

Twoub Bipolè

Twoub bipolè, yon maladi yo konn rele twoub manyak-depresif tou, se yon twoub nan sèvo ki fè yon chanjman anòmal nan imè, enèji ak kapasite yon moun pou fonksyone nòmalman. Gen tretman pou twoub bipolè, epi moun ki gen maladi sa kapab viv yon vi ki konplè ak pwodiktif.

Twoub bipolè

Twoub bipolè, yon maladi yo konn rele manyak-depresif tou, se yon twoub nan sèvo ki fè yon chanjman anòmal nan imè, enèji ak kapasite yon moun pou fonksyone nòmalman. Sentòm bipolè yo sevè anpil epi se pa ti moman wo ak ba moun konn santi nan lavi a. Yo kapab gate relasyon, fè moun nan pa travay byen nan lekòl oswa travay li, oswa menm tiye tèt li. Men jodiya nou pote yon bon nouvèl: gen tretman pou twoub bipolè, epi moun ki gen maladi sa a kapab viv yon vi ki konplè ak pwodiktif.

Anviwon 5.7 milyon majè ameriken, oswa anviwon 2.6 pousan popilasyon ki gen 18 an oswa plis¹ gen twoub bipolè nan yon ane. Nòmalman twoub bipolè devlope nan fen adolesans oswa nan kòmansman laj majè. Sepandan, kèk moun kòmanse gen sentòm pandan anfans yo, epi yo devlope li byen ta nan vi yo. Souvan yo mou pa panse se yon maladi, epi moun nan kapab soufri pandan plizyè ane avan yo dyagnostike li byen epi trete li. Menm jan ak dyabèt avèk maladi kè, twoub bipolè se yon maladi ki dire lontan. Fòk yo jere li byen pandan tout vi moun nan.

"Twoub manyak-depresif deranje imè ak panse, fè moun nan aji yon fason ki mal anpil, fè moun nan pa panse yon fason rasyonèl, epi anpil fwa li fè moun nan pa anvi viv. Li se yon maladi ki byolojik nan rasin, men youn ki fè ou santi li psikolojik lè w ap fè eksperyans la; maladi sa a inik paske li ofri avantaj ak plezi, epi an menm tan li pote anpil soufrans moun pa ka sipòte epi, souvan, moun nan anvi tiye tèt li."

"Mwen gen chans maladi sa a pa te tiye mwen, chans paske mwen te resevwa pi bon swen medikal ki genyen, epi chans pase mwen gen fanmi, kolèg, ak fanmi mwen genyen yo."

Kay Redfield Jamison, Ph.D., An Unquiet Mind, 1995, p. 6.

(Re-enprime ak pèmisyon Alfred A. Knopf, yon depatman Random House, Inc.)

Kisa ki Sentòm Twoub Bipolè yo?

Moun ki gen twoub bipolè gen gwo chanjman nan imè wo - yo kapab "wo" anpil yon moman epi yo vin fache, tris ak dezespere yon lòt, epi apresya yo vin monte ankò. Anpil fwa yo nòmal ant peryòd yo wo ak ba yo. Konn gen gwo chanjman nan enèji ak konpòtman ki vini ak chanjman nan imè sa yo. Peryòd moun yo wo ak ba yo rele **epizòd** mani ak depresyon.

Kèk siy ak sentòm mani (yon epizòd manyak) se:

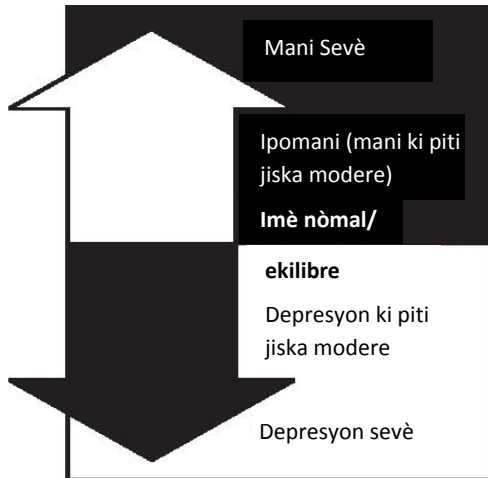
- Moun nan vin gen plis enèji, aktivite, ak ajite twòp
- Kè li vin twò kontan
- Li fache twò fasil
- Lespri li ap kouri epi lap pale twò vit, sote nan yon ide ale nan yon lòt
- Li pa ka konsantre byen
- Bezwen yon ti kras somèy
- Kwè li gen kapasite ak pouvwa ki pa reyèl
- Move jijman
- Depanse anpil lajan
- Aji yon fason ki pa nòmal pou karaktè li
- Vin gen plis anvi pou fè bagay
- Abize dwòg, sitou kokayin, alkòl, ak medikaman pou dòmi
- Aji yon fason ki pwovokan, anvayisan, oswa agresif
- Refize admèt gen yon pwoblèm

Yo dyagnostike yon epizòd manyak si imè moun nan monte epi gen 3 oswa plis nan lòt sentòm yo pandan prèske tout jounen an, prèske chak jou, pandan yon semèn oswa plis tan. Si imè moun nan iritab, fòk genyen 4 lòt sentòm ki prezan.

Kèk siy ak sentòm depresyon (yon epizòd depresif) se:

- Moun nan tris, gen kè sote, oswa santi li vid pandan lontan
- Santi dezolasyon oswa gen move atitid sou lavi a
- Santi li koupab, pa vo anyen oswa dezespere
- Pèdi enterè oswa plezi nan aktivite li te konn jwi avan, menm sèks
- Nivo enèji li bese, li santi fatig, yon bagay ap "ralanti" li
- Difikilte pou konsantre, sonje, pran desizyon
- Ajite, oswa irite fasil
- Dòmi twòp, oswa pa ka dòmi
- Chanjman nan apeti ak/oswa pèdi oswa pran twòp pwa
- Gwo doulè oswa sentòm nan kò a ki pa rezilta yon maladi oswa chòk fizik
- Panse ak lanmò ak anvi tiye tèt li, oswa eseye tiye tèt li

Yo dyagnostike yon epizòd depresif si 5 oswa plis nan sentòm sa yo dire pandan prèske tout jounen an, prèske chak jou, pou yon peryòd 2 semèn oswa plis tan.



