

Hans Petter Fundingsrud
Spesialist i barne – og ungdomssykdommer
DoktorHansa ENF



- ▶ **Genogram/familiekart**
- ▶ **Terapeutiske spørsmål** (hypotesedannelse, sirkularitet, nøytralitet)
- ▶ Klinisk undersøkelse
- ▶ Kapasitetsbøtte
- ▶ **Smertemodeller/forståelse**
- ▶ Biopsykososialt kart
- ▶ **Hypnoterapi**
- ▶ Kognitiv terapi
- ▶ Psykoedukasjon
- ▶ Familieterapi

«VÅRE VERKTØY»



ØKT OPPMERKSOMHET OM FUNKSJONELLE TILSTANDER

- Artikler i Dagens Medisin og TNL (både hos barn og voksne)
 - Uten Synlige Tegn (TV2 Play)
 - Barnehelseatlas.no
 - Harald Eia og Sytepavene (VG TV)
 - Podcaster fra bla Mind Body Lab
 - Pågående CFS/ME og Long-covid – debatt
 - En økning i symptomatologi
- 

Hilde 16 år, idrettslinje i ny by, innlagt m/nyresteinsanfall, vanskelig å smertelindre, utviklet smerteforsterkningstilstand og senere utmattelse, skilte foreldre, mange mindre søsken, 50/50, krevende familiekonflikt, ensomhet, svært ansvarlig

Anne 12 år, redd for å svelge spytt, følelse av stengsel i halsen, sjenert og beskjeden, strever med pubertet utvikler en spiseforstyrrelse som hun får kontroll på, senere tvang som utvikler seg.

Anne, 16 år, ambisiøs fotballspiller, ball i hode under kamp m/øyemuskelparese og hodesmerter, blir innlagt akutt hvor billeddiagnostikk gir ingen funn. Utvikler kronisk hodepine og utmattelse i 1. omgang og en spiseforstyrrelse i 2. omgang.

Tore 14 år med diabetes type 1, velregulert som har begynt å svinge i blodsukker og humør. Etter hvert også atferdsvansker. Det er uklart for foreldre når det er pubertet, reaksjon på sykdommen eller om det er lave blodsukker som bidrar til atferden.

Guro 10 år, talentfull skiløper, far som trener, overtrakk som tilheler, flere ortopeder, foreldre med svært ulik oppdragerstil i ferd med å gå fra hverandre, utvikler CRPS, vil bare spille Fortnite, kommer til kontroll med mamma sine sko nummer 36, men får ikke på sine egne skisko nr. 36. Far kan ikke skjønne dette!

Leonora 12 år med to typer hodepine, migrenelignende symptomer (mor og mormor har migrene), den andre typen mer kronisk, sitter i hele hodet og er nesten alltid til stede, ingen medisiner virker, flink på skolen, men stort skolefravær som funksjonstap, vurderer å slutte med håndball

LØRDAG 18. OKTOBER 2025 • Nr 241 • 40 kr • 128. årgang • Lengde 56

Tromsø

Børge har vært 40 år i bransjen: - Jeg har aldri forstått hvorfor meglere går rundt i dress og spisse sko

Petter (15) hadde uutholdelige smerter - ble frisk på UNN

- Skandaløst at behandlingen legges ned

EUROSPAR VINARBEIDSLAVEN / 70MM / PRISER

TACO	ARBETS NIBRE	BRUSFEST
50%	89%	119
54%	79%	299
159	189%	7%
89%	10%	

Nyheter

Hyller UNN-leger: - reddet jo Petter (15)

Familien fra Gudbrandsdalen ble henvist til UNN behandling. Sykehuset har nå valgt å legge ned gamle Petter fikk.

EKSEMPLER SOM ILLUSTRERER KOMPLEKSITET OG TVERRFAGLIG TILNÆRMING

UTEN SYNLIGE TEGN

HARALD & SYTEGIVENE



UNN
Universitetssykehuset
Nord-Norge

- ▶ Kanskje det kjennes ut som å gå på tomgang?
- ▶ Inn på et sidespor med håndbrekket på
- ▶ Som å ha rusk i forgasseren
- ▶ Batteriene er helt utladet (må lades opp igjen)
- ▶ Hva ville en EU-kontroll ha kunnet oppdage?
- ▶ Få henne tilbake på skinner/på sporet

NYTTIGE METAFORER

Genogrammet/familiekartet

- ▶ Viser interesse for familien som helhet (familiekonsultasjon)
- ▶ Sporer og klargjør familiemønstre over generasjoner mht. symptomets mening, sykdomsatferd)
- ▶ gir umiddelbar tilgang til vanskelig tilgjengelig familiemateriale
- ▶ Danner **tentative hypoteser** gjennom mønstre som utkrystalliserer seg
- ▶ Kan være en kraftfull intervensjon
- ▶ reformulering av atferd, relasjoner og hendelser i familier; familiers oppfatning av seg selv normaliseres («intervenerer mens du diagnostiserer»)



► Hypotesedannelse

- «Jeg undrer meg på om foreldrenes forsøk på å hjelpe sønnen med skolevegring også kan gjøre det vanskelig for ham å vise initiativ selv?»

