

Zorgprogramma Bipolaire stoornissen

Algemene informatie voor patiënten en naasten - compact

Deze folder is bedoeld voor mensen die de diagnose bipolaire stoornis hebben gekregen of waarbij er een sterk vermoeden is dat er van een bipolaire stoornis sprake zou kunnen zijn en hun naasten.

"Het vraagt veel van mijzelf en mijn omgeving om de bipolaire stoornis te managen, gelukkig helpt de behandeling mij om dat te bereiken." – een patiënt

Wat is een bipolaire stoornis?

Iedereen voelt zich wel eens blij, gelukkig en vol energie, en ook wel eens lusteloos, neerslachtig of in de put. Dit zijn normale gevoelens, passend bij mee- of tegenvallers en geluk of problemen in het leven. Het zijn normale variaties van de stemming. Als iemand langere tijd afwisselend te uitgelaten en vol energie is, of juist veel te somber is, zonder zich erover heen te kunnen zetten, kan er sprake zijn van een bipolaire stoornis. Zo genoemd vanwege de wisselende stemmingen aan beide uiteinden (polen) van de stemming. De stemmingsepisoden (manie of depressie) kunnen af en toe optreden, met tussendoor periodes van een normale stemming, maar ze kunnen ook snel achter elkaar optreden. Bij sommige mensen staan de manieën op de voorgrond, bij anderen de depressies. Een manische episode kan worden gevolgd door een depressie, maar andersom is ook mogelijk. De stemmingen kunnen extreme vormen aannemen, zowel naar de depressieve als naar de manische kant.

De bipolaire stoornis openbaart zich vaak voor het eerst rond het 20^e levensjaar. Maar ook bij kinderen en jongvolwassenen of ouderen kunnen de verschijnselen die op de bipolaire stoornis wijzen voor het eerst optreden.

Wat (kunnen) de oorzaken zijn?

In de meeste gevallen is het niet mogelijk één oorzaak aan te geven van stemmingsstoornissen. Het gaat meestal om een combinatie van biologische, psychologische en sociale factoren.

Is het erfelijk?

Uit onderzoek blijkt dat de kans om een bipolaire stoornis te krijgen voor een deel erfelijk bepaald kan zijn. Naarmate er meer mensen in de familie zijn met een bipolaire stoornis wordt de kans groter dat iemand een bipolaire stoornis ontwikkelt.

Hoe wordt de bipolaire stoornis behandeld?

Hoewel er nog geen uitzicht is op totale genezing voor dit ziektebeeld, kunnen de ziekteverschijnselen in goede banen worden geleid. Ook kun je leren om op een goede manier met jouw ziekte om te gaan. Een bipolaire stoornis hoeft jou er niet van te weerhouden een 'gezond' leven te leiden.

Omdat iedereen uniek is, kijk en kies je samen met jouw behandelaar de behandelmethode die het beste bij jou aansluiten.

Het zorgprogramma Bipolaire stoornissen is afgeleid van de landelijke richtlijn voor de behandeling van bipolaire stoornissen en biedt vijf zorgpaden aan. In elk zorgpad is beschreven wie wat wanneer doet en geeft richting aan de verschillende fasen van de behandeling.

Zorgpaden in het kort

Zorgpad I - Diagnostiek

Met behulp van gesprekken en vragenlijsten stellen we vast of er al dan niet sprake is van een bipolaire stoornis.

Zorgpad II - Start behandeling

Het eerste jaar van de behandeling van de bipolaire stoornis. Hierin is veel aandacht voor hoe jij zelf de stemming stabiel kunt houden (zelfmanagement), het instellen op medicatie en het accepteren van de diagnose.

Zorgpad III - Vervolgbehandeling

Dit is de onderhoudsbehandeling waarin zelfmanagement en medicatie-controles op de voorgrond staan.

Zorgpad IV - Vervolgbehandeling laag intensief

Volgt als enkele behandelcontacten per jaar voldoende zijn om jouw stemming stabiel te houden.