Mani ki piti jiska modere rele **ipomani**. Ipomani kapab fè moun nan santi li byen epi li kapab menm fè li fonksyone byen ak vin pi pwodiktif. Se sa ki fè menm lè yon fanmi oswa zanmi aprann rekonèt chanjman nan imè an kapab yon twoub bipolè, moun nan kapab refize aksepte li gen yon pwoblèm. Men, san bonjan tretman, ipomani kapab vin sevè nan kèk moun oswa li ka vin tounen depresyon.

Kèk fwa, epizòd mani oswa depresyon ki sevè yo gen sentòm **psikoz** (oswa sentòm psikotik).

Sentòm komen psikotik se alisinasyon (tande, wè, oswa santi prezans bagay ki pa la vre) ak ilizyon (fo kwayans nan babay pa ki lojik oswa kilti moun nan pa eksplike). Sentòm psikotik nan twoub bipolè yo gen tandans reflete eta imè ki vrèman ekstrèm. Pa egzanp, moun nan kapab fè gwo ilizyon kote li panse li se Prezidan an oswa li gen gwo pouvwa ak richès pandan yon epizòd mani; epi pandan yon epizòd depresyon, li kapab gen ilizyon kote li santi li koupab oswa santi li pa vo anyen, tankou lavi li gache epi li pa gen senk kòb oswa li te komèt yon gwo zak kriminèl. Kèk fwa yo konn fè erè epi dyagnostike moun ki gen sentòm sa yo tankou moun ki gen eskizofreni, yon lòt maladi mantal, lè se twoub bipolè moun yo genyen.

Li kapab ede pou panse ak plizyè eta imè moun ki gen twoub bipolè yo tankou yon akansyèl oswa yon etajè. Anba nèt gen depresyon sevè, anwo li se depresyon modere, epi pi wo se kote moun nan tris pou yon ti tan, (mo yo itilize pou imè sa a se distimi lè li kwonik), pi wo toujou gen yon imè ki nòmàl oswa ekilibre, anwo li gen ipomani (mani ki pa sevè), epi anlè nèt se mani ki sevè.

Men, nan kèk moun, tout sentòm mani yo kapab vini ansanm nan sa yo rele eta bipolè melanje. Anpil fwa yon moun ki nan eta melanje gen ajitasyon, difikilte pou dòmi, gwo chanjman nan apeti, psikoz, ak panse pou tiye tè li alafwa. Yon moun kapab santi li tris anpil, li san espwa pandan li santi li gen anpil enèji an menm tan.

Twoub bipolè kapab sanble yon pwoblèm ki pa yon maladi mantal - pa egzanp abi alkòl ak dwòg, move travay nan lekòl oswa travay, oswa move relasyon ak moun. Men an reyalyite pwoblèm sa yo kapab siy maladi sa a.

Jan Yo Detekte Twoub Bipolè

Menm jan ak lòt maladi mantal, yo poko kapab detekte twoub bipolè nan yon fason psikolojik - tankou egzamine san oswa eskane sèvo a. Se sa ki fè, fason yo detekte twoub bipolè se daprè sentòm yo, jan maladi a devlope, epi, lè li disponib, istorik fanmi a. Yo dekri kritè pou detekte twoub bipolè nan yon liv ki rele Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders [Manyèl Dyagnostik ak Estatistik Pou Twoub Mantal] katriyèm edisyon (DSM-IV).²

Deskripsyon plizyè moun ki souffri bipolè te bay nou ofri ide ki kapab ede nou konprann diferan eta imè maladi a genyen:

Depresyon: Mwen pa kwè mwen ka fè anyen byen ditou. Se kòm si lespri mwen ralanti epi li tèlman griye li vin pa vo anyen... Bagay ki toumante mwen se jan mwen vin dezespere nan tout bagay. Gen moun ki di "Se yon bagay tanporè, li gen pou pase, w ap vin anfòm," men yo pa menm gen yon ide kijan mwen santi m, menm si yo panse yo konprann. Si mwen pa santi anyen, mwen pa ka deplase, panse oswa renmen, ebyen poukisa mwen egziste?

Ipomani: Yon moman mwen santi m nan syèl, se yon bagay tèt chaje...ide yo ap vini vit...tankou se yon kout zetwal wap swiv jiskaske sa ki pi klere yo vini...Pa gen timidite ankò, tout bèl pawòl ak jès yo parèt toudenkou...moun ki pa te janm enterese ou vin enterese ou anpil: Ou gen yon sèl sansyalite nan kò ou. Ou anvi sedwi, ou vle yo sedwi w. Ou pa ka sipòte. Ou santi w ap debòde ak yon lajwa, ou pa konn kote pou w mete kò w... ou santi ou byen, ou plen ak pouvwa, ou tankou Bondje...pa gen anyen ou pa ka fè...men, nan yon moman sa chanje.

Mani: Ide sa yo ki te nan tèt ou yo te vini twò vit epi yo te twòp...konfizyon ki tap boulvèse ou a vin tonbe nan reyalite...ou sispenn kouri dèyè li - memwa a ale. Bèl imè ou te gen an sispenn amize moun. Zanmi ou yo vin pè...kounye a tout bagay vire do ba ou... ou vin fache, ou pè, ou pèdi kontwòl, epi ou santi de pye ou nan yon grenn soulye.

Swisid

Moun ki souffri twoub bipolè konn anvi tiye tèt yo. **Nenpòt moun kap panse tiye tèt li bezwen atansyon san reta. Preferableman nan men yon pwofesyonèl nan domèn sante mantal oswa yon doktè. Se pou toujou pran nenpòt moun ki pale tiye tèt li serye.** Sanble nan kòmansman maladi a moun nan gen plis risk pou tiye tèt li. Se sa ki fè, lè yo rekonèt moun nan gen twoub bipolè epi aprann pi bon fason pou jere li, sa kapab bese risk pou moun nan tiye tèt li.

Kèk siy ak sentòm yon moun ki anvi tiye tèt li se:

- moun nan ap di li santi li anvi tiye tèt li oswa li anvi mouri
- moun nan santi li san espwa, li pa panse anyen pral chanje oswa vin pi bon
- moun nan santi li dezespere, li pa panse anyen li fè pral chanje anyen
- li santi li se yon chay pou fanmi ak zanmi li
- li abize alkòl oswa dwòg.

