

تاثیر رژیم غذایی بر اثربخشی درمان "اختلال دو قطبی"

نتایج یک بررسی نشان می‌دهد که رژیم غذایی مناسب می‌تواند اثربخشی درمان اختلال دو قطبی را تقویت کند.



نتایج یک بررسی نشان می‌دهد که رژیم غذایی مناسب می‌تواند اثربخشی درمان اختلال دو قطبی را تقویت کند.

به گزارش ایسنا، کیفیت رژیم غذایی بر بسیاری از جنبه‌های سلامت جسمی و روانی فرد تاثیر می‌گذارد. در این مطالعه متخصصان بررسی کردند که آیا این فاکتور می‌تواند بر اثربخشی درمان اختلال دو قطبی و خلق و خو به ویژه اختلال دو قطبی تاثیرگذار باشد؟

خلق و خوی افراد مبتلا به اختلال دو قطبی در نوسان است. در برخی مواقع فرد در شرایطی قرار می‌گیرد که احساس سرخوشی دارد و به رفتارهای پرخطر اقدام می‌کند و در برخی مواقع با وضعیت افسردگی و خواب آلودگی و بی‌حوصلگی خود را نشان می‌دهد.

از آنجاییکه این دو نوع رفتار افراطی از ویژگی‌های اختلال دو قطبی به حساب می‌آیند، اغلب درمان این دو ویژگی رفتاری با اثربخشی مشابه کار دشواری است.

در این بررسی گروهی از محققان استرالیایی، آلمانی و آمریکایی براساس مطالعات خود دریافتند که وزن و عادات تغذیه‌ای ممکن است بر چگونگی اثربخشی روش‌های درمانی اختلال دو قطبی تاثیرگذار باشد. رژیم غذایی مناسب ممکن است در درمان علائم افسردگی و بی‌حوصلگی در این بیماران کمک کننده باشد. همچنین، رژیم غذایی ناسالم به تشدید التهاب در بدن منجر می‌شود که تاثیر منفی بر علائم بیمار می‌گذارد.

به گزارش مدیکال نیوزتودی، به گفته «ملانی آشتون»؛ محقق ارشد این مطالعه، تایید یافته‌های بدست آمده خبر خوبی برای بیماران مبتلا به اختلال دو قطبی است، چرا که نیاز بیشتری به روش‌های درمانی بهتر برای رفع علائم افسردگی و بی‌حوصلگی در این بیماران احساس می‌شود.