

## PSYTREC behandeling maakt fitter



### Centrale vraag

Zorgt een intensieve trauma-gerichte behandeling, waaraan lichamelijke activiteit is toegevoegd, voor een verbetering in de lichamelijke fitheid van PTSS-patiënten?  
En zorgt een grotere toename in fitheid voor een beter behandelresultaat?



### Onderzoekers

Eline Voorendonk,  
Sarita Sanches,  
Ad de Jongh en  
Agnes van Minnen



### Conclusie

Het is mogelijk om in zeer korte tijd de mentale en fysieke gezondheid van ernstige PTSS-patiënten te verbeteren. Het succes van de behandeling lijkt op basis van dit onderzoek niet direct afhankelijk te zijn van de toename in fitheid.



### Resultaten

- Er werd een significante **toename** in fitheid gevonden en een daling in PTSS-symptomen.
- Er was **geen** relatie tussen de toename in fitheid en de afname in PTSS-symptomen.
- Tevens werd gevonden dat bloeddruk waardes significant **afnamen** na behandeling.



### Wie deden mee aan het onderzoek

108 patiënten met ernstige PTSS, gekenmerkt door hoge bloeddruk waardes en bij 58,6% was sprake van overgewicht of obesitas.



108



58,6%



### Publicatie

European Journal  
of Psychotraumatology,  
2019