- li mete zafè li nan lòd (pa egzanp, li òganize finans li oswa fè kado bagay li pou prepare pou lanmò li)
- li ekri yon lèt pou kite dèyè lè li fin tiye tèt li
- li mete vi li an danje, oswa nan sitiyasyon kote li gen yon risk pou mouri

Si ou santi ou anvi tiye tèt ou oswa ou konnen yon moun ki anvi fè sa:

- rele yon doktè, yon sal dijans, oswa 911 touswit pou yo ede ou imedyatman
- piga ou menm, oswa moun ki anvi tiye tèt li a, rete sèl
- piga ou kite moun nan gen aksè ak anpil medikaman, zam, oswa lòt bagay moun nan kapab itilize pou tiye tèt li

Pandan anpil moun ki eseye tiye tèt yo planifye li byen pandan anpil tan, gen moun ki fè sa toudenkou san yo pa te planifye li; se sa ki fè dènye pwen nou mansyone anlè a kapab yon estrateji *alontèm* pou moun ki souffri twoub bipolè. Antouka, li enpòtan pou ou konprann lè yon moun anvi ak eseye tiye tèt li sa fè pati maladi a epi yo kapab trete li. Ak bon jan tretman, moun nan kapab pa anvi fè tèt li mal ankò.

Kijan Twoub Bipolè Devlope?

Nòmalman epizòd mani ak depresyon parèt pandan plizyè peryòd nan vi moun nan. Lè moun pa gen epizòd yo, pifò moun ki fè twoub bipolè pa gen okenn sentòm, men anviwon yon tyè moun gen rès sentòm. Yon ti pousantaj moun toujou genyen sentòm malgre tretman.³

Fòm klasik maladi a, kote gen epizòd mani ak depresyon ki ale tounen, rele **twoub bipolè I**. Men, gen kèk moun ki pa janm devlope mani sevè. Moun sa yo santi yon ti epizòd mani apresya yo gen depresyon; yo rele fòm maladi sa a **twoub bipolè II**. Lè moun nan genyen 4 oswa plis epizòd nan 12 mwa, yo ka di moun nan gen twoub bipolè ak **sik rapid**. Gen moun ki kapab souffri plizyè epizòd nan yon sèl semèn, oswa menm nan yon sèl jou. Twoub bipolè ak sik rapid gen tandans devlope pita nan maladi epi gen plis fanm pase gason ki genyen li.

Moun ki gen twoub bipolè so kapab viv yon vi nòmal ki pwodiktif lè yo trete maladi a byen. Men, san tretman, maladi a gen tandans vin pi mal. Apre yon tan moun nan kapab souffri epizòd manyak-depresif ki pi souvan (sik ki pi rapid) ak pi sevè pase lè maladi a fenk kòmanse.⁴ Men nan pifò ka, lè moun nan resevwa bonjan tretman sa kapab ede bese kantite fwa ak severite epizòd yo epi li kapab ede moun ki gen twoub bipolè yo viv yon vi ki gen bon kalite.

Èske Timoun ak Adolessan Kapab Genyen Twoub Bipolè?

Ni timoun ni adolessan kapab genyen twoub bipolè. Se plis timoun paran yo gen maladi a li afekte.

Kontrèman ak twoub bipolè kay granmoun, kote epizòd defini pi byen, timoun ak jèn adolessan ki gen maladi a genyen chanjman nan imè ki trè vit ant depresyon ak mani plizyè fwa nan yon sèl jounen.⁵ Timoun ki gen mani yo pi iritab epi yo gen tandans pi vyolan pase pou yo gen twòp kè kontan ak wo tankou granmoun ki maladi yo. Anpil jèn timoun ki gen twoub bipolè gen sentòm melanje. Adolessan pi gran yo ki devlope maladi a gen kalite epizòd ak sentòm pi klasik granmoun yo genyen an.

Li kapab difisil pou wè diferans ant twoub bipolè kay timoun ak adolessan ak pwoblèm ki nòmal pou laj yo. Pa egzanp, menm si moun ki gen twoub bipolè konn iritab ak agresif, yo se sentòm timoun ki gen twoub konsantrasyon epi ki ipèaktif, epi ki gen twoub nan kondwit, twoub opozisyonèl ak pwovokasyon, oswa lòt kalite maladi mantal ki pi komen kay granmoun tankou gwo depresyon oswa eskizofreni. Abi dwòg kapab lakòz sentòm sa yo tou.

Sepandan, pou nenpòt maladi, bonjan tretman pral depann sou bonjan dyagnostik. Yon pwofesyonèl nan sante mantal dwe evalye timoun ak adolessan ki gen sentòm emosyonèl ak sentòm nan konpòtman yo ak anpil atansyon. **Ou dwe pran nenpòt timoun oswa adolessan kap panse tiye tèt li, pale sou tiye tèt li, oswa eseye tiye tèt li serye epi li dwe resevwa atansyon nan men yon espesyalis sante mantal tou swit.**

Kisa ki Kòz Twoub Bipolè?

Syantifik yo ap aprann kòz posib twoub bipolè atravè plizyè kalite etid. Kounye a la pifò syantifik dakò pa gen yon grenn bagay ki kòz twoub bipolè - men, gen plizyè faktè ki travay ansanm pou pwodwi maladi a.

Paske twoub bipolè gen tandans yon maladi ki nan fanmi, rechèch yo ap chèche jèn an patikilye - "blòk" mikwoskopik yo ki bati ADN anndan tout selil ki enflyanse fason kò ak lespri a mache ak devlope -ki te pase de yon jenerasyon a yon lòt ki kapab ogmante chans pou yon moun devlope maladi a. Men jèn yo pa tout bagay la. Etid sou vrè jimo, ki pataje menm jèn yo, montre jèn ansanm ak lòt faktè jwe yon wòl nan twoub bipolè. Si sete sèlman jèn ki bay twoub bipolè, lè sa a vrè jimo yon moun ki gen maladi a tap *toujou* devlope maladi a tou, epi rechèch montre nou se pa vre. Men si yon jimo gen twoub bipolè, lòt jimo a gen plis chans pou devlope maladi a pase yon lòt frè oswa sè.⁶

An plis, rezilta rechèch sou jèn sijere twoub bipolè, menm jan ak lòt maladi mantal, pa rive akòz yon sèl grenn jèn.⁷ Sanble se plizyè jèn kap travay ansanm, mete ak plizyè lòt faktè moun an oswa anviwònman moun nan, ki fè li gen twoub bipolè. Li vrèman difisil pou twouve jèn sa yo, epi se yon ti kras kontribisyon yo fè nan twoub bipolè. Men syantifik yo panse zouti yap itilize kounye a nan rechèch avanse pral ede yo fè nouvo dekouvenn ak jwenn nouvo tretman ki pi bon pou twoub bipolè.

