

Christian Simhandl  
Klaudia Mitterwachauer

# Depression und Manie

Erkennen und erfolgreich behandeln

Springer WienNew York

**Inhaltsverzeichnis**

**I. Einleitung oder: Warum schreiben zwei Psychiater ein Buch für Menschen mit Stimmungsschwankungen und deren Angehörige? . . . . . 1**

Ein kurzer Ausflug in die Geschichte. . . . . 2

Die Entwicklungen der letzten drei Jahrzehnte. . . . . 2

**II. Beginn der Erkrankung. . . . . 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

**III. Die Diagnose „Bipolar“. . . . . 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

**IV. Der weitere Verlauf oder „Die Episoden wiederholen sich“ ... 39**

1. Die Episoden wiederholen sich . . . . . 39

2. Das „freie Intervall“. . . . . 41

3. Verlauf ohne Behandlung. . . . . 41

## INHALT

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
<b>V. Medikamentöse Behandlung . . . . .</b>	<b>53</b>
Allgemeine Vorgangsweise in der medikamentösen Behandlung . . . . .	53
<i>A. 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) 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 Medikamente . . . . .	73
3.1. Gabapentin . . . . .	73
3.2. Topiramate . . . . .	74
3.3. Oxcarbazepin . . . . .	75
3.4. Kalziumkanalblocker . . . . .	75
3.5. Weitere Substanzen . . . . .	75
<i>B. Antidepressiva . . . . .</i>	76
<i>C. Die neue Bedeutung der Neuroleptika / atypischen Antipsychotika     im Behandlungsverlauf der Bipolaren Erkrankung . . . . .</i>	<b>77</b>

*D. Die medikamentöse Therapie in der akuten Episode.* . . . . . 78

    1. Manie . . . . . 78

    2. Depression . . . . . 80

    3. Gemischte Episode . . . . . 80

    4. Rapid Cycling . . . . . 81

*E. Die medikamentöse Therapie in der Erhaltungsphase.* . . . . . 81

*F. Die medikamentöse Therapie zur Rückfallverhütung.* . . . . . 82

**VI. Nichtmedikamentöse Behandlung bei Bipolarer Erkrankung** . . . . . **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

**VII. Das soziale Umfeld.** . . . . . **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

**VIII. Geschlechtsspezifische Besonderheiten in Diagnostik und  
    Therapie.** . . . . . **= 113**

**IX. Ursachen der Erkrankung.** . . . . . **115**

**X. Einflussfaktoren und Lebensstil.** . . . . . **117**

## INHALT

<b>XI. Die häufigsten Fragen von Betroffenen und Angehörigen ...</b>	<b>119</b>
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
<b>Anhang</b>	
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