30 Μαρτίου 2017

Πώς η διπολική διαταραχή επηρεάζει τα παιδιά και τους εφήβους;

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Η διπολική διαταραχή που εμφανίζεται κατά τη διάρκεια της παιδικής ηλικίας ή κατά τα πρώιμα εφηβικά χρόνια (διπολική διαταραχή με πρώιμη έναρξη), φαίνεται να είναι πιο σοβαρή απ’ τις μορφές διπολικής που πρωτοεμφανίζονται στα όψιμα εφηβικά χρόνια ή στην ενήλικη ζωή. Οι νέοι με διπολική είναι διαφορετικοί από τους ενήλικες. Έχουν πιο συχνές εναλλαγές στη διάθεσή τους, αρρωσταίνουν πιο συχνά και έχουν περισσότερα μεικτά επεισόδια. Επίσης, έχουν υψηλότερο κίνδυνο να διαπράξουν αυτοκτονία, απ’ ότι στην περίπτωση εκείνων που η έναρξη της νόσου παρατηρείται στην ενήλικη ζωή, κάτι που χρήζει ιδιαίτερης προσοχής και επαγρύπνησης από τους γονείς.

Θεραπεία

Προς το παρόν δεν υπάρχει πλήρης θεραπεία για τη διπολική διαταραχή, μπορεί όμως να δεχτεί θεραπεία και πολλοί άνθρωποι που πάσχουν από αυτήν μπορούν να έχουν μία γεμάτη και παραγωγική ζωή. Παρόλα αυτά, η φαρμακοθεραπεία ή/ και ψυχοθεραπεία μπορεί να βοηθήσουν τους μικρούς ασθενείς να ανακάμψουν από τα επεισόδια και να προλάβουν μελλοντικές υποτροπές. Η θεραπεία παιδιών και εφήβων μοιάζει με εκείνη των ενηλίκων. Παρόλα αυτά, τα παιδιά μερικές φορές ανταποκρίνονται διαφορετικά στη φαρμακευτική αγωγή, η οποία μπορεί να είναι μακρόχρονη ή και δια βίου, απ’ ότι οι ενήλικες. Συνήθως ο γιατρός ξεκινά με μία«συντηρητική» αγωγή από άποψη αριθμού και δόσης φαρμάκων και ανάλογα με

την ανταπόκριση του παιδιού/ εφήβου μπορεί την να τροποποιήσει.

Εκτός από τη φαρμακοθεραπεία, η ψυχοθεραπεία είναι επίσης πολύ αποτελεσματική στη θεραπεία της διπολικής διαταραχής. Παρέχει υποστήριξη, εκπαίδευση επί της ασθένειας, και καθοδήγηση στο παιδί και την οικογένειά του. Το βοηθά επίσης να συνεχίσει να λαμβάνει τη φαρμακευτική του αγωγή ώστε να συμβάλει στην υγεία του και να εμποδίσει πιθανή υποτροπή. Κάποιες μορφές ψυχοθεραπείας που χρησιμοποιούνται στη διπολική και έχουν σαν κύριους στόχους τη μείωση των συμπτωμάτων και την αντιμετώπιση προβλημάτων στο σχολείο, στη δουλειά και στην επικοινωνία με τους γύρω τους, περιλαμβάνουν:

• Γνωσιακή – συμπεριφορική θεραπεία, η οποία βοηθά τους νέους με ΔΔ να μάθουν να αλλάζουν επιβλαβή ή αρνητικά πρότυπα σκέψης και συμπεριφοράς, να αναγνωρίζουν τα πρώιμα σημάδια μιας επικείμενης υποτροπής και διαχειρίζονται καλύτερα στρεσογόνες καταστάσεις.
• Θεραπεία εστιασμένη στην οικογένεια, βοηθά στη βελτίωση των στρατηγικών αντιμετώπισης που διαθέτει η οικογένεια, όπως το να αναγνωρίζονται έγκαιρα νέα επεισόδια, και περιλαμβάνει όλα τα μέλη της οικογένειας του ασθενή. Επίσης, βελτιώνει την επικοινωνία και την ικανότητα επίλυσης προβλημάτων.
• Διαπροσωπική και κοινωνικού ρυθμού θεραπεία, η οποία τους βοηθά να βελτιώσουν τις σχέσεις τους με τους άλλους και να διαχειριστούν το ημερήσιο πρόγραμμά τους. Η καθημερινή ρουτίνα και ο σωστός προγραμματισμός του ύπνου μπορεί να προστατεύσουν τον νέο ενάντια σε νέα επεισόδια.
• Ψυχοεκπαίδευση, η οποία τους διδάσκει σχετικά με τη διαταραχή και τη θεραπεία της. Τους μαθαίνει τη σημαντικότητα τη φαρμακευτικής αγωγής και εκπαιδεύει τα μέλη της οικογένειας σχετικά με τα θέματα της διπολικής διαταραχής.

Η συμβολή των γονιών

Σε έναν γονιό που φροντίζει ένα παιδί με διπολική διαταραχή ενυπάρχει συχνά έντονο στρες με συνακόλουθα προβλήματα στη δουλειά, έλλειψη χρόνου, δυσκολίες στις διαπροσωπικές σχέσεις (κυρίως με άτομα που δεν καταλαβαίνουν πλήρως την κατάσταση), σωματική και πνευματική εξάντληση. Κάποιες έρευνες έχουν δείξει πως όταν το πρόσωπο φροντίδας είναι υπό την επήρεια έντονου στρες, ο ασθενής δυσκολεύεται περισσότερο να ανταποκριθεί στη θεραπεία του κάτι που αυξάνει την πιθανότητα υποτροπής των συμπτωμάτων του. Είναι σημαντικό για τους γονείς να λαμβάνουν υπόψη και να φροντίζουν τη δική τους σωματική και ψυχική υγεία. Επίσης, είναι σημαντικό να συνεργάζονται στενά με τους γιατρούς και θεραπευτές του παιδιού ώστε να μιλούν ανοιχτά μαζί τους για τις θεραπευτικές τους επιλογές. Πολύ βοηθητική είναι και η συμμετοχή σε κάποιο

υποστηρικτικό ατομικό ή ομαδικό πρόγραμμα. Τέλος, κάτι που μπορούν να κάνουν ώστε να συμβάλλουν ενεργά στη διαχείριση της ασθένειας του παιδιού τους είναι το να κρατούν ένα ιστορικό και ένα ημερολόγιο διάθεσης με τα συμπτώματα, τις μεταβολές της διάθεσης, τα μοτίβα ύπνου, σημαντικά γεγονότα ζωής και τα αποτελέσματα των θεραπειών του παιδιού τους ώστε να αποφασίζουν εγκαίρως εάν η αγωγή είναι βοηθητική και αν χρειάζονται αλλαγές στο θεραπευτικό πλάνο, σε συνεργασία πάντα με τον θεράποντα ιατρό και ψυχολόγο, και να προλαμβάνουν πιθανές υποτροπές. Αυτά βοηθούν στην παρατήρηση και πιο αποτελεσματική αντιμετώπιση της ασθένειας.

Θεοδώρα Αναστασίου,

Ψυχολόγος, Επιστημονικός Συνεργάτης της Ελληνικής Διπολικής Οργάνωσης (ΕΔΟ)

Πηγή: infokids.com.cy