Etid ki montre imaj sèvo yo ap ede syantifik yo aprann kisa ki pase mal nan sèvo a pou pwodwi twoub bipolè ak lòt maladi mantal.^{8, 9} Nouvo teknik pou montre imaj sèvo a pèmèt rechèch yo pran foto sèvo yon moun vivan pandan li ap fonksyone, pou egzamine estrikti li ak aktivite li yo, san yo pa bezwen fè operasyon oswa lòt pwosedi chirijikal. Teknik sa yo genyen Imajri ak Rezonans Magnetik (IRM), Tomografi ak Emisyon Poziton (TEP), ak Imajri ak Rezonans Magnetik fonksyonèl ((IRMf). Genyen prèv nan etid imajri yo ki montre sèvo moun ki souffri twoub bipolè kapab diferan ak sèvo moun ki an sante. Lè yo vin kapab idantifye diferans yo pi klè ak defini yo atravè rechèch, syantifik yo pral konprann vrè kòz maladi a, epi yo pral vin kapab prevwa ki kalite tretman kap mache pi byen.

Kijan yo Trete Twoub Bipolè?

Pifò moun ki gen twoub bipolè - menm sa yo ki gen kalite ki pi sevè yo - kapab gen kontwòl chanjman nan imè yo ak sentòm ki gen pou wè ak maladi a si yo resevwa bon tretman.^{10, 11, 12} Paske twoub bipolè se yon maladi ki ale vini, nou toujou rekòmande moun nan gen yon tretman prevantif alontèm epi yo prèske toujou mande sa. Yon estrateji ki melanje medikaman ak tretman psiko-sosyal ap pi bon pou jere maladi a pandan lontan.

Nan pifò ka, twoub bipolè kontwòle pi byen si tretman an kontinye tan ou ap plede koupe li. Men, menm lè yo pa koupe tretman an, depi gen yon chanjman nan imè ou dwe di doktè a sa tou swit. Doktè a kapab fè chanjman nan plan tretman an pou evite yon gwo epizòd. Lè ou travay pwòch ak doktè a epi pale ouvèyman sou enkyetid ou genyen sou tretman an ak opsyon ki genyen yo, sa kapab fè yon diferans nan efikasite tretman an.

An plis, lè yo kenbe yon tablo ki detaye sentòm imè, tretman, fason yo dòmi, ak evennman ki pase nan vi yo chak jou, sa kapab ede moun ki gen twoub bipolè ak fanmi yo konprann maladi a pi byen. Tablo a kapab ede doktè a swiv ak trete maladi a pi byen tou.

Medikaman

Moun ki preskri medikaman pou twoub bipolè se psikyat - doktè an medsin (M.D.) ki gen kalifikasyon pou dyagnostike ak trete maladi mantal. Pandan doktè premye swen ki pa espesyalize nan psikyatri kapab preskri medikaman sa yo tou, nou rekòmande moun ki gen twoub bipolè al wè yon psikyat pou tretman.

Nòmalman yo preskri yon medikaman ki rele "estabilizatè imè" pou ede kontwòle twoub bipolè.¹⁰ Genyen plizyè estabilizatè imè ki disponib. An jeneral, moun ki gen twoub bipolè kontinye tretman ak estabilizatè imè pandan anpil tan (plizyè ane).

Yo ajoute lòt medikaman lè li nesèsè, tipikman pou yon ti tan ki pi kout, pou trete epizòd mani oswa depresyon li kontinye genyen malgre estabilizatè imè a.

- Lityòm te premye medikaman estabilizasyon imè Administrasyon Alimantasyon ak Medikaman (FDA) a te otorize pou tretman mani. Anpil fwa li trè efikas pou kontwole mani ak evite yon epizòd manyak ak depresif retounen.
- Medikaman kont kriz, tankou evaporate (Depakote[®]) oswa carbamazepine (Tegretol[®]), kapab gen efè pou kontwole imè epi yo kapab itil sitou pou epizòd bipolè ki difisil pou trete. FDA te otorize Valproate an 1995 pou tretman mani.
- Yap etidye nouvo medikaman kont kriz, tankou lamotrigine (Lamictal[®]), gabapentin (Neurontin[®]), ak topiramate (Topamax[®]), pou detèmine kijan yo travay pou estabilize sik imè.
- Yo kapab melanje medikaman kont kriz yo ak lityòm, oswa ak youn ak lòt pou yon efè maksimòm.
- Jeneralman yo trete timoun ak adolesan ki gen twoub bipolè ak lityòm, men yo konn itilize valproate ak carbamazepine tou. Rechèche yo ap evalye sekirite ak efikasite nan medikaman sa yo ak lòt medikaman psiko-twopik pou timoun ak adolesan. *Genyen prèv ki montre valproate kapab lakòz move chanjman nan òmòn tifi adolesan ak bay fanm ki kòmanse pran medikaman an avan yo gen 20 ane sendwòm ovè polisistik.¹³ Se sa ki fè yon doktè sipoze siveye jenn fi kap pran valproate ak anpil atansyon.*
- Fanm ki soufri twoub bipolè epi ki anvi fè timoun, oswa ki vin ansent, pral gen anpil obstak paske medikaman estabilizatè imè gen anpil danje nan devlopman fetis la ak pou bay bebe a tete.¹⁴ Se sa ki fè li dwe diskite avantaj ak risk tout tretman ki disponib yo ak yon ekspè nan domèn sa a. Yo ap etidye nouvo tretman ki gen mwens risk pandan gwosès ak lè yap bay tete.

Tretman Depresyon Bipolè

Gen rechèch ki montre moun ki soufri twoub bipolè gen risk pou yo vin chanje sou mani oswa ipomani, oswa devlope yon sik rapid, pandan yo sou tretman ak medikaman anti-depresè.¹⁵ Se sa ki fè an jeneral yo bezwen medikaman "estabilizatè imè" poukont yo oswa ansanm ak anti-depresè, pou pwoteje moun ki gen twoub bipolè yo kont chajman sa a. Lityòm ak valproate se medikaman estabilizatè imè moun itilize plis jodiya. Sepandan, rechèch ap kontinye evalye efè potansyèl estabilizatè imè nan nouvo medikaman yo.