► Nøytralitet

- «Når mor sier hun føler seg avvist, hvordan oppleves det for far å høre det? Og for sønnen?»

SPØRSMÅLENE

► Sirkularitet

- «Når Tine får vondt i magen, hvem legger først merke til det» «Hva gjør de andre da?»

► Feed forward

- «Hvis du begynte å stå opp om morgenen og fokusere/kjenne etter på de friske delene av kroppen din, hva tror du det kunne medføre» (Innlede med: «Hva er de(n) friskeste delen(e)) av/i kroppen din»

SPØRSMÅLENE (FORTS.)

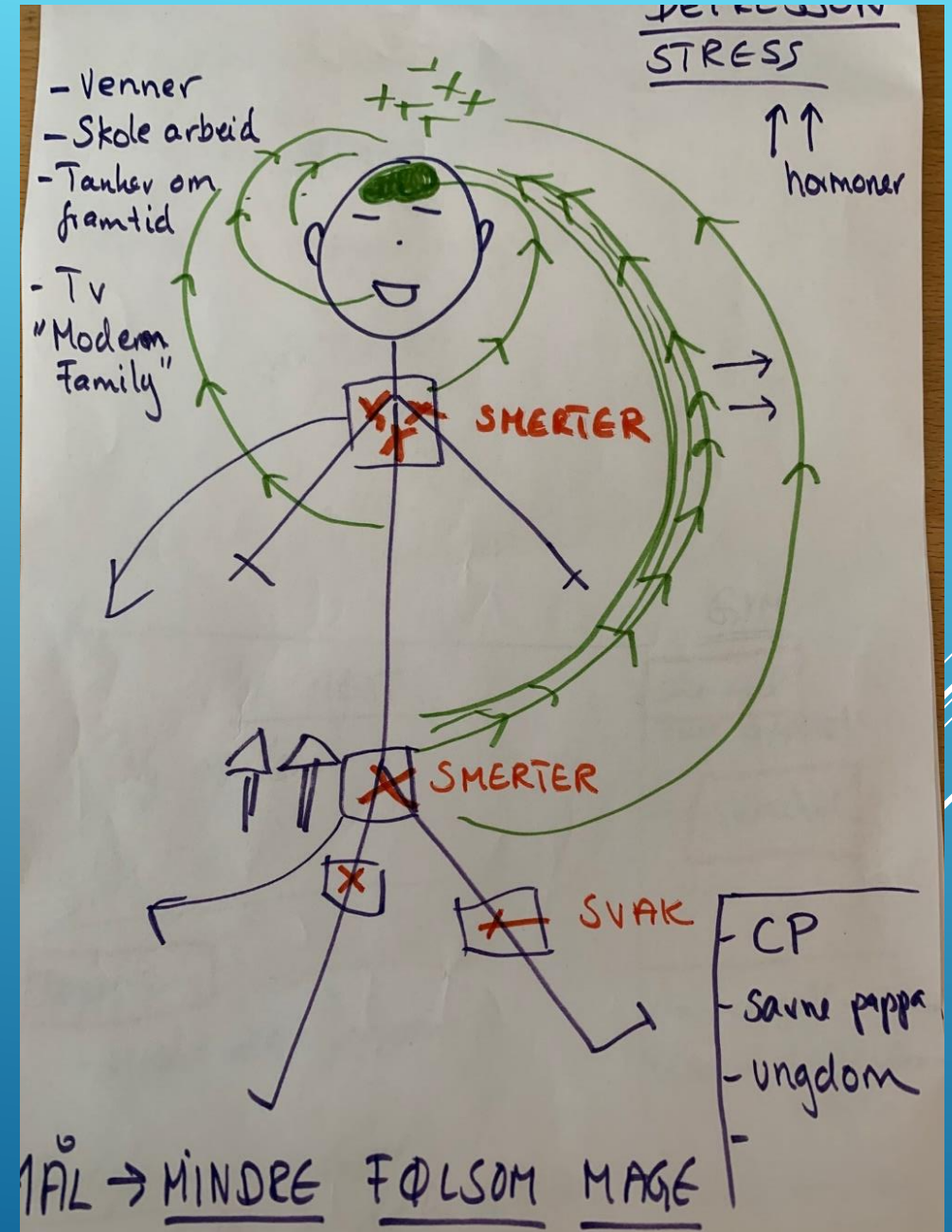
SPØRSMÅLENE FUNKSJONER

- Innhenter og samler informasjon (til den diagnostiske prosessen)
- Introduserer nye ideer som skaper muligheter for forandring for ungdom (og foreldrene)
- Spørsmålene stilles for å skape alternative handlingsmønstre i fremtiden
- «Jeg spør fordi,.....»

