

# Биполярные расстройства у детей и подростков



Office of  
Mental Health



# Содержание

Обзор .....	1
Что такое «биполярное расстройство»? .....	1
Что приводит к биполярному расстройству? .....	2
Почему у некоторых людей бывает биполярное расстройство? .....	2
Каковы симптомы биполярного расстройства? .....	2
Симптомы маниакальных эпизодов .....	2
Симптомы депрессивных эпизодов .....	3
Могут дети и подростки с биполярным расстройством иметь другие проблемы? .....	3
Злоупотребление психоактивными веществами .....	3
СДВГ .....	3
Тревожное расстройство .....	3
Как диагностируется биполярное расстройство? .....	3
Как лечится биполярное расстройство? .....	4
Медикаменты .....	4
Терапия .....	4
Что дети и подростки могут ожидать от лечения? .....	4
Как я могу помочь моему ребенку или подростку? .....	5
Каким образом биполярное расстройство влияет на родителей или семью? .....	5

Где найти помощь.....	5
Программы Управления по вопросам охраны психического здоровья в штате Нью-Йорк.....	6
Поиск программ лечения лиц с психическими расстройствами .....	6
Я знаю, человека, у которого кризис. Что делать?.....	6

# Биполярные расстройства у детей и подростков

## Обзор

Наблюдаются ли у вашего ребенка резкие и существенные перепады настроения?

Демонстрирует ли ваш ребенок диаметральные поведенческие колебания?

Демонстрирует ли ваш ребенок более сильные возбуждение или энергичность, чем дети его возраста?

Говорят ли окружающие, что ваш ребенок слишком активен или капризен?

Замечаете ли вы противоположные перемены его настроения чаще, чем у других детей?

Влияют ли такие перемены настроения на поведение ребенка в школе или дома?

Некоторые дети и подростки, у которых наблюдаются подобные симптомы, могут страдать **биполярным расстройством**, которое является серьезным психическим заболеванием. В настоящей брошюре приведена дополнительная информация в отношении этого расстройства.

## Что такое «биполярное расстройство»?

Биполярное расстройство - это серьезное психиатрическое заболевание. Она также называется «маниакально-депрессивным психозом» или маниакальной депрессией. У детей с биполярным расстройством наблюдаются необычные колебания настроения. В частности, временами они могут чувствовать эмоциональный «подъем», переживать ощущение счастья или испытывать приливы энергии, интенсивность которых выше обычной или же проявляемой другими детьми. Такие проявления называются **маниакальными эпизодами**. В то же время дети с биполярным расстройством могут чувствовать упадок / уныние и демонстрировать выраженные спады активности. Такие состояния называются депрессией или **депрессивными эпизодами**.

Биполярные расстройства не похожи на обычные перепады настроения, которые демонстрирует каждый ребенок. Биполярные расстройства отличаются повышенной интенсивностью таких колебаний. У лиц с биполярным расстройством перепады настроения более диаметрально; они отражаются изменениями на уровне качества сна, энергичности и способности ясно мыслить. Будучи достаточно сильными, проявления биполярного расстройства могут повлиять на успеваемость ребенка в школе, а также на его отношения с друзьями и членами семьи. Кроме того, последствия заболевания могут быть опасными. Молодые люди с биполярным расстройством склонны к членовредительству или к попыткам покончить с собой.

Детей и подростков с биполярным расстройством необходимо лечить. Получив помощь, они смогут справиться с проявлениями расстройства и преуспеть в жизни.

## Что приводит к биполярному расстройству?

Биполярное расстройство может возникнуть у любого человека, включая детей и подростков. Однако у большинства биполярное расстройство развивается в позднем подростковом или раннем взрослом возрасте. Заболевание, как правило, сохраняется в течение всей жизни.

## Почему у некоторых людей бывает биполярное расстройство?

Врачи не знают, что именно вызывает биполярное расстройство; при этом, появлению заболевания могут способствовать ряд факторов. Одним из таких факторов может быть наследственность, поскольку биполярное расстройство часто передается по наследству. В то же время не стоит думать, что если у одного члена семьи наблюдаются симптомы биполярного расстройства, то заболевание обязательно есть и у других членов семьи.

Другим фактором, который приводит к биполярному расстройству, является структура или специфика функционирования мозга человека, у которого отмечается расстройство. Исследователи расширяют свои знания о биполярном расстройстве, изучая его. Помочь врачам в поисках эффективных способов лечения заболевания могут исследования. Также исследования могут помочь врачам определять лиц, которые потенциально могут развить биполярное расстройство. Однажды врачи смогут предупредить заболевание у некоторых людей.

