

# Inhaltsverzeichnis

|                                                                                                                                        |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>I. Einleitung oder: Warum schreiben zwei Psychiater ein Buch für Menschen mit Stimmungsschwankungen und deren Angehörige?</b> ..... | 1  |
| Ein kurzer Ausflug in die Geschichte .....                                                                                             | 2  |
| Die Entwicklungen der letzten drei Jahrzehnte .....                                                                                    | 2  |
| <b>II. Beginn der Erkrankung</b> .....                                                                                                 | 5  |
| 1. Kindesalter .....                                                                                                                   | 5  |
| 2. Pubertäre Krise oder Beginn einer Bipolaren Erkrankung? .....                                                                       | 5  |
| 3. „Mein Kind ist doch nicht krank!“ oder der Widerstand gegen die Diagnose .....                                                      | 7  |
| 4. Auch erste Hinweise ernst nehmen .....                                                                                              | 7  |
| Das „soziale Umfeld“ leidet mit .....                                                                                                  | 9  |
| Die Anfänge der Bipolaren Erkrankung sind vielfältig .....                                                                             | 9  |
| 5. Begleitende oder andere Erkrankungen („Komorbidität“) .....                                                                         | 11 |
| <b>III. Die Diagnose „Bipolar“</b> .....                                                                                               | 13 |
| 1. Wozu Diagnostik? .....                                                                                                              | 13 |
| Die ersten Schritte der Diagnostik .....                                                                                               | 15 |
| 2. Diagnostische Kriterien der Depression nach ICD-10 .....                                                                            | 16 |
| Depression .....                                                                                                                       | 16 |
| Was könnte es noch sein, wenn die Kriterien für eine typische depressive Episode nicht erfüllt sind? .....                             | 19 |
| 3. Diagnostische Kriterien der Hypomanie, Manie und gemischten Episode nach ICD-10 .....                                               | 21 |
| Hypomanie .....                                                                                                                        | 21 |
| Allgemeine Beschreibung der Manie .....                                                                                                | 23 |
| Allgemeine Beschreibung der gemischten Episode .....                                                                                   | 25 |
| 4. Diagnostische Kriterien der bipolaren affektiven Störung nach ICD-10 .....                                                          | 26 |
| 5. Differentialdiagnosen .....                                                                                                         | 27 |
| 6. Was bedeutet Bipolar I bis VI .....                                                                                                 | 30 |
| 7. Sonderformen/Begriffe .....                                                                                                         | 35 |
| <b>IV. Der weitere Verlauf oder „Die Episoden wiederholen sich“</b> ...                                                                | 39 |
| 1. Die Episoden wiederholen sich .....                                                                                                 | 39 |
| 2. Das „freie Intervall“ .....                                                                                                         | 41 |
| 3. Verlauf ohne Behandlung .....                                                                                                       | 41 |

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| 4. Besonderheiten im Verlauf .....                  | 42 |
| Rapid Cycling .....                                 | 44 |
| Kippen .....                                        | 45 |
| Switchen .....                                      | 46 |
| 5. Mischbild, Mischzustand, gemischte Episode ..... | 47 |
| 6. Was ist eine Psychose? .....                     | 48 |
| 7. Später Verlaufsbeginn .....                      | 50 |
| 8. Suizidalität .....                               | 51 |

## **V. Medikamentöse Behandlung** .....

### Allgemeine Vorgangsweise in der medikamentösen Behandlung .....

|                                                                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| A. <i>Phasenprophylaxe – Stimmungsstabilisierung – Mood Stabilizer</i> ....                                                        | 55 |
| <i>Typ A – Typ B Stimmungsstabilisierer</i> .....                                                                                  | 56 |
| 1. Lithiumsalz .....                                                                                                               | 56 |
| Der Beginn der Therapie mit Lithium .....                                                                                          | 57 |
| Lithiumtherapie in der Schwangerschaft? .....                                                                                      | 58 |
| Stillen unter Lithium? .....                                                                                                       | 60 |
| Wirkung und unerwünschte Wirkungen (Nebenwirkungen)<br>der Lithiumtherapie .....                                                   | 61 |
| Lithiumintoxikation .....                                                                                                          | 64 |
| Lithium in Wechselwirkung mit anderen Medikamenten .....                                                                           | 65 |
| 2. Antiepileptika .....                                                                                                            | 66 |
| 2.1. Valproinsäure .....                                                                                                           | 66 |
| Valproinsäure und Nebenwirkungen .....                                                                                             | 67 |
| Dosierung der Valproinsäure .....                                                                                                  | 68 |
| Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten .....                                                                                    | 68 |
| 2.2. Carbamazepin .....                                                                                                            | 70 |
| Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten .....                                                                                    | 71 |
| Carbamazepin und Schwangerschaft .....                                                                                             | 71 |
| 2.3. Lamotrigin .....                                                                                                              | 72 |
| 3. Nicht für die Stimmungsstabilisierung zugelassene<br>Medikamente .....                                                          | 73 |
| 3.1. Gabapentin .....                                                                                                              | 73 |
| 3.2. Topiramat .....                                                                                                               | 74 |
| 3.3. Oxcarbazepin .....                                                                                                            | 75 |
| 3.4. Kalziumkanalblocker .....                                                                                                     | 75 |
| 3.5. Weitere Substanzen .....                                                                                                      | 75 |
| B. <i>Antidepressiva</i> .....                                                                                                     | 76 |
| C. <i>Die neue Bedeutung der Neuroleptika / atypischen Antipsychotika<br/>im Behandlungsverlauf der Bipolaren Erkrankung</i> ..... | 77 |

