

Bipolaire stemmingsstoornis

Kenmerken

Bij een bipolaire stemmingsstoornis, in de volksmond heet dat manisch-depressief, wisselen depressieve en manische fasen zich af. De schommelingen variëren in snelheid en sterkte. De depressieve fase wordt vaak versterkt doordat mensen zich dan realiseren welke schade ze hebben aangericht in hun manische periode. Die schade kan verstrekkende gevolgen hebben. In de manische fase lijken ze alles te vergeten; alsof ze niet geleerd hebben van de 'fouten' in het verleden. De manische fase is afgezien van de schadelijke gevolgen (met name in het begin) meestal erg prettig voor de persoon. Sommigen voelen zich dan ook aangetrokken tot deze periodes. Wanneer de medicatie eenmaal goed is ingesteld kan iemand ernaar terugverlangen. Zelfs zo sterk dat het moeite kost om de medicijnen te blijven gebruiken.

Hoe vaak komt het voor?

1,3 procent van de mensen krijgt ooit een bipolaire stoornis. In de meeste gevallen openbaart die zich tussen de 15 en 25 jaar.

Herkennen van bipolaire stemmingsstoornis

Iemands stemming wisselt van depressief tot buitengewoon euforisch (manisch). Wie manisch is, kan in de beginfase energiek, vrolijk en (over)enthousiast overkomen. Wanneer je iemand in een depressieve fase ontmoet is die niet te onderscheiden van iemand met een depressie en zijnde signalen dus hetzelfde als bij een depressie (zie aldaar). Een manische periode kenmerkt zich door een of meer van de volgende kenmerken:

- zich overmatig bezighouden met aangename activiteiten die vervelende consequenties kunnen hebben (zoals onverantwoorde aankopen of ongepaste seksuele toenaderingen)
- spraakzamer zijn of een grote behoefte hebben om te blijven praten
- duidelijk minder behoefte aan slaap (bijvoorbeeld je na drie uur slaap al uitgerust voelen)
- een verhoogd gevoel van eigenwaarde of grootheidsideeën
- makkelijk af te leiden zijn (onbelangrijke prikkels trekken de aandacht)
- gedachtevlucht of het gevoel dat de gedachten jagen
- meer dadendrang (bijvoorbeeld bij contacten leggen).

Omgaan met bewoners met een bipolaire stemmingsstoornis

Voor de *depressieve fase* gelden dezelfde aanwijzingen als bij een depressie (zie hoofdstuk 1.12). In de manische fase zal de bewoner meestal zelf geen probleem (h)erkennen en hulp niet nodig vinden. Is iemand duidelijk ontregeld door een manische fase dring er dan zo nodig op aan dat de bewoner contact opneemt met zijn psychiater of een huisarts. Neem eventueel contact op met een familielid of vriend. Bij iemand in een *manische fase* heeft het geen zin om een beroep te doen op het gezond verstand. De zelfoverschatting is onderdeel van de aandoening. Proberen te overtuigen of af te remmen zal alleen maar woede en soms zelfs agressie oproepen. De meeste mensen met een bipolaire stoornis worden (enige tijd) begeleid door een professionele hulpverlener. Informeer daarnaar en leg zo nodig contact met de hulpverlener.