## Каковы симптомы биполярного расстройства?

Биполярные «эпизоды мании и депрессии» проявляются в виде необычных перепадов настроения, сопровождаемых непривычными особенностями сна, диаметрально уровнями активности, спецификой мышления и поведения. У детей такие смены настроения и активности должны сильно отличаться от их обычного поведения и от поведения других детей. Лицо, страдающее биполярным расстройством, может переживать маниакальные эпизоды, депрессивные эпизоды, а также «смешанные эпизоды». В смешанном эпизоде проявляются как маниакальные, так и депрессивные настроения. Колебания настроения провоцируют симптомы, проявляющиеся в течение пары недели или, иногда, дольше. На протяжении всего эпизода симптомы проявляются каждый день и очевидны большую часть дня.

### Дети и подростки, переживающие маниакальный эпизод, могут:

- Чувствовать себя чрезвычайно счастливыми или вести себя глупо непривычным для себя и сверстников образом
- Быть чрезвычайно вспыльчивыми
- Очень быстро говорить на множество различных тем
- Иметь проблемы с отходом ко сну, не чувствовать усталости
- С трудом концентрировать внимание
- Чаще говорит или думать о сексе
- Поступать рискованно

## Дети и подростки, переживающие депрессивный эпизод, могут:

- Слишком сильно грустить
- Часто жаловаться на боль, к примеру в животе или на головные боли
- Слишком мало или же слишком много спать
- Чувствовать вину и собственную никчемность
- Слишком мало или же слишком много есть
- Демонстрировать недостаток энергии и не проявлять интереса к играм
- Думать о смерти или самоубийстве

## Могут дети и подростки с биполярным расстройством иметь другие проблемы?

Молодые люди с биполярным расстройством могут одновременно испытывать несколько проблем. Одной из таких проблем, в частности, может быть:

- **Злоупотребление психоактивными веществами.**  
Как взрослые, так и дети, страдающие биполярным расстройством, более склонны к употреблению алкоголя или наркотиков.
- **Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ).**  
Дети, страдающие биполярным расстройством и СДВГ, испытывают трудности с продолжительной концентрацией внимания.
- **Тревожное расстройство, к примеру, тревожное расстройство, вызванное разлукой.**

Иногда синдром колебания настроения сопровождается психическими расстройствами. Молодые люди склонны рисковать, к примеру, очень быстро ехать на автомобиле или беспорядочно тратить деньги. Молодые люди с биполярным расстройством задумываются о самоубийстве. **Следите и вовремя отмечайте признаки суицидальных настроений. Отнесите к ним со всей серьезностью и проконсультируйтесь с врачом ребенка.**

## Как диагностируется биполярное расстройство?

Опытный врач очень осторожно обследует вашего ребенка. Анализы крови или сканирование мозга не помогут в постановке диагноза «биполярное расстройство». Врач задаст ребенку вопросы о его настроении и манере сна. Врач также спросит ребенка о его энергичности и поведении. Иногда врачу нужно знать о медицинских проблемах в вашей семье, к примеру, о случаях депрессии или алкоголизма. Врач может применить тестирование, если причиной симптомов, проявляющиеся у вашего ребенка, является не биполярное расстройство.

## Как лечится биполярное расстройство?

На сегодняшний день не существует лекарства от биполярного расстройства. Зачастую врачи лечат детей, страдающих от расстройства, таким же образом, как и взрослых. Лечение помогает контролировать симптомы расстройства. Стабильное и надежное лечение работает эффективнее прерывистого или эпизодического лечения.

### В качестве средств лечения могут применяться:

- **Медикаменты.** Помощь лицам с биполярным расстройством могут оказать определенные медикаменты. Дети реагируют на медикаменты различным образом, поэтому медикаментозные курсы подбираются для детей в индивидуальном порядке. В виду сложности симптомов некоторым детям могут потребоваться медикаменты нескольких различных типов. Иногда, чтобы определить наиболее эффективное лекарственное средство, необходимо испробовать несколько медикаментов. Для контроля симптомов дети должны принимать как можно меньше различных медикаментов в минимально возможной дозировке. В этом случае необходимо руководствоваться принципом: «Начинайте с малого и не спешите». Медикаменты могут стать причиной проявления побочных эффектов. **Всегда ставьте врача ребенка в известность о любых проблемах, связанных с побочными эффектами медикаментов.** Не прекращайте давать ребенку медикаменты, не получив необходимых инструкций от врача. Внезапное прерывание приема медикаментов может быть опасным, в частности, оно может усилить симптомы биполярного расстройства.
- **Терапия.** Детям с биполярным расстройством могут помочь различные формы психотерапии или «терапевтические беседы». Терапия может способствовать коррекции детьми стиля и алгоритмов своего поведения. Она также может помочь детям с организацией отношений с членами семьи и друзьями. Иногда в терапевтических мероприятиях принимают участие члены семьи больного.

