

## PRESSEMITTEILUNG

**Himmelhochjauchzend - zu Tode betrübt? Wenn Stimmungsschwankungen nicht mehr kontrollierbar sondern krankhaft sind**  
 Ein Dossier zu Bipolaren Störungen von therapie.de

München, 12. November 2013. Eigentlich scheint alles bestens: super Stimmung, klasse Witze, viel Elan, entscheidungsschnell, wenig Schlaf wird benötigt. Hinterher aber kommt das böse Erwachen: zu teure Einkäufe, schwerwiegende berufliche Entscheidungen unüberlegt getroffen, Beziehungen und Familien haben gelitten, anschließender Sturz in äußerste Niedergeschlagenheit. Was auf den ersten Blick nach Launen oder Überarbeitung aussieht, ist in Wirklichkeit aber eine gut therapierbare Erkrankung. So genannte Bipolare Störungen sind besser bekannt als Manien oder die nachfolgend depressiven Phasen. Sie entstehen wohl durch eine Wechselwirkung von biologischen, psychischen und sozialen Faktoren.

Die Diagnose einer Manie ist vergleichsweise einfach: wenn über eine Woche lang diese extreme Hochphase anhält und daraus folgend sich im Beruf und/oder der Familie sowie Freizeit sich schwerwiegende Folgen einstellen, dann weist dies stark auf eine Manie hin. Darüber hinaus treten Wahnvorstellungen oder Halluzinationen auf. Es dürfen aber nicht Alkohol oder Drogen dieses Verhalten beeinflusst haben. Hypermanische Störungen weisen das gleiche Bild auf, nur ohne Wahnvorstellungen und Halluzinationen.

„Gemischte Episoden“ beschreiben den schnellen Wechsel zwischen manischen und depressiven Phasen. Dies ist für die betroffene Person und ihr Umfeld unangenehm, bei Vorliegen von Suizid-Gedanken aber auch gefährlich.

Das Krankheitsbild weisen zwischen zwei und vier Prozent der deutschen Bevölkerung auf, Männer und Frauen sind gleichermaßen betroffen. Als wirksamste Behandlung hat sich eine Kombination aus Medikamenten (Psychopharmaka) und Psychotherapie erwiesen. Die Medikamente können dazu beitragen, die Stimmung langfristig weitgehend stabil zu halten und damit Phasen mit Manien und Depressionen entgegenwirken. Eine begleitende Psychotherapie ergänzt diese Behandlung sinnvoll. Sie hilft den Betroffenen, „Experten“ ihrer Erkrankung zu werden, ein Kippen der Stimmung rechtzeitig zu erkennen und zu verhindern sowie insgesamt ein ausgewogeneres Leben zu führen.

*Das ausführliche Dossier zu Bipolaren Störungen (Manie, Hypomanie und Depression) finden Sie hier: <http://www.therapie.de/psyche/info/index/diagnose/bipolare-stoerungen/artikel/>*

Der Verband Pro Psychotherapie e.V. setzt sich für eine bessere Versorgung von Menschen mit psychischen Problemen, verständlichere Informationen über Psychotherapie und den Austausch unter Fachleuten ein. Der Verein wurde 2004 in München gegründet. Das Online-Portal therapie.de richtet sich an Hilfesuchende, interessierte Laien und an Experten, die fachlichen Austausch suchen. Über 5.000 qualifizierte Psychotherapeuten, Psychologen und psychotherapeutische Heilpraktiker bieten dort ihre Hilfe an. Des Weiteren sind fundierte Informationen zu Therapieformen, Diagnosen und Ausbildung zu finden. Psychologische Tests zu den wichtigsten Krankheitsbildern komplettieren das Angebot.

Ansprechpartner therapie.de  
 Pro Psychotherapie e.V.  
 Dipl.-Psych. Fritz Propach  
 Goethestrasse 28  
 80336 München  
 Tel. 089 - 72 99 75 36  
 Fax 089 - 72 99 75 38  
[psyche@therapie.de](mailto:psyche@therapie.de)  
[www.therapie.de](http://www.therapie.de)

Ansprechpartner Presse  
 Kommunikationsmanagement  
 Ulrike Propach  
 Waltisrieder Str. 17  
 87616 Marktoberdorf  
 Tel. 08342 - 91 83 471  
 Mobil 0178 / 41 55 391  
[presse@therapie.de](mailto:presse@therapie.de)