



Zorgmodule

Steunend structurerend begeleiding en rehabilitatie

Zorgprogramma bipolaire stoornissen

Wat is het en voor wie?

Deze begeleiding is voor mensen met een bipolaire stoornis die behoefte hebben aan ondersteuning bij het aanpakken van (langer bestaande) problemen in de relatie, het gezin, opleiding, werk en huisvesting (sociaal maatschappelijke problemen).

Deze problemen veroorzaken vaak veel stress en hierdoor kan een depressieve of manische periode ontstaan. Soms is het andersom, zijn de problemen een gevolg van de bipolaire stoornis.

De begeleiding richt zich vooral op het aanleren van vaardigheden door de cliënt en belangrijke naasten om beter met de problemen om te kunnen gaan.

Waarom?

De begeleiding richt zich op sociaal-maatschappelijke hulpvragen van de cliënt en zijn re-integratie in de maatschappij. Voorbeelden van hulpvragen zijn;

- Hoe krijg ik mijn huishouden weer georganiseerd?
- Hoe betaal ik de huur van mijn huis?
- Hoe kom ik van mijn schulden af?
- Kan ik nog betaald werken?
- Wat is voor mij een geschikte daginvulling?

Wat leert u?

U, en ook uw familie, leren de problemen in uw persoonlijke en sociale functioneren te herkennen en er beter mee om te gaan, waardoor deze problemen kunnen afnemen. Daardoor kunnen depressieve of manische periodes zich minder snel ontwikkelen en minder uw leven ontregelen. Mogelijk richt u zich op terugkeer in de maatschappij, naar uw oude werksituatie, of een andere geschikte daginvulling.

Hoe wordt er gewerkt?

Samen met de psychiatrisch verpleegkundige inventariseert u uw hulpvraag en zorgbehoefte, en zoekt u manieren om uw draagkracht te vergroten, de stress te verminderen en hulpbronnen aan te boren. Daarbij is er aandacht voor verschillende onderwerpen: dagstructuur, uw sociale netwerk en woonsituatie, uw werk- en financiële situatie, en het functioneren in sociale relaties en vrijetijdsbesteding. Ook het opstellen van een noodplan (ook wel signaleringsplan genoemd) en het bijhouden van een life chart (zie hieronder) komen aan de orde.

De psychiatrisch verpleegkundige geeft voorlichting over de bipolaire stoornis, en geeft begeleiding bij medicatiegebruik en bij het omgaan met situaties die stress veroorzaken. Ook is er aandacht voor de rol van mensen uit uw directe omgeving. De manier waarop u met bijvoorbeeld uw partner of gezinsleden communiceert, speelt daarin een belangrijke rol.

Praktische informatie

Deze therapie bestaat uit individuele gesprekken met u en uw naasten.

De gesprekken vinden plaats bij Reinier van Arkel of bij u thuis. In onderling overleg met u wordt afgesproken hoe vaak en waar de gesprekken plaatsvinden.

De begeleiding wordt gegeven door een sociaal psychiatrisch verpleegkundige of een verpleegkundig specialist met specifieke deskundigheid en ervaring met de bipolaire stoornis.

>>

Life chart

De life chart is een overzicht waarin u een aantal zaken kunt bijhouden, zoals:

- de stemming waarin u verkeert;
- de mate waarin uw stemming uw functies beïnvloedt;
- de medicijnen die u gebruikt;
- het aantal uren slaap dat u heeft gehad;
- de therapeutische gesprekken die u heeft gehad;
- belangrijke gebeurtenissen in het dagelijks leven.

Er zijn twee soorten life charts. De ene beschrijft het verloop van de bipolaire stoornis vanaf het moment waarop u voor het

eerst symptomen hebt ervaren. Met de andere life chart houdt u een overzicht bij van alles rondom de bipolaire stoornis wat zich in het heden afspeelt.

De bedoeling van het bijhouden van een life chart is dat u een beter inzicht krijgt in het verloop van de bipolaire stoornis, zowel in het verleden als in het heden. Daardoor kunt u beter voorspellen waardoor bij u een manische of depressieve periode wordt uitgelokt, en proberen deze episodes te voorkomen.