= ikke kun svarene i seg selv, men hva slags handlinger de fører til som er betydningsfullt

Smerteforståelse

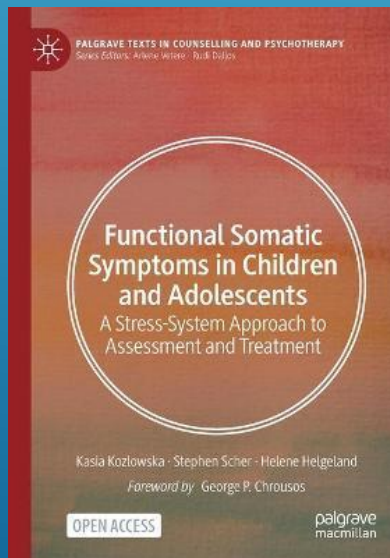
- Enkel tegning
- Den nerven som brukes mye blir overaktiv (som en muskel)
- Behandling: fylle hjernen med andre stimuli
- Smerte, utmattelse og slitenhet er kroppens to viktigste alarmsystemer
- Engstelse øker smerte; det man fokuserer mer på, blir det mer av; ruminering, grublerier og værsteffalls-tenkning øker smerte
- All smerte er reell, umulig å skille fysisk og psykisk smerte



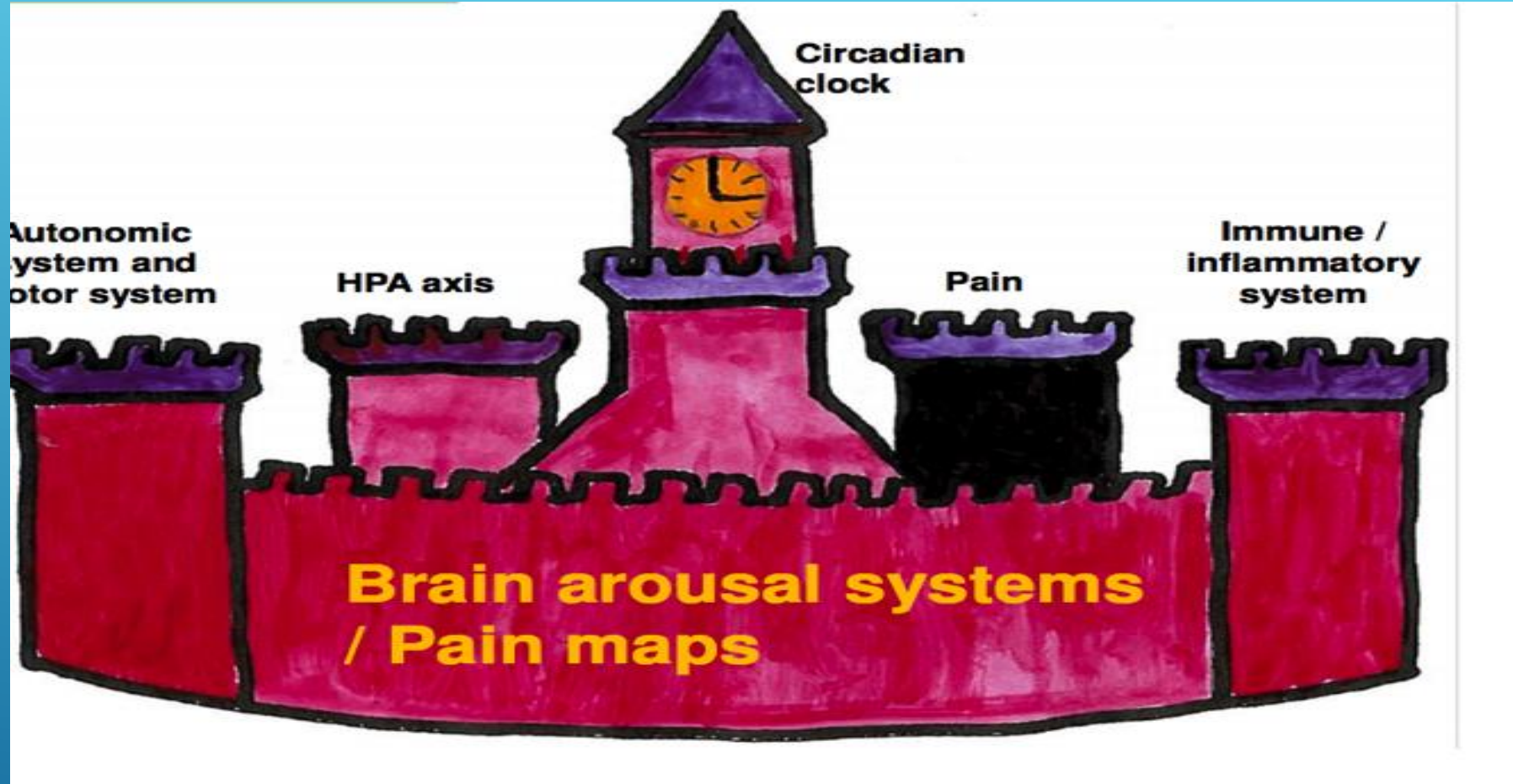
»When you are treating functional somatic symptoms – you are treating a system – the body stress system –not a symptom per se»

