

اختلال دوقطبی در کودکان و نوجوانان



اختلال دوقطبی، نوعی اختلال روانی است که در آن، خلق و خو و رفتارهای کودک دچار تغییرات محسوس می‌شود. این تغییرات، گاهی بسیار شدیدند. کودکان دچار این اختلال، گاهی بسیار فعال و پر جنب و جوش می‌شوند، احساس خوشبختی و رضایت بسیار می‌کنند و تحرک آنها بسیار بالا می‌رود. این دوره از بیماری را، «شیدایی» یا «مانیا» می‌نامند. از طرفی این کودکان، گاهی بسیار ناراحت‌اند، فعالیتشان خیلی کم می‌شود و میل وانگیزه‌ی‌شان را از دست می‌دهند. این دوره «افسردگی» این بیماری است.

اگر کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال دو قطبی، دوره درمان را آغاز کنند، می‌توانند رفته رفته نشانه‌های بیماری‌شان را کنترل کنند و زندگی موفق‌تری داشته باشند.

نشانه‌های اختلال دوقطبی: اختلال دو قطبی، دوره‌های تغییر خلق دارد که شامل بروز احساسات شدید به وقایع،

تغییرات چشمگیر در عادات خواب و میزان انرژی و فعالیت روزانه و تغییر افکار یا رفتارهای اجتماعی و فردی است. اختلال دو قطبی ممکن است به صورت دوره‌های شیدایی، افسردگی یا دوره‌های «مختلط» باشد. بیمار در دوره «مختلط»، دارای اختلال افسردگی و شیدایی به طور همزمان است. این نوع اختلال دوقطبی، بسیار نادر است و نشانه‌های پیچیده‌ای دارد که فقط روانپزشکان باتجربه، می‌توانند تشخیص دهند. نشانه‌های دوره‌های خلقی، از چند روز تا چند هفته ادامه دارند. تغییرهای خلقی و رفتاری کودک در این دوره‌ها، با رفتار و فعالیت معمول او پیش از آغاز دوره‌های خلقی، تفاوت محسوس دارد و با تغییرهای رفتاری در کودکان و نوجوانان سالم هم، بسیار متفاوت است.

نشانه‌های دوره شیدایی در اختلال دو قطبی: - شادی بی‌دلیل به مدت طولانی - بی‌قراری و تحریک‌پذیری - صحبت کردن درباره موضوع‌های مختلف بدون فکر کردن - احساس خستگی نداشتن با وجود کم شدن ساعت خواب - اختلال در تمرکز - کم‌خوابی - میل شدید به فعالیت‌های لذت‌بخش ولی پرخطر - بی‌پروایی و انجام کارهای خطرآفرین.

نشانه‌های دوره افسردگی در اختلال دوقطبی: احساس غمگینی طولانی و بدون دلیل - زودرنجی، عصبانیت و پرخاشگری و گاهی اقدام به زد و خورد - احساس درد به خصوص درد معده و سردرد - افزایش محسوس میزان خواب - اختلال تمرکز - احساس ناامیدی و بی‌ارزش بودن - ضعف در ارتباط برقرار کردن و یا حفظ ارتباط - بسیار کم یا بسیار زیاد غذا خوردن - کاهش انرژی و بی‌علاقگی کودک به

فعالیت‌هایی که معمولاً از آنها لذت می‌برده - فکر کردن به مرگ و خودکشی.

اختلال‌های همراه با دوقطبی: کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال دوقطبی، ممکن است همراه با این اختلال، مشکلات دیگری داشته باشند: - سوء مصرف الکل و مواد مخدر - اختلال کمبود توجه ناشی از بیش‌فعالی (ADHD) - اختلال‌های اضطرابی و ترس

تشخیص اختلال دوقطبی در کودکان و نوجوانان:

هیچ آزمایش خون یا اسکن مغزی‌ای وجود ندارد که بتواند اختلال دوقطبی را تشخیص دهد. ممکن است پزشک از آزمایش‌هایی استفاده کند تا ببیند آیا چیزی غیر از اختلال دوقطبی سبب ایجاد این نشانه‌ها در فرزند شما شده است یا خیر؟ زیرا برخی از بیماری‌های جسمی، نشانه‌های مشابهی را ایجاد می‌کنند؛ بنابراین ابتدا باید احتمال ابتلا به بیماری‌های جسمی را بررسی کرد و در صورت سلامت جسمی کودک، پزشک با پرسیدن پرسش‌هایی درباره روحیه فرزندتان، الگوی خواب، سطح انرژی و رفتارهای او، تلاش می‌کند بیماری را به‌درستی تشخیص دهد. پزشک باید از سابقه اختلال‌های روانی در خانواده و احتمال مصرف الکل و مواد مخدر در خانه آگاه شود؛ زیرا مصرف این مواد در خانواده، بر روابط خانوادگی تأثیر می‌گذارد و نشانه‌های اختلال‌های روانی، مانند اختلال دوقطبی، را تشدید می‌کند.