## Что дети и подростки могут ожидать от лечения?

Получая лечение, дети и подростки с биполярным расстройством со временем смогут почувствовать себя лучше. Эффективным являются совместные и скоординированные усилия, прилагаемые врачами, родителями и самими молодыми людьми.

Иногда природа биполярного расстройства ребенка меняется. В таком случае необходимо соответствующим образом корректировать лечение. К примеру, возможно, вашему ребенку стоит попробовать другой медикамент. Другие изменения лечения может порекомендовать врач. Со временем симптомы могут рецидивировать, в связи с чем может понадобиться дополнительная коррекция курса лечения. Лечение занимает время; при этом, последовательность и постоянство в лечении помогает детям и подросткам количественно сократить проявления симптомов биполярного расстройства.

Вы можете повысить эффективность лечения. Ведите таблицу, в которой описывайте поведенческие проявления, настроения и манеру сна вашего ребенка. Такая таблица называется «таблица повседневной жизни» или «таблица настроений». Она поможет вам и вашему ребенку понять сущность заболевания и контролировать его течение. По таблице врач также может делать выводы об эффективности лечения.

## Как я могу помочь моему ребенку или подростку?

Помощь начинается с постановки правильного диагноза и выбора надлежащего лечения. Если вы полагаете, что у вашего ребенка биполярное расстройство, посетите вашего семейного врача и проконсультируйтесь с ним об отмечаемых вами симптомах.

**Если у вашего ребенка биполярное расстройство, вы можете принять ряд следующих базовых мер:**

- Будьте терпеливы.
- Просите ребенка говорить с вами и внимательно слушайте его.
- С пониманием относитесь к эпизодам с колебаниями настроения.
- Помогайте вашему ребенку весело проводить время.
- Объясняйте ребенку, что лечение, которое он проходит, поможет облегчить ему жизнь.

## Каким образом биполярное расстройство влияет на родителей или семью?

Забота о ребенке или подростке с биполярным расстройством также может стать для вас источником стресса. Вам необходимо справляться с перепадами настроения, а также прочими проблемами, такими как вспыльчивость и склонность к риску. Каждый родитель может столкнуться с трудностями в такой ситуации. Временами стресс может негативно повлиять на ваши отношения с окружающими; вы можете пропускать работу или лишиться свободного времени.

Если вы ухаживаете за ребенком с биполярным расстройством, позаботьтесь и о себе. Поговорите с кем-нибудь, кому вы доверяете, о том, что вы чувствуете. Проконсультируйтесь с вашим врачом о группах поддержки для сиделок/нянек/лиц, ухаживающих за больными. Контролируя свой стресс на низком уровне, вы сможете лучше выполнять свои обязанности. Таким же образом вы можете помочь и вашему ребенку.

## Где найти помощь

### Программы Управления по вопросам охраны психического здоровья в штате Нью-Йорк

В разделе программы Управления по вопросам охраны здоровья штата Нью-Йорк приведена информация в отношении всех программ, организованных в штате Нью-Йорк, которые реализованы, лицензированы и финансируются Управлением по вопросам охраны психического здоровья (ОМН). На соответствующем веб-сайте предусмотрены три режима поиска: Базовый поиск, Расширенный поиск и Весь каталог. Разъясняющая информация по всем программам доступна во вкладке «Поддержка» (Support), в которой также предусмотрен раздел справки и информация по компиляции данных программ. Найдите услуги рядом с вами. Приложение по программам доступно здесь: [omh.ny.gov](http://omh.ny.gov)

## Поиск программ лечения лиц с психическими расстройствами

Администрация, курирующая услуги населению в связи с проблемами психического здоровья и злоупотреблением психоактивными веществами (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA) предоставляет доступ к онлайн-ресурсу, используемому для поиска учреждений и программ, ориентированных на помощь лицам, страдающим от психических расстройств. Система поиска программ лечения лиц с психическими расстройствами, которая является разделом Системы поиска программ обслуживания лиц с поведенческими расстройствами, приводит список учреждений, представляющих услуги лицам с психическими расстройствами и состояниями. Ищите профильные учреждения в вашем штате здесь: <https://findtreatment.samhsa.gov/>

## Если помощь требуется немедленно

### В случае наступления кризиса...

Звоните на **бесплатную национальную горячую линию по вопросам предупреждения самоубийств** по телефону **1-800-273-TALK (8255)** круглосуточно и без выходных. Услуги консультантов линии доступны всем желающим. Все звонки конфиденциальны. Номер телетайпа (TTY): 1-800-799-4TTY (4889).

