

双相情感障碍

什么是双相情感障碍？

双相情感障碍（有时也称为躁狂 - 抑郁症）是一种疾病。它影响大脑的正常功能，因此患者会呈现极端的情绪 - 亢奋、过度激动或低沉、抑郁。患者受疾病的严重影响，以致出现精神病症状，无法区分真实与虚幻。请参阅《SANE 资料页 1：精神病》(SANE Factsheet 1: Psychosis)。一般症状发作者经治疗有良好效果，多数患者能够从双相情感障碍病症中很好地恢复过来。

双相情感障碍精神病有哪些症状？

双相情感障碍患者可能情绪亢奋、过度激动和鲁莽，或者臆想自己成了重要人物或有重大影响。患者也可能极度低沉，感到无助和抑郁，无法作出决定或集中思想。

有的患者主要呈亢奋症状，也有的抑郁较严重，还有患者这两种极端症状——亢奋和抑郁交替发作 - 他们或严重抑郁或过度亢奋。患者的行为然后会非同寻常的荒谬或冒险。

双相情感障碍的病因是什么？

双相情感障碍的起因还未完全弄清。像其他疾病一样，双相情感障碍很可能是遗传及其他因素结合引起的，但科学家已确定遗传倾向会引发此病。

多少人会得双相情感障碍精神病？

每一百人中最多有两人会在生命的某个阶段患双相情感障碍。

怎样治疗双相情感障碍？

治疗可大大减轻甚至消除症状，治疗方式一般为药物治疗结合社区支持。这两者都是取得最佳疗效所必需的。

■ 药物治疗

一些药物可协助大脑恢复正常的化学平衡，有助于控制情绪波动和抑郁。药物治疗一般对双相情感障碍具有良好的效果。

■ 社区支持计划

这类支持应当包括信息；协助寻找适当的工作、培训和教育机会；心理社会康复和互相支持小组等等。得到社区的理解和接受也非常重要。

怎样得到更多的信息？

如果你有任何担忧，一定要向自己的医生询问。SANE Australia 编写出版了一系列关于精神疾病的简易读物和多媒体资料。若想了解这个专题的详情，请参阅：

■ 《SANE 双相情感障碍指南》(The SANE Guide to Bipolar Disorder)

这本指南解释了确诊此病意味着什么，并讨论了有效的治疗方法及家人、朋友可提供的帮助，以此协助确诊为双相情感障碍的患者及其家人和朋友。

■ 《SANE 药物和其他治疗指南》(The SANE Guide to Medication and other Treatments)

这本指南通过讨论临床护理、药物、社区支持及自助等来解释各种不同治疗方面的作用和效果。

■ 《谈谈个人经历：双相情感障碍》(Speaking From Experience: Bipolar Disorder)

双相情感障碍患者及其护理者讲述帮助他们较好地应付疾病的经验。

■ 《Craig Hamilton 的坦诚之言》(Broken Open by Craig Hamilton) SANE年度最佳书籍

ABC 播音员公开陈述了患精神疾病的人在公众眼中的形象。他探索了个人的经历及被确诊为双相情感障碍后对他的家庭、同事和朋友的影响。

■ 《双相情感障碍与波动情绪应付方法》(Bipolar and the Art of Roller-coaster Riding) Madeleine Kelly 著

这本是 SANE 2001年度最佳书籍。新版本含有医疗信息，以及管理工作、教育、家庭关系、钱财和精神等方面的实用建议。详情请见网站www.beatbipolar.com。

请使用此资料页所附的订购表或访问 SANE 书店，网站 www.sane.org。