- Yap etidye medikaman anti-psikotik atipik, tankou clozapine (Clozaril[®]), olanzapine (Zyprexa[®]), risperidone (Risperdal[®]), quetiapine (Seroquel[®]), ak ziprasidone (Geodon[®]), pou wè si gen posiblite pou yo trete twoub bipolè.

- Gen prèv ki sijere clozapine kapab itil kòm yon estabilizatè imè pou moun lityòm oswa medikaman kont kriz pa fè anyen pou yo.¹⁶ Gen lòt rechèch ki soutni efikasite olanzapine pou mani ki grav, yon endikasyon ki te fenk resevwa otorizasyon FAD.¹⁷ Olanzapine kapab ede soulaje depresyon psikotik tou.¹⁸
- Aripiprazole (Abilify[®]) se yon lòt medikaman anti-psikotik yo itilize pou trete eskizofreni ak epizòd twoub bipolè I manyak oswa melanje (manyak ak depresif). Aripiprazole vini nan fòm tablèt ak likid. Gen youn ki vini nan fòm piki yo itilize pou tretman sentòm ajitasyon nan eskizofreni oswa epizòd twoub bipolè I manyak oswa melanje.
- Si moun nan gen pwoblèm pou dòmi, yo kapab bay li yon medikaman benzodiazepine ki fò anpil, tankou clonazepam (Klonopin[®]) oswa lorazepam (Ativan[®]) ki kapab ede moun nan dòmi pi byen. Sepandan, paske moun konn vin abitye ak medikaman sa yo, li pi bon lè yo preskri yo pou yon ti tan kout. Kèk fwa yo itilize lòt kalman tankou zolpidem (Ambien[®]) pito.
- Yo kapab bezwen fè chanjman nan plan tretman an plizyè fwa pandan devlopman twoub bipolè a pou jere maladi a pi byen. Yon psikiyat dwe gide nenpòt chanjman nan plan an oswa dòz medikaman an.
- Pa bliye pale psikiyat ou lòt medikaman sou preskripsyon, medikaman ou te achte san preskripsyon, ak lòt pwodwi fèy ou kapab ap pran. Sa enpòtan paske kapab gen yon move reyaksyon lè ou melanje sèten medikaman ansanm.
- Pou bese chans pou maladi a retounen oswa pou devlope yon nouvo epizòd, lap enpòtan pou w respekte plan tretman an. Pale ak doktè ou si ou gen nenpòt enkyetid pou medikaman yo.

Fonksyon Tiwoyid

Souvan moun ki souffri twoub bipolè gen glann tiwoyid ki pa nòminal.⁵ Paske kapab gen chanjman nan imè ak enèji moun lè yo gen twòp tiwoyid oswa yo pa gen ase, li enpòtan pou yon doktè sipèvize nivo tiwoyid moun nan ak anpil atansyon.

Pou ki gen sik rapid gen tandans souffri ak pwoblèm tiwoyid tou epi yo kapab bezwen pran grenn tiwoyid ansanm ak medikaman pou twoub bipolè a. Epi tou, tretman tiwoyid kapab fè nivo tiwoyid kèk moun vin ba, epi yo kapab vin bezwen pran grenn tiwoyid.

Efè Segondè Medikaman

Avan ou kòmanse yon nouvo medikaman pou twoub bipolè, toujou pale ak psikiyat ou ak/oswa famasyen ou sou efè segondè ki kapab genyen. Daprè medikaman an, efè segondè yo kapab fè moun nan vin pran pwa, li gen noze, tranble, pa anvè antre nan relasyon seksyèl, anksyete, pèdi cheve, pwoblèm pou deplase, oswa bouch sèch.

Pa bliye di doktè ou tout efè segondè ou remake pandan tretman an. Petèt lap kapab chanje dòz la oswa ofri yon lòt medikaman pou soulaje yo. Piga ou chanje oswa sispann pran medikaman ou san psikyat ou pa konn sa.

Tretman Psiko-sosyal

Ansanm ak medikaman, tretman psiko-sosyal - ki gen sèten kalite psiko-terapi (oswa terapi "pale")- ede yon fason yo bay soutyen, edikasyon, ak gid pou moun ki gen twoub bipolè ak fanmi yo. Gen etid ki montre entèkansyon kapab fè imè moun nan vin pi estab, li entène lopital mwens, epi fonksyone pi byen nan plizyè domèn.¹² Nòmalman se yon psikològ, travayè sosyal, oswa konseye ki gen lisans ki bay terapi sa yo epi souvan yo travay ansanm ak psikyat la ou sipèvizè pwogrè pasyan an. Kantite, konbyen fwa, ak kalite sesyon pral baze sou tretman moun nan bezwen li menm.

Entèkansyon psiko-sosyal yo konn itilize pou twoub bipolè se terapi konpòtman kognitif, psiko-edikasyon, terapi fanmi, ak yon nouvo teknik, terapi entèpèsònèl ak rit sosyal. Rechèchè NIMH yo ap etidye kijan entèkansyon sa yo konpare youn ak lòt lè yo ajoute yo sou tretman medikaman pou twoub bipolè.

- Terapi konpòtman kognitif ede moun ki gen twoub bipolè aprann chanje panse ak konpòtman ki pa apwopriye ak ki negatif maladi a bay yo.
- Psiko-edikasyon se lè yo anseye moun ki gen twoub bipolè sou maladi a ak tretman li, ak jan pou rekonèt lè siy maladi a ap retounen pou yo ka chèche entèkansyon bonè pou epizòd maladi a pa devlope nèt. Psiko-edikasyon kapab itil pou fanmi yo tou.
- Terapi fanmi itilize estrateji pou bese nivo chagren fanmi maladi moun nan kapab bay oswa kontribye nan maladi moun nan.
- Terapi entèpèsònèl ak rit sosyal ede moun ki gen twoub bipolè amelyore relasyon yo ak lòt moun epi regilarize woutin yo gen chak jou. Lè yon moun gen yon woutin regilye ak yon lè li dòmi chak jou sa kapab ede pwoteje li kont epizòd manyak yo.
- Menm jan ak medikaman, lap enpòtan pou swiv plan tretman pou nenpòt entèkansyon psiko-sosyal pou jwenn bi bon avantaj ki genyen.