درمان: کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال دوقطبی می‌توانند با کمک پزشک و روانشناس خود برنامه‌ای درمانی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کردستان

مرکز آموزشی، پزشکی و درمانی بعثت



بخش نشاط

واحد آموزش سلامت پاییز ۱۴۰۰

تلفن: ۱۵-۰۸۷-۳۳۲۸۵۹۱۰

داخلی ۲۲۱۹

بیمار گرامی:

بمفتمتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در

خصوص بیماری فعلی شما و چگونگی روند درمان و مراقبت

آن می باشد.

با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

کارهایی که باید برای فرزند دوقطبی تان انجام بدهید:-

صبور باشید-فرزندتان را به صحبت کردن تشویق کنید و با دقت به حرفهای او گوش دهید-به روحیه و خلق و خوی فرزندتان توجه کنید و به هرگونه تغییر آشکار، هوشیار باشید- عاملهایی که کودک را تحریک می کند بشناسید و از مشاور بخواهید به شما راهکارهایی یاد بدهد تا احساسات شدید و تحریک پذیری فرزندتان را مهار و مدیریت کنید-کودک را سرگرم کنید-به یاد داشته باشید که درمان، زمان بر است و پایبندی به برنامه درمانی، حال کودک را رفته رفته بهتر می کند-به کودک کمک کنید تا بفهمد که درمان می تواند زندگی او را بهتر کند و او را به همکاری تشویق کنید.

تأثیر اختلال دو قطبی کودک بر اعضای خانواده:

مراقبت از کودک یا نوجوان مبتلا به اختلال دو قطبی می تواند پدر و مادر و اعضای دیگر خانواده را به اضطراب دچار کند. کنار آمدن با دوره های خلقی کودک و مشکلات دیگر او، مانند پرخاشگری و رفتارهای پرخطر، ممکن است هر مراقبی را خسته کند. مهم است که مراقبین کودک، از خود نیز مراقبت کنند. یافتن پشتیبان و راهکارهایی برای کنترل فشار و اضطراب، می تواند به شما و در نهایت به فرزندتان کمک کند.

تهیه کنند که به آنها کمک کند نشانه های بیماری را کنترل کنند و کیفیت زندگی شان را بهبود بدهند. اگر برای درمان کودکان و نوجوانان مبتلا به دوقطبی اقدام کنید، آن ها رفته رفته بهتر می شوند. به خاطر داشته باشید درمان زمانی مؤثر است که پزشک، مشاور، فرد مبتلا و خانواده او با هم همکاری کنند.

بر اثر درمان، ممکن است نشانه های اختلال کودک تغییر کند یا ناپدید شود. پزشک یا مشاور با دیدن این تغییرات، ممکن است در برنامه درمانی کودک تغییراتی بدهد. دوره درمان ممکن است طولانی باشد؛ اما پایبند بودن به برنامه درمانی، به کودکان و نوجوانان کمک می کند نشانه های بیماری را کنترل کنند و با این کار، احتمال بروز وقایع بعدی را، مانند خودکشی یا آسیب رساندن به دیگران، کاهش دهند. پزشک یا مشاور فرزند شما ممکن است برای پیگیری تغییرات خلق و خو، رفتارها و الگوی خواب کودک تان، نمودار زندگی روزمره را پیشنهاد بدهد. والدین باید مراقب باشند که عادت ها و رفتارهای فرزندشان، مثل ساعت و میزان خواب او، بر اساس این برنامه باشد. هر اندازه رفتارها و کارهای کودک با این نمودار بیشتر تطبیق داشته باشد برنامه درمانی او موثرتر و موفق تر است.

چگونه می توانیم به فرزندمان کمک کنیم؟

کمک کردن به کودکان مبتلا به اختلال دوقطبی، با شناخت این بیماری و نشانه های آن آغاز می شود و با بردن کودک نزد روان پزشک و آغاز فرایند تشخیص و درمان، ادامه می یابد. شما باید هر نشانه های را که مشاهده کردید با مشاور یا پزشک فرزندتان در میان بگذارید.