THE BALANCE

لاضطرابات ثنائية القطب

العلاج الخاص

دليل للأفراد والعائلات

رعاية مخصصة لعميل واحد في كل مرة

مايوركا، زيورخ، لندن
رعاية فردية مع الإقامة

العربية / سبتمبر 2026

ما ينبغي معرفته قبل العلاج

01

يعتمد تشخيص الاضطراب ثنائي القطب على نمط النوبات عبر الزمن وتغّيرات النوم والطاقة والسلوك والأداء، مع استبعاد تأثيرات الأدوية والمواد والأسباب الطبية.

02

تجمع الرعاية عادًة بين الإشراف النفسي وتخطيط الأدوية وحماية النوم والعلاج النفسي وإدارة المخاطر، مع متابعة طويلة الأمد وخطة واضحة للإنذار المبكر.

03

يمكن النظر في العلاج السكني الخاص عند الاستقرار والمشاركة الطوعية، بينما يستدعي الهوس الحاد أو الذهان أو الخطر الشديد بيئة طبية متخصصة.

استمرارية الرعاية

تؤخذ الخطوات التالية في الاعتبار طوال فترة العلاج.

رعاية منسقة

تعمل التخصصات السريرية ضمن خطة فردية واحدة.

عميل واحد

إقامة خاصة وفريق تُنّظم رعايته حول احتياجاتك.

فهم احتياجاتك

فهم اضطراب ثنائي القطب

يتضمن اضطراب ثنائي القطب من النوع الأول نوبة هوس واحدة على الأقل. وينطوي اضطراب ثنائي القطب من النوع الثاني على نوبات هوس خفيف ونوبات اكتئاب شديد من دون تاريخ لهوس كامل. وللتشخيصات الأخرى لاضطرابات ثنائية القطب والاضطرابات ذات الصلة معايير محددة. ولا ينبغي أن تحل تسميات مثل طيف ثنائي القطب محل هذه الفروق.

كيف قد يظهر اضطراب ثنائي القطب

تغّير النوبات أكثر من المزاج. إذ تساعد الحاجة إلى النوم والنشاط والكلام وسرعة الأفكار والثقة بالنفس والمخاطرة والأداء الوظيفي في تمييز الحالة ذات الدلالة السريرية.

- انخفاض ملحوظ في الحاجة إلى النوم من دون التعب المتوقع
- مزاج مرتفع أو منبسط أو سريع التهّيج باستمرار على نحو غير معتاد
- كلام سريع، وتسارع الأفكار، وقابلية للتشتت، وزيادة في النشاط الهادف
- ثقة بالنفس مبالغ فيها، أو شعور بالعظمة، أو يقين يراه الآخرون خارًجا عن المألوف للشخص
- مخاطر متعلقة بالإنفاق أو الاستثمار أو الجنس أو السفر أو المواد أو القيادة أو العمل
- هياج وقلق ويأس وتنشيط تحدث مًعا في حالة مختلطة
- أعراض ذهانية، أو ارتياب، أو نزاع شديد، أو عدم القدرة على إدراك القصور
- نوبات اكتئاب تتضمن انخفاض المزاج، وفقدان الاهتمام، والبطء، والشعور بالذنب، أو أفكًارا انتحارية

لا تكفي الطاقة العالية والإبداع والطموح وقلة النوم خلال موعد نهائي للتشخيص. ويجب تحديد مدى التغّير عن خط الأساس، والمدة، والعواقب، والعلاقة بالمواد أو الأدوية.

التقييم قبل التوصية بالعلاج

يعيد التقييم بناء صورة النوبات عبر سنوات، بما في ذلك الاكتئاب والارتفاع والأعراض المختلطة والتّعرض للأدوية والمواد والنوم وملاحظات الأسرة. وقد يتفاوت استبصار الشخص بحسب حالته.



مدة فترات الارتفاع أو التهّيج وشدتها وتأثيرها الوظيفي وعواقبها

الحاجة إلى النوم، بدًلا من عدد ساعات النوم باختيار الشخص

الذهان والعدوانية والانتحارية وإهمال الذات وتاريخ الرعاية غير الطوعية

الأهلية الحالية، والموافقة، والشؤون المالية، وسلطة العمل، والعلاقات، والقرارات ذات الحساسية للسلامة

السلامة واختيار البيئة المناسبة

قد يتطلب الهوس الحاد أو الذهان أو الأعراض المختلطة الشديدة أو النية الانتحارية أو العدوانية أو عدم القدرة على الحفاظ على النوم أو التغذية الأساسيين أو ضعف الحكم على الأمور بشكل ملحوظ، تقييًما طارًئا أو في المستشفى أو غير طوعي بموجب القانون المحلي. لا ُيقّدم THE BALANCE بوصفه وحدة نفسية آمنة أو غير طوعية. وقد يزيد السفر من المخاطر عندما يكون النوم والحكم على الأمور غير مستقرين، ولا ينبغي ترتيبه لمجرد الخصوصية.

رعاية تتمحور حولك

تتطلب رعاية اضطراب ثنائي القطب عمومًا إشرافًا نفسيًا، وتخطيطًا دقيقًا للأدوية، وحماية النوم والإيقاع اليومي، وعملًا نفسيًا، وإدارة للمخاطر، واستمرارية طويلة الأمد. يدعم العلاج النفسي العلاج الطبي الموصى به، لكنه لا يحل محله.

