



De koffer van Aisha

Aisha is blij dat ze eindelijk haar koffer eens helemaal kan uitpakken. Na zeven codebandjes om haar pols, symbool voor 7 x 3 dagen acute noodopvang in Nederlandse sporthallen, campings en zelfs overdekte zwembaden, kan ze nu hopelijk wat meer tot rust komen in de 'gewone' noodopvang. Die rust komt er niet want ze maakt zich zorgen om haar man. Zou hij nog leven? Ze slaapt vooral slecht omdat ze 's avonds ligt te piekeren over waarom juist zij dat ene bombardement heeft overleefd en niet haar beste vriendin, die jonger en veel slimmer was dan zij. Ze voelt zich schuldig. Zou haar mooie huisje er nog zijn? Hoe zou het met haar moeder gaan? Ze schaamt zich als ze toch in slaap valt en na zo'n nachtmerrie in bed plast, dat kan toch niet voor een volwassen vrouw. Ze is ook bang dat ze niets meer onder controle heeft als ze slaapt en uit voorzorg heeft ze in ieder geval een scherp mes onder haar kussen gelegd.

Vluchtelingen zoals Aisha hebben het zwaar. Na de nodige trauma's in het land van herkomst gaat de stapeling van nog vele stresserende factoren door, zoals verlies van een familienetwerk en mogelijk additionele trauma's onderweg. Bovendien is er na aankomst vaak teleurstelling: een idyllisch beeld van Nederland is vaak niet conform de realiteit. En dan is er de 're-enactment' van de traumatische vlucht; elke drie dagen worden haar pijnlijke gedachten aan het gedwongen vertrek weer getriggerd. Iets waar betrokken goedbedoelende burgemeesters niet bij stilstaan: vluchtelingen verafschuwen dit soort symbolische herhalings, wroeten in oude wonden. De draaglast neemt toe en de minst draagkrachtigen beginnen langzaam te decompenseren. De een blijft onopgemerkt en durft zich uit angst voor stigmatisering niet te melden, de ander zoekt hulp. Het inzetten van een professionele tolk is

dan een eerste vereiste. Veelal spreekt men wel een woordje Engels, maar voor een goede psychiatrische anamnese is dat zelden toereikend. Syriërs gebruiken verschillende Arabische woorden die allemaal diagnostisch net iets anders betekenen. Woorden als *Ana ta'ban* (Ik ben moe) of *Nafsiyti ta'banah* (Mijn psyche is moe) wijzen op zich gespannen voelen en niet in de richting van een depressie. Een uitdrukking als *Bena mn tanga* daarentegen, in het Engels 'My breath is short', duidt juist wel aan dat men somber is.

Vervolgens komt het in kaart brengen van de culturele achtergrond, voor zover van belang voor de psychiatrische diagnostiek en behandeling. Slechts driekwart van de Syrische vluchtelingen is soennitisch moslim, verder zijn er yezidi's, alawieten en zowel orthodoxe christenen, zoals de nestorianen, als oudkatholieken, zoals de Chaldeeërs of de maronieten. Het geloof kan aanleiding tot vervolging en uitsluiting zijn, maar ook een bron van steun. Het kan symptomen vormen en inkleuren, en betekenis geven. Culturele uitingsvormen kunnen verschillen, evenals de verklaringsmodellen. Ook een cultuursensitieve behandeling dient hierop afgestemd te worden. Een behandeling die vaak complex is aangezien zelden volgens de vigerende Nederlandse richtlijnen behandeld kan worden. Toch kan ook deze groep patiënten goed behandeld worden mits de psychiater over de nodige transculturele expertise beschikt. Niet elke Nederlandse psychiater heeft dat in huis. Je kunt niet alles weten. Vandaar dat we de beschikbare expertise gebundeld hebben in een Taskforce Vluchtelingen binnen de NVvP (www.nvvp.net/vluchtelingen). We staan paraat om collega's en tal van instanties te ondersteunen in goede cultuursensitieve zorg. Het helpen uitpakken van Aisha's koffer is geen sinecure, maar met inzet van eenieders deskundigheid kunnen we ver komen.