

Úvod .....	11
■ KAPITOLA I	
<b>Různé vstupní brány</b> .....	15
Životní zlom, změny v povaze člověka .....	15
Rozmanité krajnosti .....	17
<i>Bezuzdný sex</i> .....	18
<i>Změna profesní orientace</i> .....	18
<i>Přehnané sportování</i> .....	19
<i>Příliš mnoho optimismu</i> .....	19
Zmnožené konflikty .....	20
Blouznění .....	21
Deprese .....	22
Přehnané utrácení .....	22
Hyperaktivní způsob života .....	23
Problémy se zákonem .....	23
Opakované milostné romány .....	24
Závislost na toxických látkách .....	25
Sebevražedné sklony .....	25
■ KAPITOLA 2	
<b>Nemoc</b> .....	27
Různé typy bipolární poruchy .....	29
<i>Bipolární porucha I (BP I)</i> .....	29
<i>Bipolární porucha II (BP II)</i> .....	30
<i>Bipolární porucha III (BP III)</i> .....	31

Klinické projevy bipolární poruchy . . . . .	32
<i>Epizody exaltace (mánie, hypomanie a přechodný stav)</i> . . . . .	32
<i>Depresivní epizody</i> . . . . .	38
<i>Další klinické projevy bipolární poruchy</i> . . . . .	40
Proč člověk onemocní bipolární poruchou? . . . . .	41
S čím lze bipolární poruchu zaměnit? . . . . .	42
Vývoj bipolární poruchy a její komplikace . . . . .	44
Sociální a ekonomické důsledky bipolární poruchy . . . . .	45
<i>Sociální a profesní důsledky</i> . . . . .	46
<i>Právní důsledky</i> . . . . .	46
Jaké jsou léčebné možnosti . . . . .	47
<i>Léky</i> . . . . .	47
<i>Psychoterapie</i> . . . . .	48
Odolnost vůči léčebným postupům . . . . .	48

### ■ KAPITOLA 3

<b>Reakce blízkých osob na bipolární poruchu</b> . . . . .	51
Emoce doléhající na blízké osoby . . . . .	52
<i>Strach</i> . . . . .	52
<i>Zlost</i> . . . . .	53
<i>Sebeobviňování</i> . . . . .	54
<i>Stud a strach z toho, „co tomu řeknou lidi“</i> . . . . .	55
<i>Bezmoc</i> . . . . .	56
<i>Permanentní úzkost</i> . . . . .	56
Chování blízkých osob k pacientovi s bipolární poruchou. . . . .	57
<i>Popření problému</i> . . . . .	57
<i>Zlehčování problému</i> . . . . .	57
<i>Agresivita</i> . . . . .	58
<i>Odmítání</i> . . . . .	59
<i>Protichůdné pocity, protichůdné tendence</i> . . . . .	59
<i>Přehnaně ochranné sklony</i> . . . . .	60
<i>Racionalizace</i> . . . . .	61
<i>Obviňování</i> . . . . .	61

## ■ KAPITOLA 4

<b>Život ve dvou. Manželství a rozvod, nový sňatek, nebo samota</b> .....	63
Partnerská dvojice v krizi .....	64
Periodické rozchody v životě dvojice .....	71
Co dělat, když partner odmítne akceptovat realitu .....	75
Sexualita. Téma, které se často obchází .....	77
Dvojice, které se dokázaly vyhnout rozvodu .....	78
Rozhodování o těhotenství .....	81

## ■ KAPITOLA 5

<b>Rodiče, děti, sourozenci</b> .....	85
Děti – zranitelné a nejvíce ohrožené .....	85
Rodiče – velmi exponovaní a často bezbranní .....	87

## ■ KAPITOLA 6

<b>Jak pečovat o pacienta a nestylizovat se přitom do role psychiatra</b> .....	101
Jak čelit výkyvům nálady .....	102
<i>Naučit se rozpoznat příznaky nadcházející recidivy.</i> .....	102
<i>Ověřovat si, že pacient bere správně léky.</i> .....	104
<i>Zklidňovat komunikaci</i> .....	104
<i>Reagovat uvážlivě.</i> .....	105
<i>Pro důležitá rozhodnutí volit dobu stabilizace nálady</i> ....	106
<i>Podporovat pozitivní a relativní posuzování věcí.</i> .....	107
Jak čelit riziku sebevraždy .....	107
<i>Co je sebevražedná ataka.</i> .....	107
Jak přivést pacienta k lékaři .....	111
Rozhodnutí o hospitalizaci – role blízkých osob .....	112
Dohoda s lékařem .....	113
Jak si počínat po skončení krize – reziduální symptomy .....	115
Potřeba chránit sami sebe, vyhledat pomoc a ochotné posluchače ..	117
<i>Skupinová sezení</i> .....	118



<i>Psychoterapie</i> . . . . .	120
<i>Ochrana nemocného</i> . . . . .	124
<b>Doslov</b> . . . . .	129
<b>Dodatek</b> . . . . .	133
<i>Poznámka</i> . . . . .	133
<i>Některé filmy, v nichž se vyskytují postavy s typickými     příznaky bipolární poruchy nebo s podobnými     osobnostními rysy</i> . . . . .	133
<i>Další informace a kontakty – internetové odkazy</i> . . . . .	133
<i>Internetové odkazy</i> . . . . .	134
<b>Poděkování</b> . . . . .	135