

آیا ازدواج علاج اختلال دوقطبی است ؟

خلق (Mood)، حس نافذ و پایداری است که فرد به صورت درونی برداشت می‌کند. خلق می‌تواند به انواع مختلفی خودنمایی کند که از آن جمله می‌توان به خلق شاد، افسرده، تحریک پذیر و مضطرب اشاره کرد.



خلق (Mood)، حس نافذ و پایداری است که فرد به صورت درونی برداشت می‌کند. خلق می‌تواند به انواع مختلفی خودنمایی کند که از آن جمله می‌توان به خلق شاد، افسرده، تحریک پذیر و مضطرب اشاره کرد.

به گزارش جام جم سرا ، همان‌گونه که در بین مردم رایج است همه انسان‌ها با اتفاقات محیطی و درونی و جسمی، خلقشان تغییر می‌کند، گاهی شادند، گاهی غمگین و گاهی تحریک‌پذیر، اما اگر این تغییرات به صورت بسیار زیاد و بیش از زمان معمول و متعاقب اتفاقات غیرمتناسب رخ دهند دیگر باید به آن به چشم یک بیماری احتمالی نگریست.

چگونه در فاز افسردگی باید کمک کرد؟

فاز افسردگی ممکن است تدریجی‌تر اتفاق بیفتد و اگر افکار خودکشی در بیمار وجود نداشته باشد ممکن است روانپزشک تصمیم بگیرد که درمان را بصورت سرپایی انجام دهد. در این فاز هم وظیفه اصلی خانواده کمک به بیمار در زمینه مصرف منظم داروها و مراجعه منظم به روانپزشک است. از طرف دیگر اگر خانواده متوجه شوند که بیمار قصد خودکشی دارد باید خیلی سریع و خارج از نوبت او را به درمانگاه روانپزشکی ببرند چرا که اختلال دوقطبی از جمله اختلالاتی است که احتمال خودکشی بیمار بویژه در فاز افسردگی آن بسیار بالاست.

با دیدن علائم شیدایی چه کنیم؟

علائمی که در بالا به عنوان علائم شیدایی ذکر شدند نخستین بار توسط خانواده و نزدیکان فرد رویت می‌شوند. به‌طور معمول این افراد نسبت به بیماری خود بینشی ندارند و خود را بیمار نمی‌دانند. شاید در ابتدا نیز خانواده احساس کنند این علائم مشکل ساز نیست و حتی افزایش انرژی و شادی بیماران را خانواده، مثبت ارزیابی کنند، اما در صورت تغییر بارز خلق فرد در عرض چند روز احتمالاً علائم بیمار تشدید می‌شود و فرد ممکن است به سمت افکار هذیانی با محتوای بزرگ‌منشی برود. در این فاز، فرد ممکن است ابراز کند که توانایی بیش از معمول دارد و قادر به تغییرات جدی در جهان است و ممکن است مدعی شود که به قدرت‌های ماورایی وابسته است. در این شرایط نقش خانواده در شناخت زودهنگام علائم و بردن سریع بیمار برای ویزیت روانپزشکی بسیار مهم است. نکته مهم این است که تشخیص و درمان فاز شیدایی باید به سرعت توسط روانپزشک انجام شود و در این فاز هر روز تاخیر می‌تواند عوارض جدی به بار بیاورد. مجدداً تاکید می‌کنم که به احتمال قوی بیمار در این فاز موافق مراجعه به روانپزشک نیست، ولی در هر حال بیمار باید فوراً توسط روانپزشک ویزیت شود.

دوقطبی چیست؟

اختلال دوقطبی عبارت است از دوره‌های خلق بسیار شاد که به شیدایی تعبیر می‌شود و دوره‌های افسردگی. البته در موارد نادر ممکن است مبتلایان به اختلال دوقطبی فقط دوره شیدایی و بدون افسردگی را سپری کنند. این اختلال که حدوداً شیوعی 5 درصدی در جامعه دارد در طول دوره شیدایی خود را با اعتماد به نفس بالا، پرحرفی، کاهش نیاز به خواب، افزایش انرژی و ولخرجی که منجر به اختلال واضح در عملکرد فردی و اجتماعی می‌شود نشان می‌دهد. بر عکس این حالت در دوره افسردگی بیماران دچار غمگینی، بی‌حوصلگی، خستگی، تغییرات خواب و اشتها و افکار مرگ و خودکشی می‌شوند. این اختلال در بین زن و مرد مساوی رخ می‌دهد و حدوداً در دهه سوم زندگی معمولاً شروع می‌شود.

