



Psychosoziale Therapien von Bipolaren Störungen

SCHLAFENTZUGSTHERAPIE (SET)

Schlafentzug wird bei schweren bipolaren Depressionen eingesetzt. Etwa 50 bis 60% der Betroffenen zeigen eine deutliche Besserung der Symptome. Allerdings hält der Therapieerfolg oft nur kurz an. Deswegen sollte gleichzeitig mit dem Schlafentzug auch eine medikamentöse Therapie mit Stimmungsstabilisierern erfolgen.

Beim Schlafentzug gibt es zwei Formen:

- Totaler Schlafentzug vom Morgen des ersten Tages bis zum Abend des zweiten Tages über eine Dauer von etwa 40 Stunden.
- Partieller Schlafentzug von 1.00 Uhr morgens bis zum nächsten Abend.

Beide Formen wirken antidepressiv. Der partielle Schlafentzug ist aber wahrscheinlich weniger belastend für die Betroffenen. Der Schlafentzug sollte aber immer in der zweiten Nachthälfte erfolgen, denn gerade in dieser Zeit werden während des Schlafs im Gehirn Botenstoffe ausgeschüttet, die eine Depression unterhalten. Ein Schlafentzug in der ersten Nachthälfte wirkt dagegen nicht antidepressiv.

Ein Vorteil des Schlafentzugs ist, dass er auch in hohem Alter wirkungsvoll und einfach durchzuführen ist. Wichtig ist vor der Durchführung, dass die Betroffenen über die Behandlung und ihre Wirkungsweise informiert werden. Sinnvoll ist ein Schlafentzug zusammen mit anderen Betroffenen oder in Begleitung einer Nachtwache. Die Betroffenen sollten nicht alleine sein und nach Möglichkeit auch beschäftigt werden. Der Schlafentzug kann, je nach Schwere der Symptomatik und Wirksamkeit, ein bis zwei Mal in der Woche wiederholt werden.

Quelle: www.Medizin-Info.de