

Een nieuw prototype Psycho-educatie bipolaire stoornis: bijeenkomst 5 en 6 (medicatie)

P.F.J. Schulte, N. Jabben, D. Postma,
E. Knoppert, T. Peetoom, P. Rijper
KenBiS, werkgroep psychotherapie
Cécile Aelberts-van de Ven
VMDB

Castle: 12 sessies, 3 booster

- Stress and triggers associated with bipolar disorder
- Stress and triggers associated with bipolar disorder
- Monitoring of stress/triggers
- Assessment of stressors and coping skills
- Preventing relapse via problem solving, stress tolerance and goal setting
- **Medication management**
- Managing and monitoring prodromes of depression
- Assessment of prodromes of depression and helpful activity skills
- Preventing relapse: developing relapse prevention plans for depression
- Managing and monitoring prodromes of mania/hypomania
- Assessment of prodromes of manic/hypomania and cognitive skills
- Preventing relapse: relapse prevention plans for mania/hypomania
- Booster 1: Review of skills and supports including relapse plans
- Booster 2: Problem solving skill integration
- Booster 3: Consolidating skills into daily life

Colom: sessie 1-11

- Introduction
- What is bipolar illness?
- Causal and triggering factors
- Symptoms (I): Mania and hypomania
- Symptoms (II): Depression and mixed episodes
- Course and outcome
- **Treatment (I): mood stabilizers**
- **Treatment (II): antimanic agents**
- **Treatment (III): antidepressants**
- **Serum levels: lithium, carbamazepine, and valproate**
- Pregnancy and genetic counseling

Colom: sessie 12-21

- **Psychopharmacology vs alternative therapies**
- **Risks associated with treatment withdrawal**
- Alcohol and street drugs: risks in bipolar illness
- Early detection of manic and hypomanic episodes
- Early detection of depressive and mixed episodes
- What to do when a new phase is detected?
- Regularity
- Stress management techniques
- Problem-solving techniques
- Final session

D'Souza: 12 sessies

- Introduction: patient and companion perspectives on illness
- Program familiarisation; knowledge of the disorder
- Symptoms—mania, depression, mixed states, psychosis
- Symptoms—biological rhythms, episodic, stress
- **Pharmacotherapy—role of medications, types of medicines**
- **Pharmacotherapy—adherence, ambivalence, combinations, monitoring**
- Psychotherapy—illness models, stressors, drugs and sexuality
- Psychotherapy—life charts, personal learning, risks, coping strategies
- Signals—relapse signature, emergency planning, help options
- Signals—work, study, legal, financial, relationship issues and strategies
- Fine tuning—further resources and groups, mood charts, residual symptoms
- Review and assessment—warning signs, help actions, management plan, feedback, “graduation”

Reinares, 12 sessies

- Understanding the nature of the illness
- Main symptoms and early identification of prodromes: manic and hypomanic episode
- Depressive and mixed episodes
- Identification of triggering factors
- **Treatment: mood stabilizers**
- **Treatment: antipsychotics and antidepressants**
- Family and treatment: enhancing compliance
- Planning of coping strategies
- Emergencies: suicidal thoughts, hospitalization, pregnancy and counseling on genetic factors
- Prevention and management of family stress: communication skills training
- Prevention and management of family stress: problem solving training
- Legal and social resources

Prototype: 12 sessies, met partner

- 1) Uitleg over nut van de cursus, spelregels (geheimhouding), uitgebreide kennismaking incl. verwachting van deelnemers
- 2) Symptomen bipolaire stoornis: manie en gemengde episode
- 3) Symptomen bipolaire stoornis: depressie en cognitieve klachten
- 4) oorzaken, beloop incl. triggers en kindling, erfelijkheid incl. kinderwens

Prototype: 12 sessies met partner

- 5 + 6) Medicatie (werking, bijwerking), alternatieve medicatie/behandeling, rijvaardigheid, therapietrouw (ambivalentie, technische aspecten zo als aanvragen recept, weekcassette, koppelen aan maaltijd of slapengaan), eerste introductie van Life Chart (om medicatie-effect te monitoren), andere biologische behandeling (ECT/lichttherapie)
- 7) Zelfmanagement (o.a. Life Chart, regelmatig leven), life style (incl. alcohol, roken en drugs, voeding, beweging, gewicht, mondverzorging)
- 8) Problem solving, communicatievaardigheden, stressmanagement

Prototype: 12 sessies met partner

- 9) Signaleringsplan (incl. wat te doen, zelfbinding, IBS, RM, bewindvoering): depressie (incl. in de eerste helft van sessie suïcidaliteit als symptoom van depressie en hoe suïcide te voorkomen)
- 10) Signaleringsplan (incl. wat te doen, zelfbinding, IBS, RM, bewindvoering): manie en gemengde episode
- 11) Psychosociale aspecten: werk/daginvulling, effecten van bipolaire stoornis op relaties en andersom (partner (incl. seksualiteit?), kinderen)
- 12) Beantwoording open vragen, kennismaking VMDB, zelfhulpgroep, informatiebronnen, evaluatie van de cursus

Doel bijeenkomst: kennis van

- Vooroordelen en negatieve gedachten over psychofarmaca en hun invloed op therapietrouw. Begin maken om deze gedachten uit te dagen.
- Praktische zaken om therapietrouw te verhogen
- De afweging tussen voor- en nadelen van medicatie.

Doel bijeenkomst: kennis van

- Het verschil tussen alternatieve en reguliere geneeswijzen: het gerandomiseerde onderzoek.
- De werkzaamheid en bijwerkingen van verschillende psychofarmaca
- Het besef dat het vinden van het meest passende medicijn of de meest passende mix van medicatie een zoektocht behelst.

Doel bijeenkomst: kennis van

- De basis van de samenwerking tussen patiënt, betrokkene en arts: shared decision making.
- De Life Chart als middel om de werking van medicijnen bij de onderhoudsbehandeling individueel te evalueren.

Therapietrouw

- rondje: wat is de eerste, ongecensureerde gedachte die bij je opkomt als je aan psychofarmaca denkt?
- Noteren op flapover
- Uitdagen
- Praktische hulpmiddelen
- Shared decision making

De psychofarmaca: leergesprek

	manie	depressie
acut	Lithium	Lithium
onderhoud	Lithium	Lithium

Na lithium einde eerste bijeenkomst over medicatie.
Afsluiten met één woord.

Tweede bijeenkomst psychofarmaca

- Uitleg RCT (afbeelding terugvalrisico)
- Voortzetting leergesprek: Carbamazepine, valproaat, lamotrigine, antipsychotica, antidepressiva, benzodiazepines, melatonine
- Rijgeschiktheid
- ECT, lichttherapie, slaaponthouding, hardlopen
- Alternatieve behandelingen (samenwerking, sint-janskruid, EPA)

Dank U!