



## **Gerade noch top drauf, plötzlich down: Wenn Stimmungsschwankungen nicht mehr kontrollierbar, sondern krankhaft sind**

Von *therapie.de*

Erstellt am 12 Nov 2013 - 13:45

Eigentlich scheint alles bestens zu sein: super Stimmung, reissende Witze, viel Elan, entscheidungsschnell, mit wenig Schlaf auskommen. Hinterher aber kommt das böse Erwachen: zu teure Einkäufe, schwerwiegende berufliche Entscheidungen unüberlegt getroffen, Beziehungen und Familien haben gelitten, anschließender Absturz in äußerste Niedergeschlagenheit. Was auf den ersten Blick nach Launen oder Überarbeitung aussieht, ist in Wirklichkeit aber eine gut therapierbare Erkrankung. So genannte Bipolare Störungen sind besser bekannt als Manien oder die nachfolgend depressiven Phasen. Sie entstehen wohl durch eine Wechselwirkung von biologischen, psychischen und sozialen Faktoren.

Die Diagnose einer Manie ist vergleichsweise einfach: wenn über eine Woche lang diese extreme Hochphase anhält und daraus folgend sich im Beruf und/oder der Familie sowie Freizeit sich schwerwiegende Folgen einstellen, dann weist dies stark auf eine Manie hin. Darüber hinaus treten Wahnvorstellungen oder Halluzinationen auf. Es dürfen aber nicht Alkohol oder Drogen dieses Verhalten beeinflusst haben. Hypermanische Störungen weisen das gleiche Bild auf, nur ohne Wahnvorstellungen und Halluzinationen.

„Gemischte Episoden“ beschreiben den schnellen Wechsel zwischen manischen und depressiven Phasen. Dies ist für die betroffene Person und ihr Umfeld unangenehm, bei Vorliegen von Suizid-Gedanken aber auch gefährlich.

Das Krankheitsbild weisen zwischen zwei und vier Prozent der deutschen Bevölkerung auf, Männer und Frauen sind gleichermaßen betroffen. Als wirksamste Behandlung hat sich eine Kombination aus Medikamenten (Psychopharmaka) und Psychotherapie erwiesen. Die Medikamente können dazu beitragen, die Stimmung langfristig weitgehend stabil zu halten und damit Phasen mit Manien und Depressionen entgegenwirken. Eine begleitende Psychotherapie ergänzt diese Behandlung sinnvoll. Sie hilft den Betroffenen, „Experten“ ihrer Erkrankung zu werden, ein Kippen der Stimmung rechtzeitig zu erkennen und zu verhindern sowie insgesamt ein ausgewogeneres Leben zu führen.

Das ausführliche Dossier zu Bipolaren Störungen (Manie, Hypomanie und Depression) finden Sie hier: <http://www.therapie.de/psyche/info/diagnose/bipolare-stoerungen/einleitu...> [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:21):** <http://medkom24.eu/node/18436>

### **Links:**

[1] <http://www.therapie.de/psyche/info/diagnose/bipolare-stoerungen/einleitung/>