Nevrobiologisk forskning

- HPA-akse
- Immunsystemet
- Det autonome nervesystemet
- Den biologiske døgnrytme
- Hjerne-tarm-mikrobiota-aksen
- Muskel-skjelettsystemet
- Hjernenettverk involvert i kognitive og emosjonelle komponenter av stressrelaterte symptomer
- Teorier, forskning og modeller om
 - Tilknytning
 - Stress
 - Traume

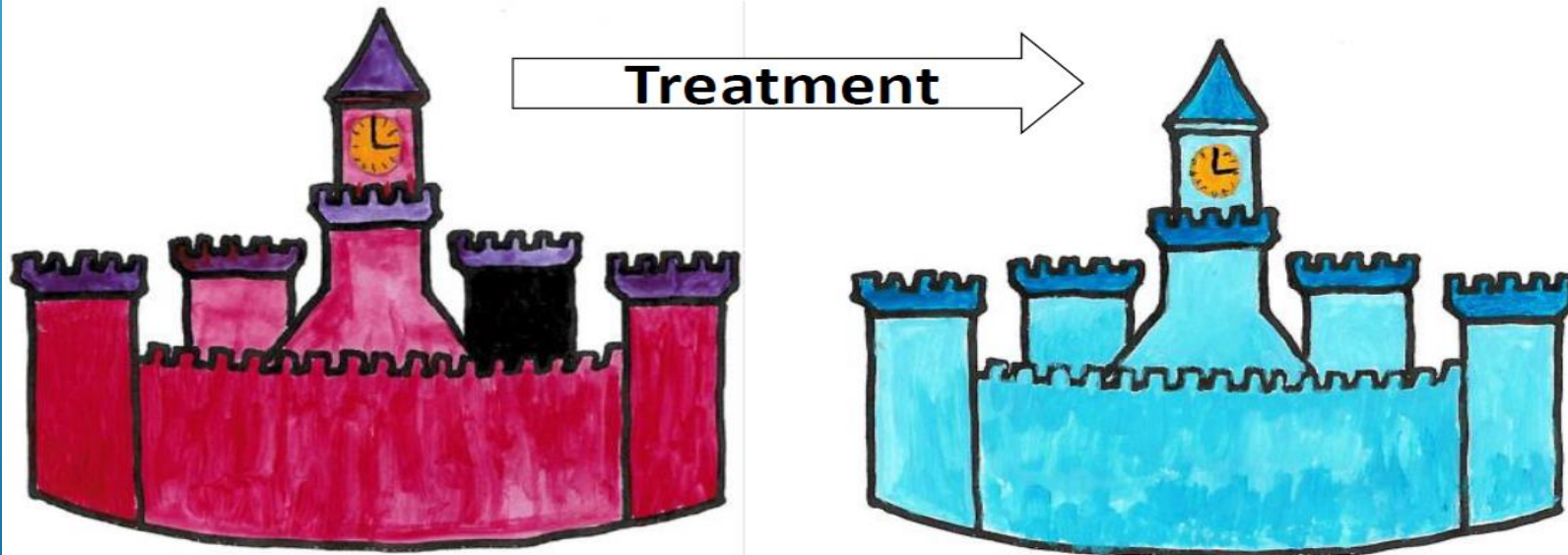


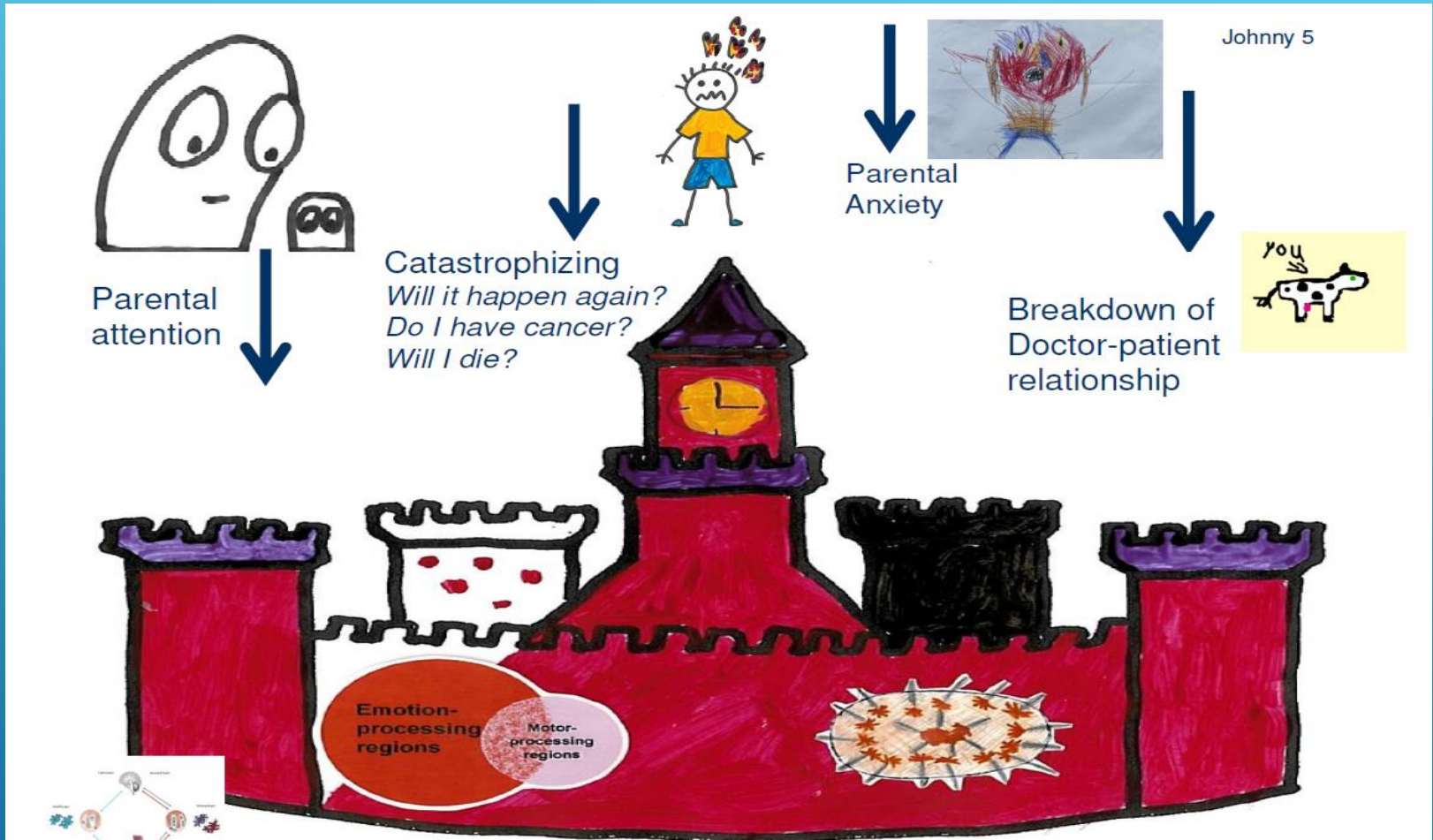
Kasia Kozłowska, Barne – og ungdomspsykiater, University of Sydney