Lòt Tretman

- Nan sityasyon kote medikaman, tretman psiko-sosyal, ak yo tou de mete ansanm pa mache, oswa mache twò dousman pou soulaje gwo sentòm tankou psikoz oswa lè moun nan anvi tiye tèt li, yo kapab konsidere sismo-terapi (chòk elektrik, ECT pou angle). Yo kapab konsidere ECT tou pou trete gwo epizòd lè kondisyon medikal, tankou gwosès, fè li yon gwo risk pou itilize medikaman.

ECT se yon tretman ki efikas anpil pou gwo depresyon, lè moun nan manyak, ak/oswa yon melanj epizòd yo. Posibilite pou moun gen pwoblèm memwa pou lontan, menm si li te yon pwoblèm avan, vin bese anpil ak nouvo teknik ECT. Men yo dwe konsidere epi revize ak diskite avantaj ak risk ECT, ak lòt entèvansyon ki genyen yo ak anpil atansyon avèk moun nan kap konsidere tretman sa a, epi lè li apwopriye, ak fanmi avèk zanmi.¹⁹

- Yo poko etidye pwodwi fèy oswa sipleman natirèl, tankou milpètwi (*Hypericum perforatum*), ase epi nou pa konnen anpil bagay sou efè yo sou twoub bipolè. Paske FDA pa kontwole pwodiksyon yo, diferan kalite sipleman sa yo kapab gen diferan kantite engredyan aktif. **Avan ou eseye nenpòt fèy oswa sipleman natirèl, li enpòtan pou w pale sa ak doktè ou. Gen prèv ki montre milpètwi kapab bese efikasite sèten medikaman (gade <http://www.nimh.nih.gov/events/stjohnwort.cfm>).²⁰ An plis, menm jan ak preskripsyon anti-depresè, milpètwi kapab fè kèk moun ki gen twoub bipolè vin gen mani, sitou si yo pap pran okenn estabilizatè imè.²¹**
- Yap etidye asid gra omega-3 yo jwenn nan lwil pwason pou detèmine si yo itil, poukont yo oswa ajoute ak medikaman konvansyonèl, pou tretman alontèm twoub bipolè.²²

Yon Maladi Alontèm Yo Ka Trete Ak Efikasite

Menm si natirèlman epizòd mani ak depresyon fè ale vini, lap enpòtan pou konprann twoub bipolè se yon maladi alontèm ki poko gen yon gerizon. Lè ou kontinye ak tretman ou, menm lè ou byen, sa kapab ede kontwole maladi a ak bese chans pou w gen yon epizòd ki pi mal vin retounen.

Èske Konn Gen Lòt Maladi Menm Tan Ak Twoub Bipolè?

Anpil moun ki gen twoub bipolè abize dwòg ak alkòl. Gen rechèch ki sijere plizyè faktè kapab kontribye nan pwoblèm abi sa yo. Pa egzanp, moun nan kapab bay tèt li medikaman pou trete sentòm yo, abi dwòg la li menm pote sentòm oswa agrave sa ki genyen yo, epi faktè risk yo kapab enfliyanse twoub bipolè ak dwòg/alkòl lap abize yo.²³ Lè moun nan ap abize dwòg/alkòl, lap enpòtan pou mete yon tretman pou abi a nan plan jeneral la tou.

Anpil moun ki gen twoub bipolè gen twoub anksyete, tankou Twoub Estrès Pos-Twomatik ak Twoub Obsesyonèl Konpilsif tou.^{24, 25} Tretman pou twoub bipolè kapab mache pou twoub anksyete sa yo, oswa yo kapab bezwen yon tretman separe. Pou plis enfòmasyon sou twoub anksyete, kontakte NIMH (gade pi ba a.)

Kijan Moun ak Fanmi yo Kapab Jwenn èd Pou Twoub Bipolè?

Nenpòt moun ki gen twoub bipolè dwe ap resevwa swen nan men yon psikiyat ki gen kapasite pou detekte ak trete maladi sa a. Lòt pwofesyonèl swen sante, tankou psikològ, travayè sosyal psikiyatrik, ak enfimyè psikiyatrik, kapab ede bay moun nan ak fanmi li ak plis apwòch pou tretman.

Ou kapab jwenn èd nan:

- Pwogram ki afilye ak inivèsite oswa fakilte medsin
- Depatman psikiyatri nan lopital
- Biwo prive ak klinik psikiyatri
- Òganizasyon jesyon sante (HMO)
- Biwo doktè fanmi ak pedyat
- Sant sante mantal kominote piblik

Moun ki gen twoub bipolè kapab bezwen èd ou jwenn èd.

- Souvan moun ki soufri bipolè kapab pa rann kont kijan yo malad, oswa yo kapab blame pwoblèm yo sou yon lòt bagay ki pa maladi mantal.
- Yon moun ki gen twoub bipolè kapab bezwen anpil ankourajman nan men fanmi ak zanmi pou yo al chèche tretman. Doktè fanmi a kapab jwe yon gwo wòl kote li bay referans kay yon pwofesyonèl sante mantal.
- Kèk fwa yon fanmi oswa zanmi kapab bezwen mennen moun ki gen twoub bipolè a pou fè yon evalyasyon ak resevwa tretman sante mantal.
- Yon moun ki nan mitan yon gwo epizòd kapab bezwen entènè lopital pou pwòp pwoteksyon li ak tretman lap vrèman bezwen. Kapab gen lè yo oblije entènè moun nan lopital menm si li pa vle.
- Moun nan ap toujou bezwen ankourajman ak sipò apre li fin resevwa tretman, paske li kapab pran anpil tan avan yo jwenn pi bon plan tretman pou chak moun.
- Nan kèk ka, moun ki gen twoub bipolè kapab dakò, lè maladi a sou kontwòl, pou resevwa pou trete li yon fason li ta prefere pou si li ta gen yon kriz mani oswa depresif.
- Menm jan ak lòt maladi ki serye, twoub bipolè difisil pou mari, madanm, fanmi, zanmi, ak anplwayè moun nan.
- Souvan fanmi yon moun ki gen twoub bipolè bezwen fè fas ak gwo pwoblèm konpòtman moun nan, tankou depanse anpil lajan pandan epizòd mani oswa retire li kote tout moun pandan yon depresyon, ak konsekans konpòtman sa yo pita.
- Anpil moun ki gen twoub bipolè benefisye lè yo patisipe nan gwoup soutyen tankou pa Asosiyasyon Depresif ak Manyak Depresif Nasyonal (NDMDA), Alyans Nasyonal Pou Moun Ki Soufri Maladi Mantal (NAMI), ak Asosiyasyon Sante Mantal Nasyonal (NMHA). Fanmi ak zanmi kapab benefisye nan gwoup soutyen òganizasyon sa yo ofri tou.

