



Bipolaire stoornis

bij jongeren



Bij een bipolaire stoornis heb je last van depressieve, manische, hypomanische en gemengde periodes. Hier lees je meer over wat een bipolaire stoornis is en hoe de behandeling eruit zal zien.

Wat is een bipolaire stoornis?

Een bipolaire stoornis is een psychiatrische aandoening. Bij deze aandoening heb je last van depressieve, manische, hypomanische en gemengde periodes. Deze periodes wisselen elkaar af. Tussendoor zijn er periodes waarin je je normaal voelt.

Tijdens een manische episode (of: in een manie) heb je veel energie en ben je uitbundig en actief. Je kan je zelfverzekerder voelen dan normaal, je opgejaagd voelen of dingen doen zonder er goed over na te denken. In een depressieve periode (of: in een depressie) voel je je juist somber en leeg en ben je vaak teruggetrokken en heb je geen zin om dingen te doen.

Wat merk je van een manie?

- je bent veel actiever en opgewekter dan je gewend bent
- je wordt snel boos als iets niet gaat zoals je het wilt
- je hebt veel zelfvertrouwen
- je voelt je heel goed en sterk
- je hebt bijna geen slaap nodig
- je praat veel meer en sneller dan normaal
- je hebt heel de tijd gedachten die je niet kunt stoppen
- je bent makkelijker afgeleid dan normaal en je wilt veel dingen tegelijk doen
- je doet dingen en neemt beslissingen zonder daar eerst goed over na te denken
- je kunt dingen zien of horen die er niet zijn (hallucinaties) of dingen denken die niet kloppen (wanen)

Het kan zijn dat je zelf niet door hebt dat je in een manische periode zit. De mensen om je heen die je goed kennen merken dit meestal wel. Een manische periode kan een aantal weken tot maanden duren.

Let op: als je in een manie zit hoeft je niet alle kenmerken te hebben.

Wat merk je van een hypomanie?

Een hypomanie is een lichte vorm van een manie. Je merkt hetzelfde als tijdens een manie, maar dan minder heftig. Een hypomanie duurt vaak ook korter.



Wat merk je van een depressie?

- je voelt je somber
- je bent moe en je hebt geen energie
- je denkt dat je niks waard bent
- je voelt je onzeker en je kunt geen beslissingen nemen
- je hebt geen interesse in anderen, in school of in hobby's
- je kunt je moeilijk concentreren en je vergeet dingen
- je hebt pijn
- je hebt minder zin in eten en problemen met slapen

Een depressieve periode duurt meestal een aantal weken tot soms maanden.

Let op: als je in een depressie zit hoeft je niet al deze kenmerken te hebben.

Onderzoek en diagnose

We doen onderzoek om te kijken of je een bipolaire stoornis hebt. Bij dit onderzoek horen gesprekken; met de psychiater of psycholoog en vragenlijsten. Tijdens de gesprekken luisteren we naar je klachten en vormen we een idee over wat er speelt.

Na de onderzoeken hebben we een adviesgesprek met je. Hierin bespreken we wat er uit de onderzoeken is gekomen en wat de beste behandeling voor je is.

Over de behandeling

We behandelen een bipolaire stoornis vaak met medicijnen en met hulp of therapie van een psycholoog.

- **Medicijnen:** het is vaak belangrijk dat je medicijnen slikt. Je krijgt hierbij hulp van een kind- en jeugdpsychiater (in opleiding).
- **Uitleg over de aandoening:** het is belangrijk dat jij en je ouders weten wat een bipolaire stoornis is en hoe jullie ermee om moeten gaan. We noemen dit ook wel psycho-educatie. Jouw behandelaar geeft de psycho-educatie. Maar we hebben ook een aparte cursus voor jongeren in een groep.
- **Ouder- of gezinsbegeleiding:** een psycholoog of verpleegkundig specialist kan je ouders of het gezin helpen. Ze kijken naar hoe de stoornis invloed heeft op het gezin, je vrienden en school.
- **Gezinsgerichte therapie:** we geven ook therapie waarbij we kijken hoe jullie in het gezin problemen kunnen oplossen en kunnen communiceren.
- **School:** het behandelteam maakt samen met de school een plan om te kijken hoe je zo snel mogelijk weer naar school kan.



De behandeling bestaat uit drie fases:

1. **De acute behandeling:** tijdens deze behandeling proberen we de klachten van de manie of de depressie zo snel mogelijk te verminderen. Deze fase duurt meestal een paar weken tot maanden.
2. **De voortgezette behandeling:** tijdens deze behandeling proberen we te zorgen dat je geen terugval krijgt. Daarnaast zorgen we dat het herstel zo goed mogelijk gaat en dat je het dagelijks leven weer oppakt. Deze fase duurt een aantal maanden.
3. **De onderhoudsbehandeling:** tijdens deze behandelingen proberen te zorgen dat je geen nieuwe episoden krijgt. Voor deze fase verwijzen we je meestal naar een reguliere specialistische GGZ-instelling.

We proberen de behandeling in het ziekenhuis zo kort mogelijk te houden. In een korte periode leer je veel over je bipolaire kwetsbaarheid en onderzoeken we samen wat voor jou het beste werkt. We kijken elke 6 maanden hoe het gaat en wat er nodig is in jouw behandeling. Meestal zijn jongeren 6 tot 24 maanden bij ons. Daarna wordt je ergens anders behandeld.

Met wie krijg je te maken?

Het behandelteam bestaat uit een (kinder- en jeugd) psychiater, klinisch (neuro)psycholoog, GZ-psycholoog, psychotherapeut en/of verpleegkundig specialist (in opleiding). Daarnaast werken we samen met onze klinieken, dagbehandeling, FACT- en IHT-teams en het wijkteam als dat nodig is.

Wetenschappelijk onderzoek

Als academisch centrum doen we wetenschappelijk onderzoek. Het kan zijn dat we je vragen om mee te werken aan onderzoek. Dit kan een nieuwe behandeling zijn of bijvoorbeeld een interview of een vragenlijst. Het behandelteam zal altijd eerst aan je vragen of je mee wilt doen en je om toestemming vragen voor het onderzoek.

Contact

Bij vragen neem contact op met je eigen behandelaar of dr. Esther Mesman, GZ-psycholoog en onderzoeker. Tel: 010-7040209 of per email: secretariaat.int@erasmusmc.nl

Meer informatie?

www.plusminus.nl

www.allesoverlithium.nl

www.kenniscentrumbipolairestoornissen.nl





