



Primena radne terapije kod bipolarnog afektivnog poremećaja

Application of Occupational Therapy in Bipolar Affective Disorder

Radovan Poznić

Specijalna bolnica za psihijatrijske bolesti
„Dr Slavoljub Bakalov” Vršac

Special Hospital for Psychiatric Diseases
“Dr. Slavoljub Bakalović”, Vršac

Apstrakt

Radna terapija se koristi za različite terapeutske funkcije. Prvo i najvažnije, ova oblast zdravstvene zaštite se fokusira na rehabilitaciju pojedinaca koji mogu imati fizičke, kognitivne ili mentalne barijere koje ih sprečavaju da na adekvatan način obavljaju svoje tipične svakodnevne funkcije. Na primer, pacijent koji pati od kognitivnog oštećenja, usled moždanog udara ili druge fizičke povrede, može da radi sa radnim terapeutom da poboljša svoju funkcionalnost. U terapiji, oni mogu da rade na rutinskim zadacima, kao što su higijena i briga o sebi, pokušavaju da obavljaju kućne poslove, pa čak i da komuniciraju u društvu u okruženju.

Cilj radne terapije je da pomogne pacijentima da poboljšaju svoju sposobnost, da preuzmu ulogu i da učestvuju u ovim vrstama aktivnosti. Radni terapeuti i asistenti radne terapije rade sa pojedincima svih uzrasta i porekla, od detinjstva i adolescencije, do odrasle dobi. Bez obzira na starost pacijenata, ovaj terapijski pristup može se koristiti za fizičko i kognitivno poboljšanje.

Bipolarni poremećaj je poremećaj raspoloženja koji se generalno karakteriše ciklusima i nivoima depresivnih i maničnih epizoda. Ovi nivoi manije (euforično stanje) i depresije mogu se dramatično razlikovati od osobe do osobe. Međutim, bipolarni poremećaj je i dalje izazov za svakog pojedinca koji pokušava da se nosi sa njim. Radna terapija se često koristi za pristup u oba ciklusa poremećaja kako bi se pomoglo pacijentima da poboljšaju svoj kvalitet života, reorganizuju svoje odgovornosti i prioritete, da se nose sa simptomima. Obično se radna terapija za bipolarni poremećaj fokusira na to kako ciklusi depresije i manije utiču na život i dobrobit pojedinca. Na primer, radni terapeut može podržati pacijenta pomažući mu da poboljša svoju sposobnost da obavlja značajne svakodnevne aktivnosti. Jedan od načina na koji se to radi je primena snaga svojih pacijenata da postavljaju ciljeve za poboljšanje.

Radni terapeuti i asistenti radne terapije, takođe, mogu pomoći osobama sa bipolarnim poremećajem, radeći na njihovoj kognitivnoj funkciji, kao što su obrasci komunikacije i razmišljanja, i izvršnoj funkciji, kao što su organizacija i samokontrola.

Nekoliko pristupa i metodologija koje radni terapeut ili asistent mogu koristiti:

1. Ocenjivanje: U ovom pristupu, radni terapeut će stvoriti postepene promene u nivou potražnje ili težine aktivnosti, što omogućava pacijentima da poboljšaju ili nauče nove veštine koje su im potrebne da postignu svoje specifične terapijske ciljeve.

Abstract

Occupational therapy is used for a variety of therapeutic functions. First and foremost, this healthcare field focuses on the rehabilitation of individuals who may have physical, cognitive, or mental barriers that prevent them from adequately performing their typical daily functions. For example, a patient suffering from cognitive impairment, due to a stroke or other physical injury, may work with an occupational therapist to improve their functionality. In therapy, they can work on routine tasks, such as hygiene and self-care, try to do household chores, and even interact socially in the environment.

The goal of occupational therapy is to help patients improve their ability to take on a role and participate in these types of activities. Occupational therapists and occupational therapy assistants work with individuals of all ages and backgrounds, from childhood and adolescence to adulthood. Regardless of the patient's age, this therapeutic approach can be used for physical and cognitive improvement.

Bipolar disorder is a mood disorder generally characterized by cycles and levels of depressive and manic episodes. These levels of mania (euphoric state) and depression can vary dramatically from person to person. However, bipolar disorder is still a challenge for any individual trying to go through it. Occupational therapy is often used to approach both cycles of the disorder to help patients improve their quality of life, reorganize their responsibilities and priorities, and cope with symptoms. Typically, occupational therapy for bipolar disorder focuses on how the cycles of depression and mania affect an individual's life and well-being. For example, an occupational therapist can support a patient by helping them improve their ability to perform meaningful daily activities. One way to do this is by leveraging your patients' strengths to set goals for improvement.

Occupational therapists and occupational therapy assistants can also help people with bipolar disorder by working on their cognitive function, such as communication and thinking patterns, and executive function, such as organization and self-control.

A few approaches and methodologies that an occupational therapist or assistant can use:

1. Assessment: In this approach, the occupational therapist will create gradual changes in the level of demand or difficulty of the activity, which allows patients to improve or learn new skills they need to achieve their specific therapeutic goals.

2. Igra uloga: Radni terapeuti mogu koristiti tehnike igranja uloga kako bi pomogli pacijentima sa bipolarnim poremećajem da poboljšaju različite aspekte svog pristupa društvenim situacijama. Na primer, ovaj metod se može koristiti u upravljanju anksioznošću, gde pacijenti sa ovim poremećajem mogu bolje razumeti specifične okidače ili probleme koje mogu imati kako bi ih prevazišli.

3. Kognitivno bihevioralna terapija (CBT): Iako CBT nije uvek povezana sa radnom terapijom, to je veoma efikasan pristup za osobe sa bipolarnim poremećajem. Sa CBT, radni terapeut može koristiti različite metode, kao što su tehnike samokontrole, koje će pomoći pojedincima da nauče da prepoznaju simptome svog poremećaja i nose se sa njima.

2. Role-playing: Occupational therapists can use role-playing techniques to help patients with bipolar disorder improve various aspects of their approach to social situations. For example, this method can be used in anxiety management, where patients with this disorder can better understand specific triggers or problems they may have in order to overcome them.

3. Cognitive Behavioral Therapy (CBT): Although CBT is not always associated with occupational therapy, it is a very effective approach for people with bipolar disorder. With CBT, an occupational therapist can use a variety of methods, such as self-management techniques, to help individuals learn to recognize and cope with the symptoms of their disorder.