2. მკურნალობის შეფასება

მედიკამენტების შეფასება – პაციენტებმა, რომლებიც იღებენ ბიპოლარული აშლილობის სამკურნალოდ მედიკამენტებს, უნდა იცოდნენ, რომ საჭიროა ექიმის მიერ რეგულარული შეფასება, რათა დარწმუნდეს, რომ მკურნალობა ეფექტურია და არ იწვევს გვერდით მოვლენებს.

დასკვნა

ბიპოლარული აშლილობა არის ქრონიკული მდგომარეობა, რომელიც მოითხოვს გრძელვადიან მართვას. განწყობის სტაბილიზატორები, თერაპია და ცხოვრების სტილის ცვლილებები პაციენტებს ეხმარება მკურნალობის პროცესში. თუ თქვენ ან თქვენი ახლობელი განიცდით ბიპოლარული აშლილობის ნიშნებს, ნუ დააყოვნებთ და მიმართეთ ექიმს დახმარებისთვის.

მნიშვნელოვანი შენიშვნა: ამ მასალაში მოცემული ინფორმაცია არის საგანმანათლებლო მიზნებისთვის და არ ცვლის პროფესიულ სამედიცინო რჩევას.

აკრედიტაცია კანადა. საქართველოს პაციენტთა საბჭოს ინიციატივა (PHIG/ASF პროექტი), თბილისი; 2024. 4 p. (PHIG/ASF-049)

+995 598 43 50 34 info@accreditation.ge www.sheniekimi.ge

შენ ექიმი **პაციენტი**

ACCREDITATION CANADA

ბიპოლარული აშლილობა(ფსიქიკური ჯანმრთელობა)

საინფორმაციო ბუკლეტები

ბიპოლარული აშლილობა – საინფორმაციო ბუკლეტი (ფსიქიკური ჯანმრთელობა)

ბიპოლარული აშლილობა არის ფსიქიკური ჯანმრთელობის მდგომარეობა, რომელიც იწვევს განწყობის უკიდურეს ცვლილებებს. ამ მდგომარეობას ახასიათებს დეპრესიის პერიოდები და მანიის ეპიზოდები, რაც სერიოზულ გავლენას ახდენს ყოველდღიურ ცხოვრებასა და სოციალურ ურთიერთობებზე. ეს ბუკლეტი დაგეხმარებათ, უკეთ გაიგოთ, რა იწვევს ბიპოლარულ აშლილობას, როგორია მისი მკურნალობა და როგორ უნდა მართოთ ეს მდგომარეობა.

ბიპოლარული აშლილობის ძირითადი ნიშნები

1. განწყობის უკიდურესი ცვლილებები

დეპრესიული ეპიზოდები – ბიპოლარული აშლილობის დროს პაციენტები შეიძლება განიცდიდნენ ხანგრძლივ დეპრესიას, სევდას, ინტერესის დაკარგვას და ენერგიის ნაკლებობას. დეპრესიის პერიოდში ადამიანს უჭირს ყოველდღიურ აქტივობებში ჩართვა.

მანიის ეპიზოდები – მანია არის ბიპოლარული აშლილობის საპირისპირო მდგომარეობა, სადაც პაციენტები გრძნობენ ექსტრემალურ ენერგიას, მოტივაციას და შესაძლოა დაჩქარებულ გადაწყვეტილებებს იღებდნენ. ეს პერიოდები ხშირად იწვევს დაუფიქრებელ ქცევებს, როგორიცაა ფინანსური სირთულეები ან არასწორი სოციალური ურთიერთობები.

2. ენერგიისა და აქტივობის ცვლილებები

მოუთმენლობა და ჰიპერაქტიურობა – მანიის დროს, ადამიანი შეიძლება უძილოდ გრძნობდეს თავს და დაჩქარებულად მოქმედებდეს. ეს მდგომარეობა შეიძლება იყოს ძალიან სტრესული და დაძაბოს, როგორც პიროვნება, ასევე მისი ოჯახის წევრები და მეგობრები.

მკურნალობის სტრატეგიები ბიპოლარული აშლილობის დროს

1. განწყობის სტაბილიზატორები

მედიკამენტები – ბიპოლარული აშლილობის მართვისთვის საჭიროა სპეციალური მედიკამენტები, რომლებიც ცნობილია, როგორც განწყობის სტაბილიზატორები. ეს პრეპარატები პაციენტს ეხმარება განწყობის უკიდურესი ცვლილებების მართვასა და ეპიზოდების შემცირებაში.

2. ფსიქოთერაპია და ქცევითი თერაპია

თერაპია – ფსიქოთერაპია, განსაკუთრებით კოგნიტურ-ბიჰევიორული თერაპია (CBT), პაციენტებს ეხმარება, ისწავლონ მათი მდგომარეობის

მართვა და გაუმკლავდნენ სტრესს, რომელიც გამოწვეულია მანიის ან დეპრესიის პერიოდებით.

3. ცხოვრების სტილის ცვლილებები

სტაბილური რუტინა – რეგულარული ყოველდღიური რეჟიმი, ჯანსაღი კვება და ძილის რეჟიმის დაცვა პაციენტებს ეხმარება ბიპოლარული აშლილობის მართვაში. ასევე, მნიშვნელოვანია სტრესის კონტროლი და ალკოჰოლსა და ნარკოტიკებზე უარის თქმა.

როდის უნდა მიმართოთ ექიმს?

1. განწყობის უკიდურესი ცვლილებები

ექიმთან კონსულტაცია – თუ თქვენ ან თქვენი ახლობელი განიცდის განწყობის უკიდურეს ცვლილებებს, მნიშვნელოვანია დროულად მიმართოთ ექიმს. დროული დიაგნოზი და მკურნალობა ეხმარება მდგომარეობის სტაბილიზაციას და სერიოზული გართულებების თავიდან აცილებას.