Pou enfòmasyon kontak, gade seksyon "Pou Plis Enfòmasyon" ki sou do ti liv sa a.

E Pou Etid Klinik Pou Twoub Bipolè?

Kèk moun ki gen twoub bipolè resevwa medikaman ak/oswa terapi psiko-sosyal lè yo ofri tèt yo pou travay kòm volontè nan etid klinik (esè klinik). Etid klinik yo gen investigasyon syantifik maladi a ak tretman maladi a kay moun. Etid klinik nan sante mantal kapab chèche enfòmasyon sou efikasite medikaman an oswa yon melanj medikaman, ki fason entèvansyon konpòtman oswa kalite psiko-terapi a itil, ki fason yo ka depann sou pwosedi dyagnostik, ak ki fason yon metòd prevansyon reyisi. Epi tou etid klinik yo montre syantifik yo fason maladi a devlope, pwogrese, bese, ak afekte lespri a ak kò a. Plizyè milyon ameriken yo detekte gen maladi mantal viv yon fason ki pwodiktif ak an sante gras a enfòmasyon yo dekouvri nan etid klinik. Sepandan, etid sa yo pa toujou bon pou tout moun. Li enpòtan pou chak moun konsidere byen risk ak avantaj yon etid klinik kapab pote avan yo deside patisipe nan youn.

Nan ane ki sot pase yo, NIMH te entwodwi yon nouvo jenerasyon etid klinik "monn reyèl". Yo rele yo etid "monn reyèl" pou plizyè rezon. Kontrèman ak esè klinik tradisyonèl yo, yo ofri plizyè diferan tretman ak tretman melanje. An plis, yo eseye mete anpil moun ki gen maladi mantal kap viv toupatou nan peyi a kap resevwa tretman nan diferan anviwònman. Yo ankouraje moun ki gen plis pase yon sèl maladi mantal, ansanm ak sa yo ki gen lòt maladi ak maladi mantal la, patisipe nan nouvo etid yo. Objektif prensipal etid monn reyèl yo se pou amelyore estrateji tretman ak rezilta pou tout moun ki gen maladi sa yo. Apre yo mezire amelyorasyon sentòm maladi a, etid yo pral evalye kijan tretman yo enfliyanse lòt bagay nan monn reyèl la tankou kalite lavi, kapasite pou travay, ak fonksyone nan sosyete a. Epi tou yo pral evalye pri diferan tretman ak jan sa afekte fason moun kontinye ak tretman yo.

Pwogram Amelyorasyon Tretman Sistematik Twoub Bipolè a (STEP-BD) ap chèche moun pou patisipe nan pi gwo etid "monn reyèl" pou twoub bipolè ki janm fèt. Pou aprann plis enfòmasyon sou STEP-BD oswa lòt etid klinik, al gade paj esè klinik (Clinical Trial) nan sit wèb NIMH la <http://www.nimh.nih.gov>, Bibliyotèk Medsin Nasyonal Baz Done Esè a <http://www.clinicaltrials.gov>, oswa kontakte NIMH.

Pou Plis Enfòmasyon

National Institute of Mental Health (NIMH)

[Enstiti Nasyonal Pou Sante Mantal]

Ajans Biwo Kominikasyon ak Resous
Enfòmasyon Lyezon Piblik ak Rechèch h
6001 Executive Blvd., Rm. 8184, MSC 9663
Bethesda, MD 20892-9663
Telefòn: (301) 443-4513; Fax: (301) 443-4279
Fax Back System, Mental Health FAX4U: (301) 443-5158
Imèl: nimhinfo@nih.gov;
Sitwèb: <http://www.nimh.nih.gov>

Child & Adolescent Bipolar Foundation

[Fondasyon Timoun & Adolesan Bipolè]

1000 Skokie Blvd., Suite 570
Wilmette, IL 60091 Telefòn: (847) 256-8525
Sitwèb: <http://www.bpkids.org>

National Alliance for the Mentally Ill (NAMI)

[Alyans Nasyonal Pou Moun Ki Soufri Maladi Mantal]

Colonial Place Three 2107
Wilson Blvd., 3rd Floor
Arlington, VA 22201-3042
Apèl Gratis: 1-800-950-NAMI (6264)
Phone: (703) 524-7600; Faks: (703) 524-9094
Entènèt: <http://www.nami.org>

Depression & Bipolar Support Alliance (DBSA)

[Alyans Pou Soutyen Depresyon & Bipolè]

730 North Franklin Street, Suite 501
Chicago, IL 60610-7204
Apèl Gratis: 1-800-826-3632
Faks: (312) 642-7243
Entènèt: <http://www.DBSAlliance.org>

Mental Health America

[Sante Mantal Lamerik]

2000 N. Beauregard Street, 6th Floor
Alexandria, VA 22314-2971
Apèl Gratis: 1-800-969-6642
Telefòn: (703) 684-7722
TTY-800-433-5959
Entènèt: <http://www.nmha.org>