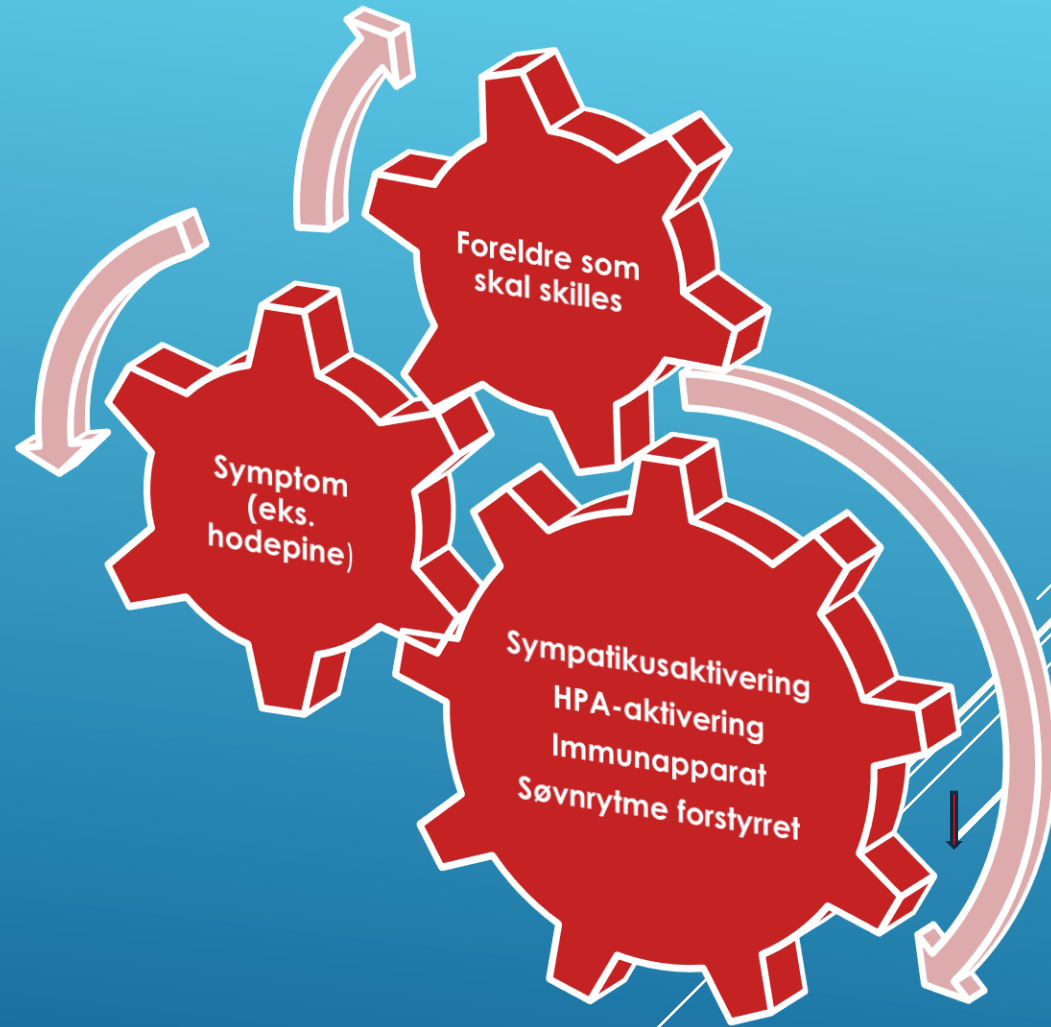


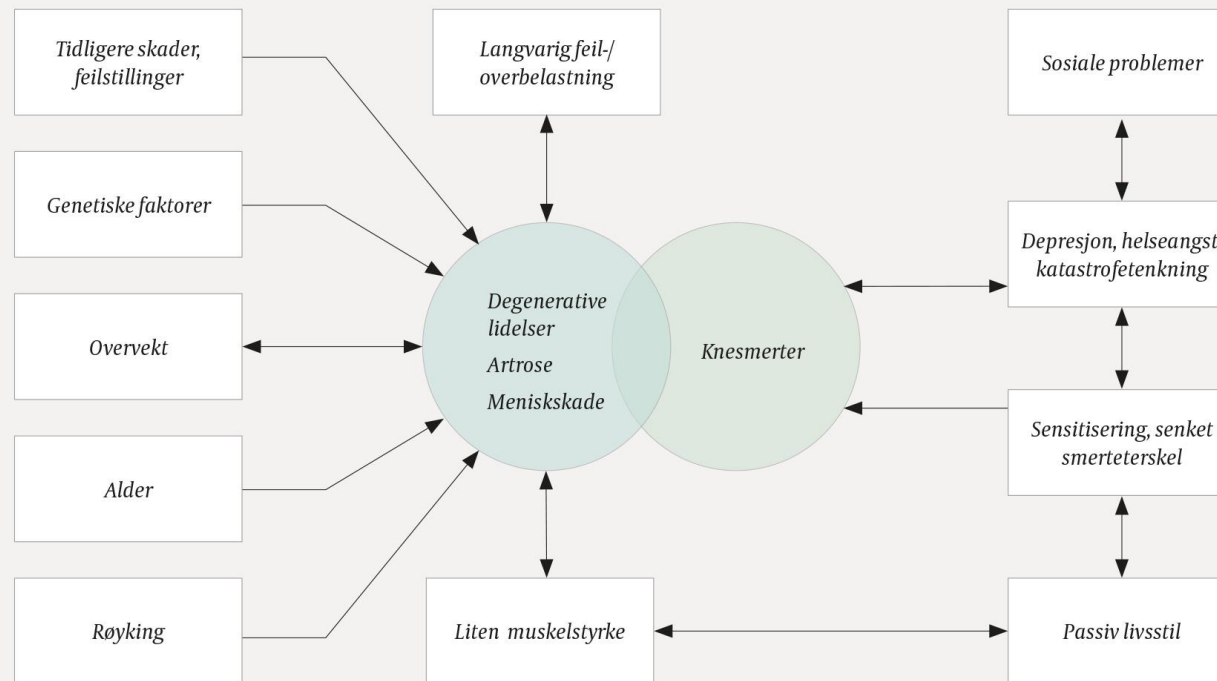
Implikasjoner for behandling

- Velg strategier som
 - Demper kroppens forsvarsaktivitet
 - Øker kroppens parasympatiske aktivitet









