



باسمه تعالی



اختلال دو قطبی

زیر نظر کمیته آموزشی
بخش آموزش به بیمار

آدرس: شیراز - چهار راه حافظیه - خیابان حافظ - جنب بوستان

سیزده آبان - بیمارستان ابن سینا

تلفن گویا: ۰۷۱۳۲۲۸۹۶۰۱ - ۴

سایت: <http://ebnesina.sums.ac.ir/>

اختلال دو قطبی:

نوعی اختلال خلقی و یک بیماری روانی است. افراد مبتلا به این بیماری دچار تغییرات شدید خلق می‌شوند. و معمولاً در آخر دوره نوجوانی یا اوایل دوره بزرگسالی تظاهر پیدا می‌کند.

علائم:

*خلق بالا (شیدایی):

گاهی اوقات این افراد حالتی به نام شیدایی تجربه می‌کنند. این بیماران ممکن است ناگهان از اوج شادی و خوشحالی به اوج غم و اندوه فرو روند و ارتباطی بین خلق بیمار و آنچه که واقعاً در زندگی بیمار رخ می‌دهد وجود ندارد.

• بی‌قراری، افزایش انرژی و میزان فعالیت

• خلق خیلی بالا و احساس نشاط شدید همراه با

احساس خودبزرگ‌بینی

• تحریک پذیری مفرط

• صحبت کردن بی‌وقفه، مسابقه افکار، پریدن از

موضوعی به موضوع دیگر با سرعت خیلی زیاد

• عدم توانایی برای تمرکز، حواس‌پرتی

• کاهش نیاز به خواب

• اعتقادات غیر واقعی در مورد توانمندی‌ها و

قدرت فرد

• قضاوت ضعیف

• ولخرجی

• افزایش تمایلات جنسی

• سوء مصرف داروها و مواد مخدر، الکل و

داروهای محرک

از نشانه‌های خلق بالاست.

*خلق پایین (افسردگی):

افسردگی می‌تواند قبل یا بعد از دوره شیدایی در این بیماران ایجاد شود. درصد کمی از بیماران ممکن است در طول بیماری خود اصلاً افسردگی را تجربه نکنند.

علائم و نشانه‌های افسردگی شامل:

• اضطراب یا ناخشنودی پایدار

• خلق پایین

• احساس ناامیدی یا بدبینی

• درماندگی و بی‌ارزشی

• احساس گناه

• از دست دادن علاقه و عدم لذت از فعالیت‌هایی که

قبلا برای فرد لذتبخش بوده اند از جمله ارتباط

جنسی

• کاهش انرژی احساس خستگی یا کند شدن حافظه

و تصمیم گیری

• اختلال در تمرکز

• احساس بیقراری یا تحریک پذیری

• خواب زیاد یا عدم توانائی خوابیدن

• تغییر در اشتها و افزایش یا کاهش وزن بصورت نا

خواسته

• احساس درد مزمن یا سایر نشانه های بدنی مقاوم

که در اثر بیماری جسمانی یا جراحی ایجاد نشده

باشد

• افکار مرگ یا خودکشی یا اقدام به خودکشی

درمان اختلال دو قطبی :

1- دارو درمانی

2- تشنج درمانی با الکتروسیته (ECT)

3- درمان های روانی

رژیم غذایی :

یک رژیم طبیعی و متعادل داشته باشید، حتی اگر

اشتها ندارید. امکان دارد مکمل ویتامین ها و مواد

معدنی لازم باشد. از مصرف کافئین پرهیز کنید،

زیرا کافئین یک ماده تحریک کننده است. به دلیل

مصرف لیتیوم توصیه می شود از رژیم غذایی کم

نمک استفاده نشود.

بیمارانی که لیتیوم مصرف دارند طبق دستور

پزشک هفته ای یکبار آزمایش خون از نظر تعیین

سطح سرم لیتیوم انجام دهند و در صورت

مشاهده دل درد و دل پیچه و حالت تهوع و

استفراغ لیتیوم را قطع و به پزشک مراجعه

نمایند.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	اختلال دو قطبی
تهیه کننده	ناصر فربود
سمت	سوپروایزر بالینی
تأیید کننده علمی	دکتر مقیمی
تاریخ تهیه	فروردین ۱۳۹۵
تاریخ بازنگری	فروردین ۱۳۹۷

منابع :

۱- بهداشت روان کوشان

۲- فوریت های روان پزشکی تالیف : سعید واقفی