

نَخْشِ بایپَلَر: ناسا نندن، هَکارِکان، نیشا نَکان و چارَسَریِدَکان. زنجیرِی ۱۴۱. ابراهیم موحِد (ئَبْ اِهَام لَقای)

نَخْشِ بایپَلَر یَکَکَ لَ نَخْشِیِد دَروونیِکان. ئَم نَخْشِیِد
بَ شَوِیَکی سَرِکی کاریگَری لَ سَر مَزاج و وزِی کَسَکَ دَ بَات و
دَ بَات هَی گَ اَنکاری بَ رچاو لَ هَ سَوکَوت و بیرکَردنِوِی تاکدا.
نَخْشِ بایپَلَر، کَ پَشتر بَ "نَخْشِی دوو جَمَسَری" ناسراو بوو،
حَا تَکی دَروونیِ کَ تَیدا کَسَکَ قَ ناغَکانی خَشِی زَر (مانیا)
و خَمَکی (دِپِرَشَن) بَ سَر دَ بات. ئَم قَ ناغَا نَ دَ توانن چَ ند بَ ز،
هَ فِتَ یان تَ نانت مانگِش بخایِ نَن.
هَکارِکان:

هَکارِکانی نَخْشِ بایپَلَر بَ تَواوی وون نین، بَ مام
توژیندَ و کان و بَ گَ زانستیِکانی نَ و زانستی دَروونزانی ئاماز
بَ چَ ند فاکتَ رَک دَ کَن:

بَ ماوِی: ئَ گَری تووشبوون بَ نَخْشِی بایپَلَر لَ کَ سانَک کَ
خزمی نَزیکیان ئَم نَخْشِیِیان هَ ی، زیاتر.

کیمیای مَشک: ناهاوسَ نگی لَ مادد کیمیایِکانی مَشک
(نیورَترانسمیتَ رَکان) کَ گَ گَ گَ ت.

ژینگَ: سترَس، تراوما، یان ووداو گَ رَگَکانی ژیان دَ توانن وَک
هاندر بَ دَ ستپَ کردنی نَخْشِیِ کَ کار بَ کَن.
نیشا نَکان:

نیشا نَکانی نَخْشِ بایپَلَر دَ کَرَت بَ دوو بَشِی سَرِکیِو:
نیشا نَکانی مانیا و هایپَمانیا: هَ سَتکردن بَ وزِیِکی زَر،
کَ مَبوونَ وِی پَویستی بَ خَ و، بیرَکَ و پلانی زَر، قسَ کردنی خَ را،
هَ سَوکَوتی مَ ترسیدار و لَ ناکاو، مَتَمَن بَ خَ بوونی زیاد لَ پَویستی
کَ بَر و سَرکَشِی ناتَ ندروستی ببات بَ جَ رَکَ زیان بَ جَ ست و
دَروونی بگاتن لَ دَ رَئَ نجامَ کَ یدا. (مانیا و هایپَمانیا دوو جَری
جیاوازن بَ مام نیشا نَکانینان زَر لَ یَ کَ تر و نَزیک تا ناستی
هاو بَش و نیشا نَکانی مانیا توندتر لَ هایپَمانیا)، زَرَکات دَ کَر

نیشانې کانی مانیا به شوو یې کی گشتی له شو نې کانی کار و قوتا بخانې و زانکې و هتد گاریگ ربن له سر تا ککې .
 نیشانې کانی دیپرېشن: هستی خ م کی به رد وام، ک مېوون و ی چ تر له چالاکیې کان، گ انکاری له خ وتن و خواردن، هستی به به هایې یان تاوانبارې، بیرکردن و له خ کو*تن، چار س رید کان:

چار س رې نه خشی بایپ ل ل ر به شوو یې کی گشتی پکها توو له:
 ۱- د رمان: وک لیثیم، د ژ-خ م کی، و د ژ-سایک تیک د توانن هاوکاربن به گ ان ندن و ی هاوس نگی میزاجی تا ککې .
 ۲- چار س رې د روونی: وک چار س رې ف ت اری-م عریفی (CBT) و چار س رې کک سی و کخستنی یتمی زیان.
 ۳- خ-چاود لری: وک خ وتن کی باش، و رزش و خ دوورگرتن له مادد ه شب ر کان.

۴- چار س رې کار بای می شک (ECT): ت نها به حا ت توند کان، به م رجی کا ت ک گا چار س رید کانی س ر و سوود به تا ککې نه گ ی ن ت به با شتربوونی د خ ک ی.
 نه خشی بایپ ل ل ر وک ه ر نه خشی کی تر پ ویستی به چاود لری و چار س رې به رد وام ه ی، به یارم تی پزیشک و پسپ انی ت ندروستی د روونی، ز ر ب ی ک سانی توو شوو د توانن زیان کی ئاسایی و به ره مدار به س ر ب ب ن و چا ک ب ب ن و.

ن م نووسین له م س رچاوان و و رگیراون:

<https://www.sciencedirect.com/.../abs/pii/S014067361500241X-1>

2-<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/bipolar-disorder>

3-<https://www.cambridge.org/.../22083BA760F85A66B7216376E2B...>

4 -

[https://scholar.google.com/scholar?lookup=0&q=Geddes,+J.+R.,+%26+Miklowitz,+D.+J.+\(2013\).+Treatment+of+bipolar+disorder.+The+Lancet,+381\(9878\),+1672-1682.&hl=en&as_sdt=0,5&as_vis=1](https://scholar.google.com/scholar?lookup=0&q=Geddes,+J.+R.,+%26+Miklowitz,+D.+J.+(2013).+Treatment+of+bipolar+disorder.+The+Lancet,+381(9878),+1672-1682.&hl=en&as_sdt=0,5&as_vis=1)