CLÍNICA VIVALDI · FITXA GRATUÏTA · DISSOCIATIUS

Amnèsia dissociativa

Incapacitat de recordar informació personal important, normalment relacionada amb un succés traumàtic o estressant, que no s'explica per un oblit normal.

SENYALS FREQÜENTS

- Oblit de períodes o successos importants
- Relacionat amb experiències traumàtiques
- Malestar per les llacunes

PAUTES PER A TU

1. Descarta causes mèdiques
2. Teràpia centrada en el trauma
3. No forces el record

PER A LA FAMÍLIA I L'ENTORN

1. No l'obligues a recordar
2. Acompanya a una valoració mèdica per a descartar causes físiques

QUAN DEMANAR AJUDA

1. Si apareix en llocs sense saber com: urgències
2. Si hi ha risc per a la persona

PER A OBSERVAR I ANOTAR

☐ No recorde períodes importants de la meua vida

☐ Les llacunes tenen a veure amb una cosa dolorosa

☐ Em costa recordar informació personal

☐ M'han comptat coses que vaig fer i no record

☐ A vegades aparec en un lloc sense saber com vaig arribar

☐ Les llacunes no s'expliquen per alcohol ni drogues

☐ Em preocupen aquestes llacunes

☐ Em costa funcionar en el dia a dia

RECURSOS GRATUÏTS

- Test en línia i pautes: clinicavivaldi.com/va/trastorno/amnesia-disociativa
- Guia gratuïta: Trauma i estrés posttraumàtic: clinicavivaldi.com/va/guia-trauma
- Línia 024 (conducta suïcida, 24 h) · Emergències 112