توفير مستوى الرعاية المناسب للهوس الحاد والذهان ومخاطر الحالة المختلطة والانتحارية تحديد مسؤولية واضحة عن الرعاية النفسية ووصف الأدوية

مراجعة تاريخ الأدوية والالتزام بها وآثارها وتداخلاتها ومراقبتها حماية النوم والإيقاع اليوماوي والسفر والحدود المتعلقة بالمواد

استخدام العلاج النفسي لدعم الاستبصار والروتين والعلاقات والتّعرف المبكر إلى علامات الإنذار الحد من القرارات المالية أو المهنية أو المتعلقة بالقيادة أو السفر عالية المخاطر عندما يكون ذلك مناسبًا سريريًا ومشروعًا قانونًا

إشراك أفراد مختارين من الأسرة أو المستشارين بموافقة الشخص ومع تحديد واضح لعتبات التصعيد ترتيب متابعة نفسية طويلة الأمد قبل الانتقال

لا ينبغي بدء الأدوية أو إيقافها أو تغييرها استنادًا إلى معلومات واردة في موقع إلكتروني. ولا ينبغي أن يعد برنامج خاص بتثبيت المزاج أو برعاية من دون أدوية أو بعلاج الهوس الحاد، ما لم تكن الخدمة الدقيقة ومستوى الرعاية موّثقين.

من التقييم إلى خطة مشتركة

توضح التوصية البيئة المقترحة والأولويات والفريق ووتيرة العلاج، وكيفية مراجعة الخطة معك.

تجربة الرعاية

تشارك مايوركا، زيورخ، لندن نموذج الرعاية الفردية مع الإقامة لدى THE BALANCE. يُخصَّص مقر الإقامة لعميل واحد، مع طاهٍ ومدير شخصي. تُخطَّط الجلسات العلاجية والأنشطة والبرنامج وفق احتياجاتك الفردية.



مساحة خاصة للتوقف واستعادة الهدوء

خصوصية وتنسيق متحفظ وإيقاع يومي يتناسب مع الاحتياجات السريرية.

رعاية تتيح مجالاً للتعافي

تتوازن المواعيد الفردية مع الراحة والوجبات والحركة والوقت اللازم لاستيعاب التجربة.

دعم عملي

يساعد مدير رعاية شخصي في تنسيق المواعيد والترتيبات اليومية.

صور فريق الرعاية والإقامة من دليل القبول لدى THE BALANCE. تُؤكد الإقامة المحددة بصورة فردية.

لندن

علاج وأنشطة فردية مع مقر إقامة مخصَّص لعميل واحد.

زيورخ

علاج وأنشطة فردية مع مقر إقامة مخصَّص لعميل واحد.

مايوركا

علاج وأنشطة فردية مع مقر إقامة مخصَّص لعميل واحد.

من التقييم إلى الحياة اليومية

01

محادثة سرية

يستمع فريق القبول إلى ظروفك ويشرح عملية المراجعة السريرية.

02

تقييم وتوصية

ينظر الفريق في الملاءمة والأولويات والبيئة والخطة الفردية.

03

علاج شخصي

تُراجع الرعاية وتُعدّل مع تغير احتياجاتك وقدرتك على المشاركة.

04

الانتقال واستمرارية الرعاية

يربط تسليم الرعاية العلاَج بالأشخاص والروتين والدعم اللازم في المنزل.

الاستعداد للعودة إلى المنزل

يتطلب اضطراب ثنائي القطب عادةً استمرارية نفسية طويلة الأمد. وينبغي أن تحدد الخطة واصف الأدوية، والأدوية والمراقبة، وحدود النوم والسفر، وعلامات الإنذار المبكر، وأدوار الأسرة أو المستشارين، والاستجابة لظهور الاكتئاب أو الارتفاع. قد يشمل التقدم استقرارًا مزاجيًا مستمرًا، ونومًا مُرمَّما، وانخفاض شدة النوبات، وحكمًا أكثر أمانًا على الأمور، وقرارات متسقة بشأن الأدوية، والتعّرف المبكر إلى التغّير، وعلاقات قادرة على الاستجابة دون ذعر أو إخفاء.

التفكير في الخطوة التالية

هل اضطراب ثنائي القطب هو نفسه تقلبات المزاج؟

لا. ينطوي التشخيص على نوبات محددة تتضمن تغّيرات في المزاج والطاقة والنشاط والنوم والحكم على الأمور والأداء الوظيفي. ولا يكفي التفاوت المعتاد وحده.

ما الفرق بين الهوس والهوس الخفيف؟

يختلفان في الشدة والتأثير الوظيفي والمدة والذهان والحاجة إلى الرعاية في المستشفى. وينبغي للطبيب النفسي تقييم التاريخ بدًلا من الاعتماد على قائمة مرجعية.

هل يمكن لمضادات الاكتئاب أن تؤثر في أعراض اضطراب ثنائي القطب؟

قد تسهم بعض الأدوية في حدوث التنشيط لدى الأشخاص المعّرضين لذلك. تتطلب القرارات الدوائية واصفًا مخّولاً يمكنه مراجعة التاريخ المرضي والمخاطر والبدائل.

هل يمكن تشخيص الاضطراب ثنائي القطب خلال موعد واحد؟

تكون الأدلة واضحة أحيانًا، لكن غالبًا ما يلزم تاريخ مرضي ممتد زمنيًا، وسجلات، ومعلومات من مصادر أخرى، ومراجعة للأدوية والمواد، وملاحظة سريرية.

ابدأ بمحادثة

تحدث بسرية مع فريق القبول حول ظروفك والخيارات المتاحة. لا يترتب على الاستفسار أي التزام بالمضي قدمًا.

admissions@thebalance.clinic

+41 44 500 5111

صفحة الحالة الكاملة

إذا كنت أنت أو شخص آخر في خطر فوري، فاطلب الرعاية الطارئة المحلية. لا تنتظر إجراءات القبول المعتادة أو السفر.

معلومات عامة؛ تُحّدد الرعاية الفردية بعد التقييم.