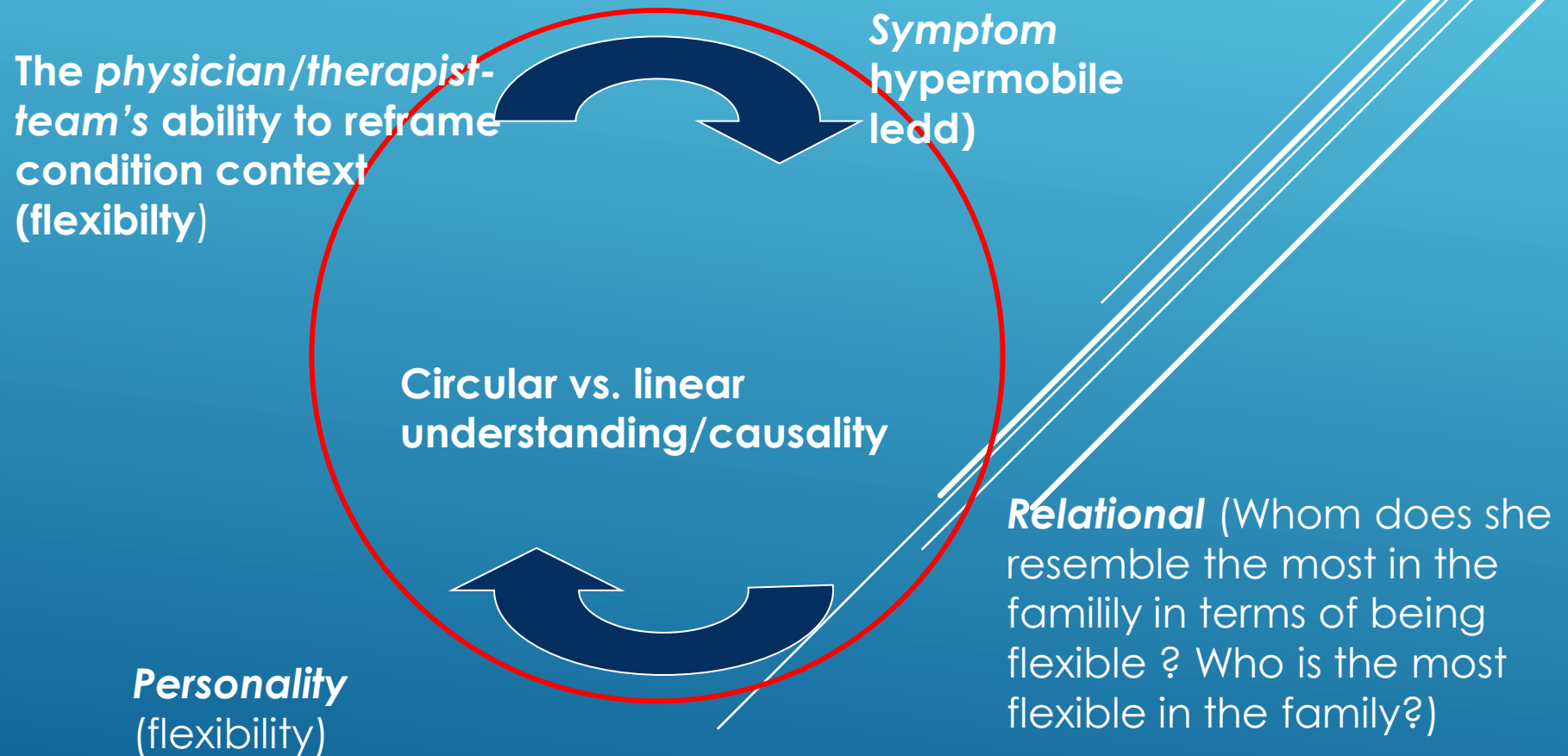
Atraumatiske kneplager
OVERSIKTSARTIKKEL
ROBINHOLTEDAHL

«Mens det etter hvert er blitt aksept for en biopsykososial forståelsesmodell ved kroniske muskel- og skjelettplager, blir kneplager som regel betraktet som uttrykk for en rent biomekanisk dysfunksjon, gjerne som følge av langvarig eller uvant belastning» TNLf, mars 2018

