på www.psykiatri-regionh.dk/hverdagen](http://www.psykiatri-regionh.dk/hverdagen)

### **Rådgivning i PsykInfo**

Hos PsykInfo tilbyder sygeplejersker med erfaring i psykiatrisk behandling telefonisk eller personlig rådgivning til både patienter og pårørende. [Du kan læse mere om rådgivning i PsykInfo på www.psykiatri-regionh.dk/Psykinfo](http://www.psykiatri-regionh.dk/Psykinfo) eller ringe på telefon 38 64 13 00.