



بیمارستان روانپزشکی بهاران

اختلال دو قطبی



شناسنامه پمفلت آموزشی

عنوان	اختلال دو قطبی
تهیه کننده	دفتر آموزش بیمارستان
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۴۰۱
سال بازنگری	۱۴۰۳
ناظر کیفی	دکتر منصور شکيبا
منابع	روانپزشکی کاپلان و سادوک

اختلال دو قطبی

اختلال دو قطبی نوعی اختلال خلقی است. ویژگی اصلی آن دوره هایی از بی ثباتی در عملکردهای هیجانی و خلق است. که در فاصله این دوره ها نوسان هیجانی ندارد. تفاوت وضعیت خلقی افراد مبتلا به اختلال دو قطبی با افرادی که خلق طبیعی دارند این است که خلق و خو، روحیه و انرژی آن ها دچار نوسان شدید می شود یعنی بیش از حد شاد، تحریک پذیر و پر خاشگر یا بیش از حد غمگین و خسته و بی حوصله می شوند و این حالت ها را در مدت طولانی تری تجربه می کنند. حالت اول را که همراه با شادی یا پر خاشگری شدید است، مانیا (شیدایی) و حالت دوم را که با غمگینی همراه است، افسردگی می گویند. از هر ۱۰۰ نفر جمعیت عمومی دو تا سه 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، پر خاشگری، پر حرفی، کاهش نیاز به خواب، ولخرجی، افزایش انرژی به طوریکه ساعت ها فعالیت می کنند بدون اینکه نیاز به استراحت داشته باشند، افزایش اعتماد به نفس بیمار گونه (مانند: من از دیگران زیبا تر هستم، من قدرت زیادی دارم)، اشکال در قضاوت و تصمیم گیری و نشانه های روان پریشی مثل هذیان و توهم.

علائم خلق پایین

غمگینی و اندوه از دست دادن علاقه به فعالیت های معمول روزانه، اشکال در خواب (اشکال در به خواب رفتن در هنگام شب و احساس خستگی پس از بیدار شدن از خواب، پر خوابی یا خواب آلودگی در طول روز)، عدم رسیدگی به بهداشت شخصی، زود خسته شدن، احساس گناه، انزوا و گوشه گیری و کاهش ارتباطات اجتماعی، احساس پوچی و بی ارزشی، تغییر اشتها (کاهش یا افزایش)، فکر کردن درباره مرگ و خودکشی و یا اقدام به خودکشی نکته مهم درباره این بیماری، ماهیت عود کننده و تکرار شونده آن است.



مهم است بدانیم که عود مکرر بیماری می تواند اثرات همیشگی بر مغز بگذارد و به همین دلیل پیشگیری از عود بسیار اهمیت دارد.

همه افرادی که به اختلال دو قطبی مبتلا می شوند 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

دو عامل اساسی در ابتلا به اختلال دو قطبی مانند بسیاری دیگر از بیماری‌های طبی نقش دارند.

آسیب‌پذیری عبارت است از داشتن استعداد برای ابتلا به اختلال دو قطبی یعنی برخی از افراد بیش از سایر افراد آمادگی ابتلا به این بیماری را دارند.

استرس عبارت است از هر موقعیت جدیدی که در زندگی ما رخ می‌دهد. استرس‌ها می‌توانند منفی (مرگ عزیزان) یا مثبت (ازدواج) باشند. واکنش همه افراد به انواع استرس‌ها یکسان نیست. آسیب‌پذیری فرد را مستعد بیماری می‌کند و استرس‌ها نیز شروع بیماری را تسهیل می‌نمایند.



درمان اختلال دو قطبی

درمان اختلال دو قطبی شامل درمان دارویی و مداخلات غیر دارویی است. درمان مناسب با نظر روانپزشک انتخاب می‌شود.

به دلیل ماهیت برگشت‌پذیر و عودکننده این اختلال معمولاً درمان آن طولانی و دارای مراحل است. کامل نمودن دوره درمان، احتمال عود بعدی اختلال را به حداقل می‌رساند

درمان دارویی

درمان اصلی درمان دارویی می‌باشد. برای تثبیت وضعیت خلقی بیمار از داروهای تثبیت کننده خلق نظیر لیتیم کربنات، والپروات سدیم، کاربامازپین استفاده می‌شود. داروها علاوه بر مزایای درمانی ممکن است عوارضی هم داشته باشد که این عوارض همیشه و در تمامی افراد ظاهر نمی‌شوند و اگر هم بروز پیدا کنند همیشه خطرناک و جدی نیستند.

روانپزشک زمانی داروها را تجویز می‌کند 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

درمان‌های غیر دارویی به بیمار و خانواده کمک می‌کنند که راه‌هایی برای جلوگیری از عود بیماری خود پیدا کنند. این نوع از درمان‌ها 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 رود. از جمله این درمان‌ها می‌توان به مشاوره، روان درمانی فردی، آموزش خانواده و آموزش بیمار اشاره کرد.

سیر درمان

اختلال دو قطبی یک اختلال عود کننده و همراه با دوره‌های بهبودی است. برخی بیماران به سرعت و با مداخلات درمانی خفیف بهبود می‌یابند. برخی دیگر ممکن است به درمان‌های جدی‌تر و حمایت بیشتری نیاز داشته باشند. معمولاً با مصرف دارو علائم بیماری به سرعت کاهش می‌یابد و در صورت کامل شدن دوره درمان، احتمال عود بعدی کاهش می‌یابد و در صورت عود، شدت علائم خفیف‌تر خواهد بود.

پیشنهادهایی جهت کمک به افراد دارای اختلال دو قطبی با نحوه برخورد با آن‌ها توسط اطرافیان:

❖ درباره اختلال دو قطبی بیاموزید.

❖ بیمار را به گرفتن کمک تشویق کنید.

❖ سعی کنید درک کنید.

❖ صبور باشید.

❖ محدودیت‌های خودتان را بپذیرید.

❖ اضطرابتان را کاهش دهید.

❖ با او ارتباط موثر برقرار کنید.



baharanhospital@zaums.ac.ir

آدرس : خیابان امام خمینی ره - روبروی اداره غله

تلفن : ۰۵۴-۳۳۵۱۳۷۷۸