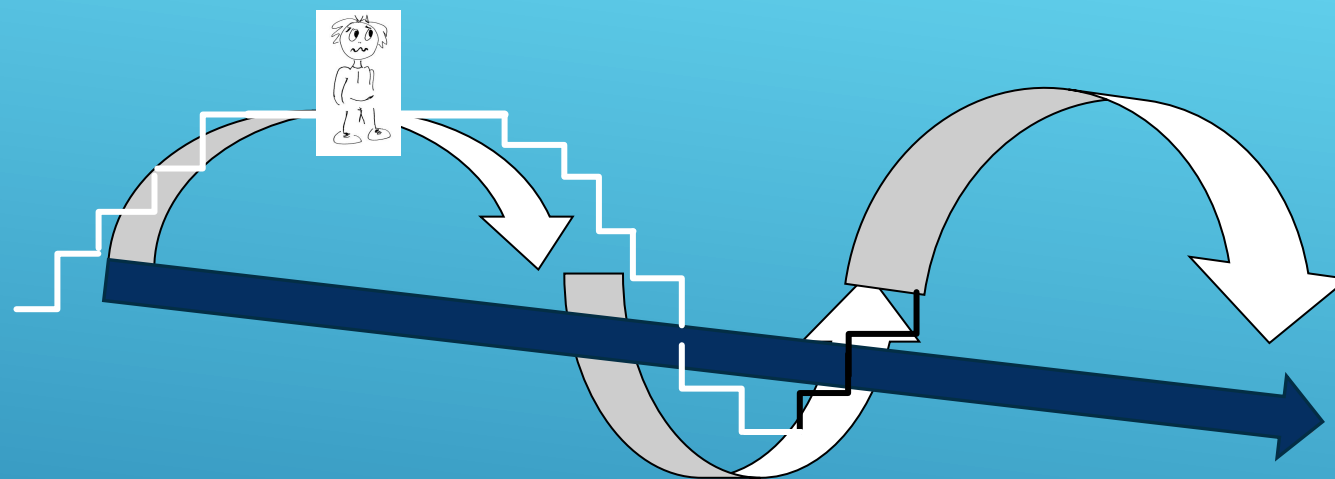
SPRÅK OG METAFORER BETYR NOE

- «Når»... og ikke «hvis»...
- «Forsøk å lukke øynene dine, så ser du bedre»
- «Plage/forstyrrelse/ubehag»... ikke «smerte/vondt/stikk»...
- «Øve»... ikke «prøve»
- «Hvordan fikk du det til?»
- «Bra! Slik, ja! Du er riktig flink!»
- «den magesmerten vs. dine magesmerter» (dissosiasjon)
- «Trenger du disse magesmertene til noe? Ville du savne dem når de er borte?»
- «Tenker du at du har en sykdom?» «Har plagene dine noe navn?»
- «Tilstand vs. sykdom – de plagene du hadde vs. de plagene du har
- «Det feiler deg ingenting» vs «du har ikke noen tilstand som skal opereres eller medisineres»

The usefulness of metaphores







”Opp som en løve, ned som en fell”
«Boom-bust»

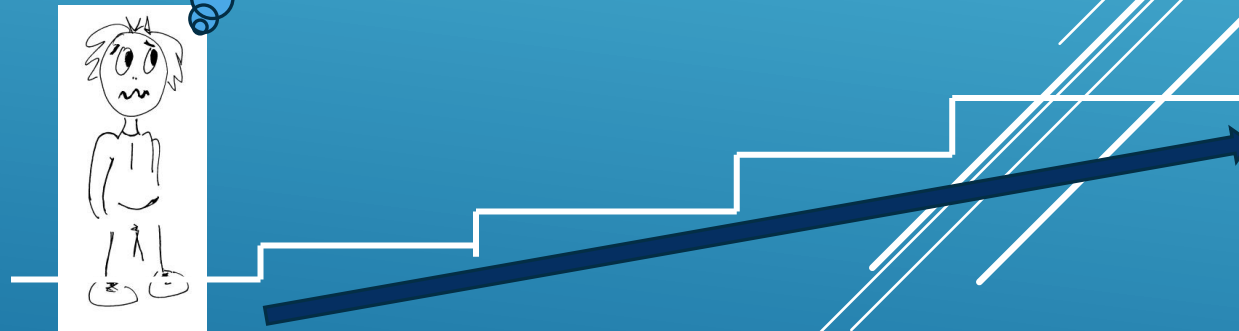
Jeg vet at
jeg ikke
klarer, så
jeg kan
like godt
la det
være



**”Jeg klarer ikke dette,
det er så høyt opp”**

"Så lite at kroppen klarer også
på en dårlig dag"

Jeg tror
ikke helt
på at det
går, men
jeg kan
prøve





TAKK FOR AT JEG BLE INVITERT!

doktorhansa@online.no

Mobil: 92061282