Referans

- 1 Narrow WE. One-year prevalence of depressive disorders among adults 18 and over in the U.S.: NIMH ECA done pwospektif. Estimasyon popilasyon an dapre Biwo Resansman Etazini sou popilasyon ki gen 18 ane oswa plis 1 jiyè 1998. Pa Pibiye.
- 2 American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders, fourth edition (DSM-IV)*. Washington, DC: American Psychiatric Press, 1994.
- 3 Hyman SE, Rudorfer MV. Depressive and bipolar mood disorders. In: Dale DC, Federman DD, eds. *Scientific American® ; Medicine. Vol. 3*. New York: Healthon/WebMD Corp., 2000; Sect. 13, Subsect. II, p. 1.
- 4 Goodwin FK, Jamison KR. *Manic-depressive illness*. New York: Oxford University Press, 1990.
- 5 Geller B, Luby J. Child and adolescent bipolar disorder: a review of the past 10 years. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 1997; 36(9): 1168-76.
- 6 NIMH Genetics Workgroup. *Genetics and mental disorders*. NIH Publication No. 98-4268. Rockville, MD: National Institute of Mental Health, 1998.
- 7 Hyman SE. Introduction to the complex genetics of mental disorders. *Biological Psychiatry*, 1999; 45(5): 518-21.
- 8 Soares JC, Mann JJ. The anatomy of mood disorders—review of structural neuroimaging studies. *Biological Psychiatry*, 1997; 41(1): 86-106.
- 9 Soares JC, Mann JJ. The functional neuroanatomy of mood disorders. *Journal of Psychiatric Research*, 1997; 31(4): 393-432.
- 10 Sachs GS, Printz DJ, Kahn DA, Carpenter D, Docherty JP. The expert consensus guideline series: medication treatment of bipolar disorder 2000. *Postgraduate Medicine*, 2000; Spec No: 1-104.
- 11 Sachs GS, Thase ME. Bipolar disorder therapeutics: maintenance treatment. *Biological Psychiatry*, 2000; 48(6): 573-81.
- 12 Huxley NA, Parikh SV, Baldessarini RJ. Effectiveness of psychosocial treatments in bipolar disorder: state of the evidence. *Harvard Review of Psychiatry*, 2000; 8(3): 126-40.
- 13 Vainionpää LK, Rattya J, Knip M, Tapanainen JS, Pakarinen AJ, Lanning P, Tekay A, Myllylä VV, Isojarvi JI. Valproate-induced hyperandrogenism during pubertal maturation in girls with epilepsy. *Annals of Neurology*, 1999; 45(4): 444-50.
- 14 Llewellyn A, Stowe ZN, Strader JR Jr. The use of lithium and management of women with bipolar disorder during pregnancy and lactation. *Journal of Clinical Psychiatry*, 1998; 59(Suppl 6): 57-64; discussion 65.
- 15 Thase ME, Sachs GS. Bipolar depression: pharmacotherapy and related therapeutic strategies. *Biological Psychiatry*, 2000; 48(6): 558-72.
- 16 Suppes T, Webb A, Paul B, Carmody T, Kraemer H, Rush AJ. Clinical outcome in a randomized 1-year trial of clozapine versus treatment as usual for patients with treatment-resistant illness and a history of mania. *American Journal of Psychiatry*, 1999; 156(8): 1164-9.
- 17 Tohen M, Sanger TM, McElroy SL, Tollefson GD, Chengappa KN, Daniel DG, Petty F, Centorrino F, Wang R, Grundy SL, Greaney MG, Jacobs TG, David SR, Toma V. Olanzapine versus placebo in the treatment of acute mania. Olanzapine HGEH Study Group. *American Journal of Psychiatry*, 1999; 156(5): 702-9.
- 18 Rothschild AJ, Bates KS, Boehringer KL, Syed A. Olanzapine response in psychotic depression. *Journal of Clinical Psychiatry*, 1999; 60(2): 116-8.
- 19 U.S. Department of Health and Human Services. *Mental health: a report of the Surgeon General*. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, Center for Mental Health Services, National Institutes of Health, National Institute of Mental Health, 1999.
- 20 Henney JE. Risk of drug interactions with St. John's wort. From the Food and Drug Administration. *Journal of the American Medical Association*, 2000; 283(13): 1679.
- 21 Nierenberg AA, Burt T, Matthews J, Weiss AP. Mania associated with St. John's wort. *Biological Psychiatry*, 1999; 46(12): 1707-8.
- 22 Stoll AL, Severus WE, Freeman MP, Rueter S, Zboyan HA, Diamond E, Cress KK, Marangell LB. Omega 3 fatty acids in bipolar disorder: a preliminary double-blind, placebo-controlled trial. *Archives of General Psychiatry*, 1999; 56(5): 407-12.
- 23 Strakowski SM, DelBello MP. The co-occurrence of bipolar and substance use disorders. *Clinical Psychology Review*, 2000; 20(2): 191-206.

- 24 Mueser KT, Goodman LB, Trumbetta SL, Rosenberg SD, Osher FC, Vidaver R, Auciello P, Foy DW. Trauma and posttraumatic stress disorder in severe mental illness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1998; 66(3): 493-9.
- 25 Strakowski SM, Sax KW, McElroy SL, Keck PE Jr, Hawkins JM, West SA. Course of psychiatric and substance abuse syndromes co-occurring with bipolar disorder after a first psychiatric hospitalization. *Journal of Clinical Psychiatry*, 1998; 59(9): 465-71.

Biwo Sante Mantal Eta Nouyòk ap remèsye Enstiti Nasyonal Sante Mantal pou enfòmasyon nan ti liv sa a li te bay yo.

Biwo Sante Mantal Eta Nouyòk te enprime liv sa a an jen 2008.

Eta Nouyòk
Andrew M. Cuomo, Gouvènè

Biwo Sante Mantal
Michael F. Hogan, Ph.D., Komisè

Pou plis enfòmasyon sou piblikasyon sa a:

**New York State Office of Mental Health
Community Outreach and Public Education Office**

[Biwo Sante Mantal Eta Nouyòk
Biwo Pou Asistans Kominote ak Edikasyon Piblik]
44 Holland Avenue
Albany, NY 12229
866-270-9857 (apèl gratis)
www.omh.ny.gov

Pou poze kesyon oswa pote plent sou sèvis sante mantal nan Nouyòk:

New York State Office of Mental Health

[Biwo Sante Mantal Eta Nouyòk]
Relasyon Kliyan
44 Holland Avenue
Albany, NY 12229
800-597-8481 (apèl gratis)

Pou enfòmasyon sou sèvis sante mantal nan kominote ou a,
kontakte biwo lokal NYSOMH ki pi pre ou a:

Western New York Field Office

[Biwo Nouyòk Nan Pati Lwès]
737 Delaware Avenue, Suite 200
Buffalo, NY 14209
(716) 885-4219

Central New York Field Office

[Biwo Nouyòk Nan Pati Santral]
545 Cedar Street, 2nd Floor
Syracuse, NY 13210-2319
(315) 426-3930

Hudson River Field Office

[Biwo nan Hudson River]
4 Jefferson Plaza, 3rd Floor
Poughkeepsie, NY 12601
(845) 454-8229

Long Island Field Office

[Biwo nan Long Island]
998 Crooked Hill Road, Building #45-3
West Brentwood, NY 11717-1087
(631) 761-2508

New York City Field Office

[Biwo Nouyòk Nan Vil Nouyòk]
330 Fifth Avenue, 9th Floor
New York, NY 10001-3101
(212) 330-1671