Zorgpad V - Tijdelijk intensief

Mocht het (tijdelijk) minder goed met je gaan en je hebt meer zorg nodig dan intensiveren we de behandeling om je zo snel als mogelijk weer op de been te krijgen.

De diverse zorgpaden bevatten de volgende behandelingen:

- Medicamenteuze behandeling (psychiater/verpleegkundig specialist ggz)
- Signaleringsplan (verpleegkundige)
- Lifechart (verpleegkundige/psychiater)
- Psycho-educatie (cursus, online en individueel) (verpleegkundige/psychiater)
- Structurerende behandeling (verpleegkundige)

Daarnaast zijn de meest gebruikte therapieën:

- Cognitieve gedragstherapie (psycholoog)
- Systeemtherapie (psycholoog)
- Sociaal ritme therapie (psycholoog, verpleegkundige)
- Interpersoonlijke therapie (psycholoog)

- EMDR (psycholoog)

Van de meeste behandelingen zijn aparte folders beschikbaar. Deze krijg je van jouw behandelaar maar je vindt ze ook [hier](#).

Wie doet wat in de behandeling?

Jij hebt de belangrijkste rol in jouw behandeling. Samen met jou en je (eventuele) partner/naasten wordt de behandeling vormgegeven door een psychiater en een verpleegkundige. Indien nodig voegen andere behandelaars in (psychologen of vaktherapeuten). In de opsomming eerder in deze folder zie je wie welke behandeling uitvoert.

Voortgang van de behandeling

Minimaal elk jaar wordt de behandeling met jou en met het behandelteam geëvalueerd en bijgesteld waar nodig.

Om de voortgang goed te kunnen meten zullen wij je vragen jaarlijks een aantal vragenlijsten in te vullen. Dit kan online of voor of na een

Bezoek- en contactadressen

Het Zorgprogramma Bipolaire Stoornissen wordt verzorgd vanuit het netwerk Dimence Bipolair bij het SCBS Bipolaire Stoornissen en vanuit de teams bipolaire stoornissen Almelo, Zwolle en Deventer. De teams zijn op de volgende locaties bereikbaar:

SCBS Bipolaire stoornissen

- Westerdok, Haven Noordzijde 45 7607 ES Almelo
- Pikeursbaan 3, 7411 GT Deventer

T 0546 684 179

M secretariaatscbs@dimence.nl

I www.dimence.nl/scbs

Team Angst en Stemming Deventer

Pikeursbaan 3, 7411 GT Deventer

T 0570 604 020

M secretariaatangstendepressie@dimence.nl

behandelcontact. Het is van groot belang dat je deze lijsten invult.

Jouw geanonimiseerde gegevens kunnen ook gebruikt worden voor wetenschappelijk onderzoek.

Verder lezen?

<https://www.plusminus.nl/> (Patiëntenvereniging voor en van mensen met een bipolaire stoornis en naasten)

<https://www.kenniscentrumbipolairestoornissen.nl/> (landelijk kenniscentrum)

<https://www.dimence.nl/specialistische-centra/scbs-bipolaire-stoornissen> (specialistisch centrum bipolaire stoornissen Dimence)

<https://mindblue.nl/depressie/bipolaire-stoornis/symptomen-bipolaire-stoornis> (onafhankelijke stichting die psychische gezondheid bevordert)

<https://www.nvvp.net/website/patienteninformatie/aandoeningen-/bipolaire-stoornis> (Nederlandse vereniging voor Psychiatrie)

Team bipolaire en psychotische stoornissen Zwolle

Grasdorpstraat 6, 8012 EN Zwolle

T 038 46 93 100

M secbippsy zwolle@dimence.nl

Team bipolaire stoornissen Almelo

Haven Noordzijde 45 7607 ES Almelo

T 0546 684 071

M secbippsyalmelo@dimence.nl