

Mensen met een bipolaire stoornis, ook wel manisch-depressieve stoornis genoemd, vallen zonder uitwendige oorzaak emotioneel van het ene uiterste in het andere en van hoogtepunt van de euforie (manie of hypomanie) naar het dieptepunt van de depressie. De bipolaire stoornis begint meestal in de vroege volwassenheid. De frequentie en de ernst van de pieken en dalen kunnen per persoon erg verschillen, maar de stoornis heeft in de meeste gevallen een grote invloed op het welbevinden en functioneren. Depressie en manie kunnen zo heftig zijn dat een patiënt tijdelijk zin voor de realiteit verliest (psychose). Dan is behandeling noodzakelijk. De periodes van veranderde stemming en activiteit kunnen weken tot maanden duren, waarna er meestal een langere periode van stabiliteit intreedt. Soms gaan er jaren voorbij dat er geen klachten zijn, maar onbehandeld is er op den duur toch vaak een terugval. Een klein deel van de patiënten heeft heel vaak een stemmingsepisode of heel langdurige episoden. Stemmingsepisoden kunnen grote gevolgen hebben voor het gezinsleven en het werk. Bipolaire stoornissen komen bij ongeveer twee tot vier procent van alle mensen voor, en zijn dus veel zeldzamer dan 'gewone' depressies. Een bipolaire stoornis is niet te genezen, symptomen kunnen wel afnemen of verdwijnen door een goede behandeling. Een mildere vorm van de bipolaire stoornis is de cyclothyme stoornis.

IN DE PRAKTIJK

Manische episode:

Een manische episode is een duidelijk herkenbare periode met een voortdurend verhoogde of prikkelbare stemming. Deze periode houdt minstens een week aan in hun manische periode vertonen mensen minstens drie van de volgende verschijnselen:

- een opgeblazen gevoel van eigenwaarde of grootheidsideeën;
- weinig behoefte aan slaap (bijvoorbeeld: voelt zich uitgerust na slechts drie uur slaap);
- veel praten of drang om te spreken;
- drukke, jagende gedachten;
- gemakkelijker afgeleid dan gewoonlijk;
- doelgerichte activiteiten (dit kan zowel sociaal, op het werk of op school, of seksueel zijn) of psychomotorische agitatie (lichamelijke rusteloosheid; iemand beweegt meer en onrustiger);
- overmatig bezighouden met aangename activiteiten waarbij een grote kans bestaat op pijnlijke gevolgen (bijvoorbeeld ongeremd koopwoede, seksueel onaangepast gedrag, of zakelijk onverstandige investeringen);
- Aanwezigheid van psychotische kenmerken (zicht op realiteit kwijt).

Mensen met een bipolaire stoornis hebben vaak niet door dat ze zich anders gedragen dan normaal. Aan het einde van de manische periode zijn ze meestal lichamelijk en emotioneel uitgeput.

Hypomane episode:

Iemand die een hypomane episode doormaakt, maakt net als iemand in een manische episode, een duidelijk herkenbare periode door met een voortdurend

verhoogde of prikkelbare stemming (zie voorgaande). Bij een hypomane periode houdt deze minstens vier dagen aan. Anders dan bij een manische episode, is een hypomane episode niet ernstig genoeg om duidelijke beperkingen in het sociaal of beroepsmatig functioneren te veroorzaken. Er zijn geen psychotische verschijnselen. Een hypomane episode is minder extreem dan een manische episode, maar de episode gaat wel samen met een verandering in het gedrag van de persoon. Dit gedrag is niet karakteristiek voor hem of haar (wanneer hij of zij symptoomvrij is).

Depressieve episode:

In een depressieve periode vertonen mensen vaak meerdere van de volgende verschijnselen: besluiteloos, dodelijk vermoeid, niets waard voelen, geen belangstelling hebben, concentratieproblemen, gebrek aan eetlust, slaapproblemen of wens om dood te zijn (suïcidaal).

DO'S & DON'TS

- Informeer je over deze beperking voor een beter begrip van de ander
- Vraag de ander over zijn/haar beperking
- Vraag de ander hoe je hem/haar het beste kunt helpen
- Sluit aan zonder je eigen grenzen uit het oog te verliezen
- Betrek het gedrag van de ander, voortkomend uit de beperking, niet op jezelf.



BIPOLAIRE STOORNIS

BELANGRIJKE LINKS

Meer informatie over Bipolaire stoornis is te vinden op:

www.kenniscentrumbipolairestoornissen.nl

www.vmdb.nl

<https://www.lvvp.info>

www.trimbosinstituut.nl

www.familievan.nl

www.psychowijzer.nl

www.brainwiki.nl/Filmpjes

Paaz en *UP*, boeken van Myrthe van der Meer

