

# Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten der bipolaren Störung – aus klinisch-psychologischer Perspektive

## Diagnosis and Treatment of Bipolar Disorder – a Clinical Psychological Perspective

Nina Dalkner & Eva Reininghaus

### Themenschwerpunkt Klinisch-psychologische Behandlung

#### Zusammenfassung

Die bipolare Störung ist eine schwerwiegende psychische Erkrankung, der eine Fehlfunktion des Neurotransmittersystems zugrunde liegt und die zu einer Beeinträchtigung der Stimmungslage und des Aktivitätsniveaus führt. In der Behandlung der bipolaren Erkrankung werden zum einen stimmungsstabilisierende Medikamente eingesetzt. Zum anderen können durch eine zusätzliche psychologische Therapie Symptome vermindert werden, die soziale Funktionsfähigkeit erhöht werden und Rückfälle und Hospitalisierungen reduziert werden. Psychoedukation bildet die Basis der psychologischen Behandlung und soll die Betroffenen über Wissensvermittlung zu ExpertInnen der eigenen Erkrankung machen. Psychoedukative Ansätze erwiesen sich in Studien als hoch effektiv in der Behandlung der bipolaren Störung, da die PatientInnen lernen, auf Krankheitszeichen frühzeitig zu reagieren und rechtzeitig Gegenmaßnahmen zu setzen, um Rückfälle zu vermeiden. Neben der medikamentösen Therapie und der psychologischen Behandlung ist eine effektive Prävention und Therapie von psychiatrischen und somatischen Komorbiditäten (z. B. Adipositas, Diabetes mellitus) bei bipolar erkrankten Menschen von großer Bedeutung, da dies einen positiven Einfluss auf den Krankheitsverlauf sowie die soziale Integration und die Lebenserwartung hat.

#### Abstract

Bipolar disorder is a severe psychiatric disease caused by a malfunction of the neurotransmitter system leading to changes in a person's mood and energy level. In the treatment of bipolar disorders mood stabilizing medication is used on the one hand, and on the other hand, evidence suggests that psychological therapy as treatment adjunct significantly reduces symptoms, enhances social functioning, and reduces relapses and hospital-

izations in individuals with bipolar disorder. Psychoeducation is the basis for psychological treatment and enables the patients to gain more knowledge about the disease and become experts of their illness. In literature, psycho-educative approaches have proven to be highly effective in the treatment of bipolar disorders as the patients learn to detect prodromal symptoms early and to take countermeasures timely to avoid relapses. Beside psychopharmacological and psychological treatment, the effective prevention and therapy of psychiatric and somatic comorbidities of bipolar disorder (e.g. obesity, diabetes mellitus) is essential, as this could positively influence the course of disease as well as the social integration and the life expectancy.

#### 1. Einführung

Die bipolare Störung – im Volksmund auch manisch-depressive Erkrankung genannt – zählt zu den affektiven Störungen und zeichnet sich durch wiederholt auftretende Episoden veränderter Stimmungslage und Veränderungen im Aktivitätsniveau aus. Hierbei treten abwechselnd depressive und (hypo-)manische Phasen, aber auch gesunde (sog. euthyme) Episoden, auf. Der Verlauf ist meist chronisch und die Abfolge der affektiven Phasen ist unregelmäßig und unvorhersehbar. Das Ersterkrankungsalter liegt zwischen dem 20. und 30. Lebensjahr und die Lebenszeitprävalenz beträgt ca. zwei Prozent (Bipolar-I- und Bipolar-II-Störung). Während man unter Bipolar-I-Störung die schwere Verlaufsform mit mindestens einer eindeutigen manischen Phase im Verlauf versteht, sind bei der Bipolar-II-Störung Manien oft nur leicht ausgeprägt und werden Hypomanien genannt. Neben eindeutig manischen oder depressiven Phasen, deren Kriterien in Tabelle 1 aufgelistet sind, ist auch ein Mischzustand möglich mit gleichzeitigem Auftreten manischer (z. B. Agitiertheit, Gedankenrasen) und depressiver Symptomatik (z. B. tiefe Traurigkeit).