Behandelaanbod bipolaire stoornissen

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg

Behandelaanbod bipolaire stoornissen

Het behandelaanbod bipolaire stoornissen bij Pro Persona is ontwikkeld door psychologen, psychiaters, verpleegkundigen en patiëntenorganisaties. Daarbij is gebruik gemaakt van de resultaten van wetenschappelijk onderzoek.

Beter functioneren

Na je aanmelding bij ons, bekijken wij met elkaar welke behandelingen waarschijnlijk het beste bij je zullen passen. Je krijgt de behandeling waarvan bewezen is dat ze het best werken bij jouw klachten.
Dat kunnen gesprekken zijn, maar bijvoorbeeld ook medicijnen of begeleiding. Ons doel is dat het psychiatrisch probleem verdwijnt of voldoende onder controle komt waardoor je beter kunt functioneren.

Voor wie

Het behandelaanbod bipolaire stoornissen is bedoeld voor volwassenen met een bipolaire stoornis. Het wordt ook wel een manisch-depressieve stoornis genoemd. Mensen met een bipolaire stoornis hebben last van (hypo)manieën: perioden waarin ze extreem opgewekt en energiek zijn, en soms ook zeer prikkelbaar. Daarnaast hebben ze vaak last van perioden met depressieve klachten.
Een depressieve periode is vergelijkbaar met een ‘gewone’ depressie: symptomen zijn een aanhoudende sombere stemming en/of een verlies aan interesse in bijna alle dagelijkse activiteiten. De manieën en depressies kunnen zo heftig zijn dat de mensen de werkelijkheid uit het oog verliezen. Tussen de manische en de depressieve perioden door is de stemming doorgaans ‘normaal’.

Het behandelplan

Tijdens de intakefase zijn je problemen in kaart gebracht. De intaker heeft samen met jou besloten dat de behandeling past in ons aanbod.
Daarna volgt een behandelplangesprek. Tijdens dat gesprek stel je samen met je hulpverleners een behandelplan op. In dit behandelplan staat wat de diagnose is en wat de klachten zijn. Daarnaast staat in het behandelplan wat je tijdens de behandeling wilt bereiken en wat daarvoor gedaan kan en moet worden.
Bij voorkeur doen we deze gesprekken samen met een van je naasten.

Doel van de behandeling

Een bipolaire stoornis is een kwetsbaarheid die blijvend en niet te genezen is. Het doel van de behandeling is, dat je de stemmingen beter kunt regelen en nieuwe depressieve en manische perioden kunt voorkomen. Het is belangrijk dat je de regie krijgt over je stemmingsklachten dus dat je er goed mee leert omgaan. Samen met jou en je omgeving zoeken we naar aanpassingen voor het dagelijks leven, om de kwaliteit van het leven en je zelfredzaamheid zo groot mogelijk te laten zijn. Wat haalbaar is, verschilt van persoon tot persoon en is afhankelijk van de ernst van de klachten, van je mogelijkheden en van de situatie waarin je zit.

Vragenlijsten
Voor en tijdens de behandeling vul je vragenlijsten in. Aan de hand van de uitkomsten kunnen jij en je behandelaren zien hoe het met de behandeling gaat. Of je situatie tijdens de behandeling verbetert of niet. Als tijdens de behandeling blijkt dat het niet zo goed gaat als we hadden verwacht, dan maken wij samen een nieuwe keuze uit de behandelmogelijkheden.

De behandeling
In de behandeling spelen voorlichting en psycho-educatie een grote rol.
Psycho-educatie is uitleg over wat een aandoening inhoudt en wat je er zelf aan kunt doen. Ook goed voor jezelf leren zorgen en medicijnen zijn belangrijke pijlers. Soms zijn nog aanvullende behandelingen nodig.
Er kunnen ook andere kwetsbaarheden en klachten een rol meespelen. Samen met je behandelaar kijk je wat daar aan verbetering mogelijk is. De behandeling wordt of om de 3, of om de 12 maanden geëvalueerd. Dat is afhankelijk van de intensiteit van de behandeling.

Duur van de behandeling
Als je een bipolaire stoornis hebt, blijf je hier meestal de rest van je leven kwetsbaar voor. Er kunnen perioden zijn waarin je extra kwetsbaar bent en er dan voor in behandeling komt. De behandeling is niet altijd even intensief. Het is mogelijk dat je, onder andere door medicatie, jarenlang stabiel blijft. Dan heb je maar een paar (controle)afspraken per jaar.
Tijdens de manische en depressieve perioden kan de behandeling tijdelijk geïntensiveerd worden. Soms kan verdere begeleiding ook bij de huisarts plaatsvinden of afgesloten worden.
Voordat je daadwerkelijk in behandeling komt, kan je geconfronteerd worden met

Voorbeelden behandelingen
cognitieve therapie (CGT):
richt zich op het verband tussen wat je denkt, doet en voelt. Je leert je gedrag aan te passen en depressieve gedachten bij te stellen;
sociaalritme therapie (SRT):
helpt met het aanleren van structuur en regelmaat in het dagelijks leven;
interpersoonlijke therapie (IPT):
richt zich vooral op de relatie met voor jou belangrijke andere mensen;
Schema Focussed Therapy (SFT):
Patronen van persoonlijkheidskenmerken herkennen en verbeteren.

wachttijd. De intaker zal je hierover zo concreet mogelijk informeren. Als er in de tussentijd iets gebeurt waardoor je het gevoel hebt hulp nodig te hebben, kan je tijdens kantooruren de huisarts, en daarbuiten de dienstdoende huisarts inschakelen.

Het behandelteam

Het behandelteam bestaat uit een psychiater/arts, een verpleegkundig specialist, een (sociaal-psychiatrisch) verpleegkundige en een psycholoog (psychotherapeut). Afhankelijk van het team kan er ook een gezins- en relatiedeskundige aan toegevoegd worden of een psychomotorisch therapeut.
De psychiater of de verpleegkundig specialist zal eindverantwoordelijk zijn voor de behandeling.
Er wordt samengewerkt met organisaties die je verder kunnen ondersteunen bij je herstel: ervaringsdeskundigen, maatschappelijk werk, trajectbegeleiding (werk/opleiding), thuis begeleiding (ambulante woonbegeleiding).

Crisis en terugval

Een nieuwe (hypo) manie of depressie is voor cliënten met een bipolaire stoornis altijd een risico. Vooral een manie kan zeer acuut optreden. Daarom maken we een signaleringsplan. Een signaleringsplan bestaat uit een aantal onderdelen.
Het maakt onderscheid in de verschillende fasen. Het beschrijft de kenmerken van een stabiele fase maar ook de fasen van manie en depressie. Het beschrijft de eerste signalen die je zelf merkt en ook wat je omgeving merkt. Ook wordt beschreven wat je zelf kan doen om te herstellen (contragedrag) en wat je omgeving kan doen.
Zo wordt voorkomen dat mensen in crisis raken of na hun behandeling weer terugvallen.
Of, als er een terugval is dat deze kort duurt en minder intensief is.

Pro Persona
www.propersona.nl
KvK nummer: 41053219

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg

© Pro Persona 00020-250812