Если у вас возникают мысли о членовредительстве или самоубийстве:

- Немедленно поделитесь ими с теми, кто может вам помочь
- Позвоните вашему лицензированному специалисту в области психического здоровья, с которым вы сотрудничаете
- Позвоните вашему врачу
- Обратитесь в отделение неотложной помощи ближайшей к вам больницы

### Я знаю человека, у которого кризис...

Если вы знаете кого-то, кто раздумывает о членовредительстве или о причинении вреда окружающим, немедленно обратитесь за помощью.

Если близкий человек задумывается о самоубийстве:

- Не оставляйте его одного
- Исключите для него доступ к огнестрельному оружию или иным потенциальным орудиям самоубийства, с том числе к медикаментам
- Постарайтесь уговорить его немедленно обратиться за помощью к врачу, в отделение неотложной помощи ближайшей больницы или позвонить по 911
- Позвоните на Национальную горячую линию по вопросам предупреждения самоубийств: 1-800-273-TALK (8255) номер телетайпа (TTY): 1-800-799-4TTY (4889)

---

Управление по вопросам охраны психического здоровья в штате Нью-Йорк благодарит Национальный институт психического здоровья за предоставление информации, вошедшей в настоящую брошюру.

Июль 2018 г.

---

По вопросам или с жалобами в отношении обслуживания в сфере охраны и поддержания психического здоровья, получаемого на территории штата Нью-Йорк, обращайтесь в Управление по вопросам охраны психического здоровья в штате Нью-Йорк по адресу:

Управление по вопросам охраны психического здоровья в штате Нью-Йорк  
Customer Relations  
44 Holland Avenue  
Albany, NY 12229

(800) 597-8481 (звонки бесплатны)

Чтобы получить информацию в отношении обслуживания в сфере охраны и поддержания психического здоровья, доступного в вашей общине, обратитесь в ближайшее к вам региональное отделение Управления по вопросам охраны психического здоровья в штате Нью-Йорк:

Западное региональное отделение в штате Нью-Йорк  
737 Delaware Avenue, Suite 200  
Buffalo, NY 14209  
(716) 885-4219

Центральное региональное отделение в штате Нью-Йорк  
545 Cedar Street, 2nd Floor  
Syracuse, NY 13210-2319  
(315) 426-3930

Региональное отделение на реке Гудзон  
10 Ross Circle, Suite 5N  
Poughkeepsie, NY 12601  
(845) 454-8229

Региональное отделение в Лонг-Айленде  
998 Crooked Hill Road  
Building #45-3  
West Brentwood, NY 11717-1087  
(631) 761-2886

Региональное отделение по городу Нью-Йорк  
330 Fifth Avenue, 9th Floor  
New York, NY 10001-3101  
(212) 330-1650



Office of  
Mental Health

## Наступил кризис?

Мы слушаем вас.

Отправьте текстовое сообщение  
Got5 на номер 741741

Национальная горячая линия  
по вопросам предупреждения  
самоубийств

1-800-273-TALK (8255)

Звонки (бесплатные) принимаются  
круглосуточно и без выходных.

Услуги консультантов линии доступны всем  
желающим. Все звонки конфиденциальны.

Номер телетайпа (TTY):  
1-800-799-4TTY (4889)

В контакте с OMH



[www.facebook.com/nysomh](http://www.facebook.com/nysomh)



[@nysomh](http://www.twitter.com/nysomh)



[www.youtube.com/user/nysomh](http://www.youtube.com/user/nysomh)



Чтобы получить дополнительную информацию в отношении настоящей публикации, обратитесь в Отделение по вопросам взаимодействия с общественностью и информирования населения:

NYS OMH Community Outreach and  
Public Education Office  
44 Holland Avenue  
Albany, NY 12229

(800) 597-8481 (бесплатная линия)  
[www.omh.ny.gov](http://www.omh.ny.gov)