

Çfarë është çrregullimi bipolar?

Çrregullimi bipolar është një gjendje e shëndetit mendor që ndikon në disponimin e një individi dhe mënyrën se si ndihet. Ky çrregullim shkakton luhatje të ndjeshme të humorit, duke çuar në episode të manisë dhe depresionit. Këto ndryshime të humorit mund të rezultojnë gjithashtu në ndryshime në nivelet e energjisë dhe sjelljen.

Simptomat e çrregullimit bipolar mund të jenë të rënda dhe të kenë një ndikim të dëmshëm në aspekte të ndryshme të jetës së dikujt, duke përfshirë punën, shkollën dhe marrëdhëniet.

Në mënyrë tipike, çrregullimi zhvillohet para moshës 20 vjeç, por në disa raste, mund të ndodhë më vonë në jetë.

Trajtimi

Marrja e ndihmës për çrregullimin bipolar përfshin marrjen e hapit të parë për të folur me një mjek të përgjithshëm (GP).

Është e dobishme të mbani shënime apo dokumentime të formave të ndryshme të ndryshimeve të disponimit për të ndihmuar në kuptimin e tyre më të mirë. Mjeku i përgjithshëm nuk mund të diagnostikojë çrregullimin bipolar, por mund t'i referojë individët te një psikiatër për një diagnozë formale.

Format e ndryshme të trajtimit dhe menaxhimit përfshijnë ndihmën psikologjike, medikamentet e rekomanduara nga mjeku/psikiatri juaj dhe shërbimet e tjera të disponueshme në zonën tuaj të banimit.

Cilat janë simptomat e çrregullimit bipolar?

MANIA

Mania karakterizohet nga simptoma të tilla si ndjësia e madhe e lumturisë dhe entuziazmit, të kesh mendime të nxituara, të flasësh shpejt, të dëgjosh zëra dhe të marrësh vendime impulsive. Gjatë një episodi manik, individët mund të mendojnë se mund të bëjnë shumë më tepër sesa munden në të vërtetë.

HIPOMANIA

Hipomania është e ngjashme me maninë, por përfshin simptoma më të lehta.

DEPRESIONI

Depresioni është një tjetër simptomë e zakonshme e çrregullimit bipolar dhe mund të shkaktojë një humor të ulët, ulje të niveleve të energjisë, ndjenjën e mungesës së shpresës ose negativitetit dhe vështirësi në përqendrim ose në marrjen e vendimeve. Simptoma të tjera të depresionit përfshijnë ndjenjën e fajit ose të pavlefshmërisë, të kesh më pak interes për aktivitete të ndryshme, të flesh shumë ose shumë pak dhe të përjetosh mendime për vdekje ose vetëvrasje.

SIMPTOMA PSIKOTIKE

Gjatë episodeve të rënda të manisë ose depresionit, një individ me çrregullim bipolar mund të përjetojë simptoma psikotike, të tilla si halucinacione dhe deluzione. Këto simptoma mund të lidhen me gjendjen shpirtërore të një individi, të tilla si të besuarit se ata kanë fuqi të veçanta gjatë një episodi manik ose të ndihen fajtorë për diçka që ata besojnë se kanë bërë gjatë një episodi depresiv.

Llojet e ndryshme të çrregullimit bipolar

ÇRREGULLIMI BIPOLAR I

Një person i diagnostikuar me çrregullim bipolar I duhet të ketë përjetuar të paktën një episod manie që ka zgjatur për të paktën një javë. Episodet e depresionit janë gjithashtu të zakonshme dhe episodet manike zakonisht zgjasin 3-6 muaj pa trajtim. Episodet depresive të patrajuara mund të zgjasin 6-12 muaj.

ÇRREGULLIMI BIPOLAR II

Një person i diagnostikuar me çrregullim bipolar II përjeton episode të depresionit dhe të paktën një episod hipomanik, i cili është më pak i rëndë se një episod manik.

ÇRREGULLIMI BIPOLAR I OSE II ME TIPARE TË PËRZIERA

Një person me këtë lloj çrregullimi bipolar përjeton simptoma të manisë/hipomanisë dhe depresionit në të njëjtën kohë, të referuara si një "gjendje bipolare e përzier".

ÇRREGULLIMI BIPOLAR I OSE II ME MODEL SEZONAL

Një person me këtë lloj çrregullimi bipolar përjeton modele në ndryshimet e humorit që korrespondojnë me stinët. Për shembull, ata mund të kenë një episod depresiv çdo dimër, por episodet e tyre të manisë mund të mos jenë sezonale. Ky lloj çrregullimi bipolar mund të ketë ngjashmëri me një gjendje tjetër të quajtur çrregullim emocional sezonal.

CIKLOTIMIA

Një person i diagnostikuar me çrregullim ciklotimik përjeton episode të rregullta të hipomanisë dhe depresionit për të paktën dy vjet, por simptomat janë më të lehta se ato të çrregullimit bipolar. Ciklotimia mund të zhvillohet në çrregullim bipolar.

Çfarë e shkakton çrregullimin bipolar?

Ekspertët besojnë se çrregullimi bipolar mund të shkaktohet edhe nga ndryshimet në kiminë ose strukturën e trurit.

Faktorë të tjerë që mund të kontribuojnë në zhvillimin e çrregullimit bipolar përfshijnë:

Çekuilibret hormonale

Ndryshimet në nivelet e hormoneve, si ato që ndodhin gjatë pubertetit ose menopauzës, mund të shkaktojnë simptoma të këtij çrregullimi.

Medikamentet

Disa medikamente, të tilla si antidepressantët ose steroidet, mund të shkaktojnë episode manike ose hipomanike të njerëzit që mund të jenë të diagnostikuar me çrregullim bipolar.

Trauma

Përvojat traumatike, të tilla si abuzimi fizik ose seksual, mund të rrisin rrezikun e zhvillimit të çrregullimit bipolar.

Është e rëndësishme të theksohet se jo të gjithë ata/ato që përjetojnë këta faktorë do të zhvillojnë çrregullim bipolar dhe jo të gjithë me çrregullim bipolar i kanë përjetuar këta faktorë. Shkaqet e sakta të çrregullimit bipolar janë komplekse dhe nuk kuptohen plotësisht.