

BiPolar-Steps, episode 2

Door Jennifer de Jong, SPV bij GGZ-Noord Holland Noord. Jennifer is verpleegkundige sinds 1996, SPV sinds 2006, heeft bijna 10 jaar in een gespecialiseerd team voor bipolaire stoornissen gewerkt en werkt nu in een GGZ-Wijkteam, waar bipolaire stoornissen nog steeds haar aandachtsgebied is.



Alleen als het echt moet.

“Maar ik zou wél het liefst willen kijken of het zonder medicatie lukt”. Simone probeert het stellig te laten klinken, kijkt me er tegelijkertijd hoogst onzeker bij aan. “Tuurlijk!”, zeg ik, net zo hard mijn best doend om overtuigend te reageren. Gezien haar verhaal schat ik die kans niet zo hoog in.

Simone heeft een week geleden een intakegesprek gehad bij ons team en haar verhaal liet weinig ruimte voor twijfel: ze heeft stemmingswisselingen die vrijwel zeker duiden op een bipolaire aandoening. De jarenlange klachten met gevolgen op haar werk en gezin, soortgelijke problemen bij haar moeder en zussen van haar moeder en ook de fases waarin het weer goed ging. Dat laatste was ook waarom ze steeds niet naar de huisarts ging. “Het gíng na een paar weken steeds wel weer en mijn man en kinderen zijn er gewend aan geraakt”. Ze baalt er wel van dat ze ondertussen al bijna 1,5 jaar niet werkt vanwege de pieken en dalen in haar stemming; haar collega’s en leidinggevende waren not amused met de vele ziekmeldingen. Dat zeiden ze niet, maar dat merkte Simone duidelijk.

Dus nu zit ze hier, bij het adviesgesprek waarin ze hoort dat we sterk denken aan een bipolaire stoornis. Ze lijkt niet eens verbaasd en geeft meteen te kennen dat ze geen medicijnen wil. Alleen als het echt moet.



Een maand of zeven later heeft Simone de draad van haar leven behoorlijk ferm opgepakt. Ze werkt op haar verzoek op een andere locatie waar ze minder stress ervaart, ze heeft met haar man de psychoeducatiecursus gevolgd, ze heeft een signaleringsplan en zoals ze graag wilde: geen medicatie. Ze blijft erbij en er is geen aanleiding om het met haar oneens te zijn. Ze is sinds de diagnose niet eens ontregeld geweest. Ze vertelt dat het weten wat er aan de hand is en wat ze kan doen al zoveel helpen. Door het lotgenotencontact tijdens de psychoeducatiecursus weet ze dat ze niet de allerheftigste vorm heeft, zoals ze zelf zegt. Ze geeft op tijd tegengas als ze een verandering in haar stemming aan voelt komen of als haar man dit tegen haar zegt. Voorheen ging ze tegen hém in, nu tegen de symptomen. Ik besef me dat ze zich gelukkig mag prijzen dat het haar zonder medicatie lukt, maar ze toont zeker ook de kracht om er keihard voor te gaan.