آیا در فاز شیدایی نیاز به بستری است؟

خانواده باید بدانند که در فاز شیدایی علائم بیمار که به رفتار و افکار نامتعارف منجر می‌شود می‌تواند با آسیب‌های شدید و ماندگار همراه باشد. به‌طور مثال ولخرجی که از علائم این فاز است می‌تواند به هدر رفتن تمامی پس‌انداز چند ساله فرد شود و لطمه جبران ناپذیر همراه داشته باشد. در صورت درمان زودهنگام، حدود دو تا سه هفته معمولاً طول می‌کشد که با درمان

دقیق و مناسب دارویی بیمار بهبودی مناسبی پیدا کند. اگر در این مدت فرد تحت کنترل مناسب نباشد ممکن است پیش از بهبودی، دچار همان عوارض ماندگار شود. به همین دلیل توصیه شدید این است که اگر روانپزشک به بیمار و خانواده بستری شدن را پیشنهاد کرد، خانواده این پیشنهاد را بپذیرد تا ضمن جلوگیری از عوارض این فاز، بعداً خاطره شرایط نامتعارف دوره شیدایی در ذهن همسایگان و همکاران باعث تخریب جایگاه بیمار نشود.

پس از بهبودی چه باید کرد؟

اتفاقی که پس از بستری و درمان فاز شیدایی معمولاً می‌افتد این است که در عرض چند هفته فرد بهبود می‌یابد و حتی ممکن است خاطره‌ای از افکار و اعمال فاز شیدایی نداشته باشد. در این شرایط خانواده که معمولاً هنوز در شوک این تغییر ناخوشایند است ممکن است اساساً وجود بیماری را انکار کند و همه چیز را به مشکلات خانوادگی و فردی منتسب کند. این در حالی است که میزان اثر عوامل جسمی و تغییرات مغز در این اختلال بسیار پررنگ‌تر از مشکلات روان‌شناختی است. خانواده‌ها در این شرایط باید بدانند مهم‌ترین نقش را در تداوم بهبودی بیمار با کمک به وی در مصرف منظم داروها دارند.

آیا ازدواج راه علاج است؟

بسیاری از خانواده‌ها فکر می‌کنند ازدواج، حلال همه مشکلات بیماران روانی است و بویژه در مورد اختلال دوقطبی بسیار از خانواده‌ها می‌شنویم که (اگر ازدواج کند خوب می‌شود). این باور کاملاً اشتباه است و نه تنها ازدواج بیماری را خوب نمی‌کند حتی ممکن است به عنوان یک تغییر شرایط استرس‌زا سبب عود بیماری شود.

البته بیماران روانپزشکی نیز مانند تمام افراد می‌توانند ازدواج کنند اما انسانی و عاقلانه است که پیش از ازدواج، آموزش لازم و کافی به همسر آینده فرد توسط روانپزشک داده شود تا فرد با نگاه درستی به احتمال عود علائم و نیاز فرد به مصرف دارو درباره زندگی خود تصمیم بگیرد. توصیه اکید این است که خانواده، خود اقدام به توضیح نکنند چرا که به طور معمول، خانواده‌ها شدت علائم را کم جلوه می‌دهند و ممکن است اطلاعات درستی را ارائه ندهند. از طرف دیگر در صورتی که بعدها کار به مشکلات زناشویی برسد دادگاه خانواده می‌تواند با استعلام از پزشک، از اطلاع داشتن همسر و خانواده وی اطمینان حاصل کند.

دکتر محمدرضا شالبافان؛ روانپزشک و استادیار دانشگاه علوم پزشکی ایران