

Bipolär sjukdom

Vad är bipolär sjukdom?

En person med bipolär sjukdom pendlar vanligtvis mellan att må bra och att ha perioder av antingen så kallad mani eller depression. Förloppet är väldigt individuellt. Unga har ofta tätare mellan perioderna än vuxna. Barn har sällan bipolär sjukdom före puberteten.

Symtom under den maniska perioden

Under den maniska perioden, som varar minst en vecka, kan personen vara överdrivet glad eller lättretlig. Ofta följs det av en kraftigt uppblåst självkänsla. Energinivån är starkt förhöjd, och personen kan bli mer socialt aktiv än vanligt och få ökad sexlust. Samtidigt kan sömnbehovet minska. Omgivningen kan märka att beteendet förändras och blir mer riskfyllt. Efterhand blir personen mer lättretlig och aggressiv och kan ibland ha psykosymtom som vanföreställningar och hallucinationer.

Vid mani är beteendet så förändrat och skadligt att personen kan behöva bli inlagd på sjukhus. Det finns också ett liknande men mildare tillstånd som kallas hypomani, som inte brukar kräva sjukhusvård. Gemensamt för mani och hypomani är att personen är överdrivet upprymd eller lättretlig.

Symtom under den depressiva perioden

Under den depressiva perioden är personen i stället påtagligt nedstämd och ledsen. Det kan också märkas en minskad energi och ett ointresse för nästan alla aktiviteter. Ofta har personen sömnsvårigheter och aptitstörningar. Överdrivna skuldkänslor och mindervärdeskänslor är också vanligt. Koncentrationssvårigheter kan ge stora problem i skolan. Känslan av tyngd, meningslöshet och hopplöshet kan leda till tankar på döden och på självmord.

Vanligt med andra svårigheter

Ju yngre personen är, desto vanligare är det att utöver bipolär sjukdom även ha andra störningar. Barn som har bipolär sjukdom har ofta adhd samtidigt. Även hos tonåringar är det ganska vanligt med samtidig adhd, men också med så kallat emotionellt instabilt personlighetssyndrom (borderline).

Vad beror det på?

Orsaken till bipolaritet är inte helt klarlagd, men ärftlighet har stor betydelse. Barn till personer med bipolär sjukdom löper högre risk att få sjukdomen. Små förändringar har påvisats i hjärnan hos bipolära personer, och

FORTSÄTTNING PÅ NÄSTA SIDA



När barnet har fått en diagnos och ni har diskuterat vårdplanen tillsammans med patientansvarig behandlare eller läkare kan barnet börja sin **behandling**.

det tros påverka balansen och öka sårbarheten för svåra påfrestningar. Men även sömnbrist, missbruk av alkohol eller droger och svåra livshändelser med hög stress kan utlösa sjukdomen.

Behandling

Bipolaritet behandlas av ett team av bland andra psykologer och läkare. I den akuta fasen kan läkemedel hjälpa för att barnet eller tonåringen ska kunna tillgodogöra sig behandlingen. En psykolog bedömer om det även behövs psykologiska behandlingar, som samtalsterapi. De kan ske enskilt eller i grupp.

Både barn och föräldrar får information om hur de kan minska stress och belastning. I planeringen ingår också att undersöka om det finns andra psykiska problem som påverkar hur barnet eller tonåringen mår och fungerar.

Läkemedelsbehandlingen anpassas individuellt och kan behövas under en lång tid.

Vad kan du som förälder göra?

När en ung person har hämtat sig från en bipolär period är det viktigt med "egenvård". Det innebär att du som förälder kan hjälpa barnet eller tonåringen att skapa hälsosamma vanor och sträva mot att få en regelbunden och balanserad livsstil. Du kan också stötta genom att se över vilka krav som finns på barnet i skolan och på fritiden.

Som förälder kan du också hjälpa till genom att uppmärksamma eventuella försämringar utifrån den krisplan som har upprättats tillsammans med barnet och behandlarna. Ta hjälp av de överenskomna tidiga tecknen på försämring som ni har skrivit ned i krisplanen.

Vill du veta mer?

- Föreningen Balans (balansriks.se)
- Bipolarna – nationell patientförening (facebook.com/bipolarna.se)
- Intresseföreningen bipolär sjukdom, IBIS (ibisgbg.se)
- Nationell samverkan för psykisk hälsa (nsph.se)
- Självhjälp på vägen (sjalvhalppavagen.se)