



بیمارستان فاطمه الزهرا (س) شهرستان حاجی آباد

<http://fzhb.hums.ac.ir>

07635421578-07635422168

شناسنامه پفلت آموزشی کد: FZH.MNG.P-PH=15

عنوان	اختلال دو قطبی (Bipolar)
تهیه کننده	روانشناس (فرزانه قاسمی نژاد)
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	زمستان 1402
ناظر کیفی	سوپروایزر آموزش سلامت
تایید کننده علمی	متخصص اعصاب و روان

درمان

درمان اختلال دو قطبی شامل درمان دارویی و مداخلات غیردارویی است. درمان مناسب با نظر روانپزشک انتخاب میشود به دلیل ماهیت برگشت پذیر و عود کننده این اختلال معمولا درمان آن طولانی و دارای مراحل است کلمل نمودن دوره درمانی، احتمال عود بعدی اختلال را به حداقل می رساند.

درمان دارویی:

درمان اصلی درمان دارویی است و برای تثبیت وضعیت خلق نظیر لیتیم کربنات، والپروات سدیم، کاربامازپین و ... استفاده می شود. داروها علاوه بر مزایا درمانی ممکن است عوارضی هم داشته باشند که این عوارض همیشه و در تمامی افراد ظاهر نمیشوند و اگر هم بروز پیداکنند همیشه خطرناک و جدی نیستند. روانپزشک زمانی داروها را تجویز می کند که منافع آنها بسیار بیشتر از عوارضشان باشد. چنانچه با عوارض دارو مواجه شدید در اولین فرصت با روانپزشک خود مشورت کنید.

بسیاری از عوارض دارویی قابل درمان هستند و نیازی به قطع دارو نیست.

درمان غیر دارویی:

دارو نقش مهمی را در کم کردن علائم بیماری، کوتاه نمودن دوره بیماری و جلوگیری از حملات بعدی دارد این نوع از درمان ها به تنهایی و بدون دارو درمانی اثربخش نیست بلکه باید همزمان با مصرف داروها برای بهبود عملکرد و سازگاری بیمار و خانواده با بیماری به کار می رود. از جمله این درمان ها می توانیم به مشاوره، روان درمانی فردی، آموزش خانواده و آموزش بیمار اشاره کنیم.

تشخیص و تست اختلال دو قطبی

اولین مرحله برای تشخیص بیماری مراجعه به روان درمانگر یا روان پزشک است. در این مرحله پزشک از بیمار برای پرسش هایی را مطرح می کند.

لازم به ذکر است که این اختلال ممکن است علائم بیماری پس از درمان دوباره بازگردد. بنابراین ضروری که فرد به توصیه های پزشک توجه کافی داشته و علاوه بر گذراندن دقیق طول درمان، از عوامل و محیط های تشدید کننده اختلال دوری کند.

روانپزشک ممکن است با توجه به شدت بیماری و مدت آن برای درمان اختلال دو قطبی یکی از دو روش زیر را برای درمان انتخاب کند. البته شدت بیماری ممکن است باعث شود پزشک تصمیم بگیرد از هر دو روش بصورت همزمان بهره ببرد.



اختلال دو قطبی (Bipolar)

اختلال دو قطبی نوعی اختلال خلقی است. ویژگی اصلی تفاوت آن بی ثباتی در عملکرد های هیجانی و خلق است. وضعیت خلقی افراد مبتلا به اختلال دو قطبی با افرادی که خلق طبیعی دارند، این است که خلق خو، روحیه و انرژی آنها دچار نوسان های شدید میشود یعنی بیش از حد شاد، تحریک پذیر و پرخاشگر یا بیش از حد غمگین و خسته و بی حوصله می شوند و این حالت ها را در مدت طولانی تری تجربه میکنند حالت اول که همراه با پرخاشگری شدید است، مانیا (شیدایی) و حالت دوم را که با غمگینی همراه است، افسردگی می گویند. افراد مبتلا به اختلال دو قطبی ممکن است بطور متناوب مرحله مانیا یا افسردگی را تجربه کنند. از هر 100 نفر جمعیت عمومی 2-3 نفر به اختلال دو قطبی مبتلا می شوند که این آمار با تعداد مبتلایان به دیابت برابر است.

علائم خلق بالا:

شادی زیاد، عصبانیت زیاد، پرخاشگری، بهرحرفی، کاهش نیاز به خواب، ولخرجی، افزایش نیاز به انرژی طوری که ساعت ها فعالیت می کنند بدون اینکه نیاز به استراحت داشته باشند و افزایش اعتماد به نفس مانند: من از دیگران زیباتر هستم، من قدرت زیادی دارم، افزایش نامتناسب فعالیت های مذهبی، اشکال در قضاوت و تصمیم گیری و.....

علائم خلق پایین:

غمگینی و اندوه، از دست دادن علاقه به فعالیت های معمول روزانه، اشکال در خواب (اشکال در به خواب رفتن هنگام شب، احساس خستگی بعد از بیدار شدن از خواب، پرخوابی یا خواب آلودگی در طول روز) عدم رسیدگی به بهداشت شخصی، زودخسته شدن، احساس گناه، انزوا و گوشه گیری و کاهش ارتباط اجتماعی، احساس پوچی و بی ارزشی، تغییر (کاهش یا افزایش) فکر کردن درباره مرگ و خودکشی و یا اقدام به خودکشی و...

همه افرادی که به اختلال دو قطبی مبتلا میشوند همه علامت های فاز مانیا و افسردگی را تجربه نمی کنند، هر کس ترکیب متفاوتی از این علامت ها را تجربه می کند

علت اختلال دو قطبی:

عوامل مختلفی هستند که موجب ایجاد این بیماری می شوند. که عبارتند از:

- ❖ عوامل ژنتیکی (قطعا یکی از مهم ترین دلایل ابتلا به این اختلال عوامل ژنتیکی هستند. این موضوع بطور کامل از طریق آمار و تحقیقات پزشکی به اثبات رسیده است.)
- ❖ عوامل محیطی
- ❖ وضعیت هورمون ها در بدن
- ❖ استرس: یکی از مشکلات و عوارضی استرس بیش از اندازه می تواند ایجاد چنین پدیده در فرد گردد.
- ❖ مصرف بیش از اندازه مواد مخدر یا نوشیدنی های الکلی
- ❖ برخی از بیماری های مغزی نیز ممکن است منجر به به وجود آمدن این اختلال شوند



عوامل تشدید کننده اختلال دو قطبی

مسلم هر بیمار (چه مبتلا به مشکلات جسمی و چه درگیر با معضلات روحی و روانی) باید محیط مناسبی فراهم کرد تا روند بهبود به خوبی و با سرعت انجام شود. چراکه تحت شرایطی خاص این امکان وجود دارد که برخی عوامل عوارض و علائم هر بیماری را تشدید کنند و خطرات و ریسک های ناشی از بیماری را افزایش دهند.

از آنجایی که اختلال دو قطبی یک بیماری روانی محسوب می شود، لازم است که فرد بیمار از عوامل تشدید کننده این اختلال دور باشد. از جمله عوامل تشدید کننده اختلال دو قطبی به شرح زیر است:

- تغییر ساعت خواب و استراحت برای بدن
- زندگی و کار در محیط های استرس زا
- قطع کردن مصرف دارو ممکن است شدت بیماری را افزایش دهد و فرد را در همان موقعیت اولیه قرار دهد.