|                                                                         |     |
|-------------------------------------------------------------------------|-----|
| <i>D. Die medikamentöse Therapie in der akuten Episode</i> .....        | 78  |
| 1. Manie .....                                                          | 78  |
| 2. Depression .....                                                     | 80  |
| 3. Gemischte Episode .....                                              | 80  |
| 4. Rapid Cycling .....                                                  | 81  |
| <i>E. Die medikamentöse Therapie in der Erhaltungsphase</i> .....       | 81  |
| <i>F. Die medikamentöse Therapie zur Rückfallverhütung</i> .....        | 82  |
| <b>VI. Nichtmedikamentöse Behandlung bei Bipolarer Erkrankung</b> ..... | 87  |
| 1. Psychotherapie bei Bipolarer Erkrankung .....                        | 87  |
| Psychoedukation und spezifische Formen der Psychotherapie               |     |
| Bipolarer Erkrankungen .....                                            | 88  |
| Kognitive Verhaltenstherapie .....                                      | 90  |
| Interpersonelle Therapie .....                                          | 90  |
| Soziale Rhythmustherapie .....                                          | 90  |
| Was ist ein Notfallplan? .....                                          | 91  |
| Psychotherapie, an wen kann ich mich wenden? .....                      | 92  |
| Themen in der Psychotherapie bei Bipolarer Erkrankung .....             | 93  |
| 2. Psychoedukation bei Bipolarer Erkrankung .....                       | 93  |
| Ziele der Psychoedukation .....                                         | 97  |
| 3. Selbsthilfegruppen .....                                             | 98  |
| 4. Elektrokrampftherapie (EKT) .....                                    | 101 |
| 5. Lichttherapie .....                                                  | 101 |
| 6. Schlafentzug .....                                                   | 102 |
| 7. Vagusnervstimulation .....                                           | 102 |
| 8. Transkranielle Magnetstimulation (TMS) .....                         | 102 |
| <b>VII. Das soziale Umfeld</b> .....                                    | 103 |
| 1. Bipolare Erkrankung und Arbeit .....                                 | 103 |
| 2. Die Rolle der Angehörigen, Freunde, Arbeitskollegen bei              |     |
| Bipolarer Erkrankung .....                                              | 106 |
| 3. Die Grenzen im Umgang mit Bipolarer Erkrankung .....                 | 108 |
| 4. Grenzen auch beim medizinischen Personal .....                       | 110 |
| 5. Trialog – Tetralog – Pentalog .....                                  | 111 |
| <b>VIII. Geschlechtsspezifische Besonderheiten in Diagnostik und</b>    |     |
| <b>Therapie</b> .....                                                   | 113 |
| <b>IX. Ursachen der Erkrankung</b> .....                                | 115 |
| <b>X. Einflussfaktoren und Lebensstil</b> .....                         | 117 |

**XI. Die häufigsten Fragen von Betroffenen und Angehörigen ...** 119

Darf ich Alkohol trinken? ..... 119

Darf ich Auto fahren? ..... 119

Kinderwunsch und Schwangerschaft ..... 120

Krankenstand und Berufsleben ..... 120

Wann kann ich die Medikamente wieder absetzen?

    Wie lange muss ich Medikamente nehmen? ..... 120

Ist Johanniskraut bei Bipolarer Erkrankung eine Alternative zu

    Medikamenten? ..... 121

Gibt es Alternativen? Wirken Homöopathie, Akupunktur und

    Bachblüten? ..... 121

Welcher Zusammenhang besteht zwischen Hormonen und

    Wechselbeschwerden? ..... 122

Stichwortverzeichnis ..... 149

**Anhang**

Literatur ..... 123

Serviceteil – Kontaktadressen ..... 130

Medikamentenlisten ..... 135

Fragebogen „Energie, Unternehmungslust und Stimmung“

    Deutsch ..... 138

    Kroatisch ..... 140

    Türkisch ..... 142

Mood Disorder Questionnaire ..... 144

Die Autoren ..... 146

Stichwortverzeichnis ..... 149