



びょうき

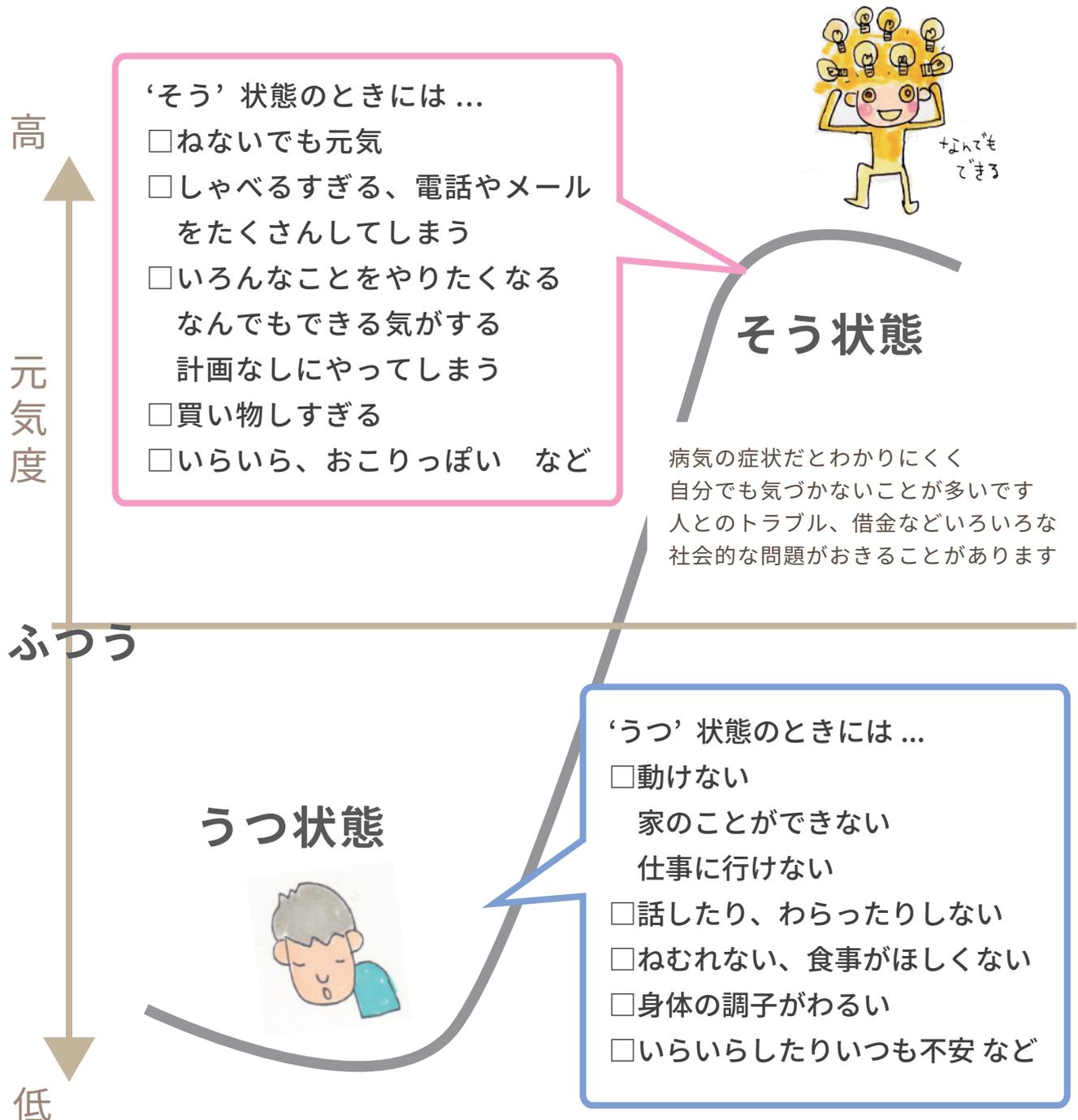
●どんな病気？

じょうたい

そう状態 (元気すぎる) と うつ状態 (元気がなさすぎる) があらわれる病気

しょうじょう

●どんなことが起きるの？ (症状)





ゆっくりつきあう病気です
自分にあった、つきあい方を見つけていけるとよいです

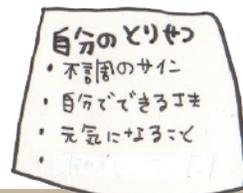
●回復のサポートになることは？ (治療)

○自分にあった薬



‘そう’ や ‘うつ’ が
ひどいときは、入院して
治療することもあります

○病気について知る 生活リズムをととのえる



○制度やサービスの活用

家、学校、職場 etc 環境の調整

病院の
ケースワーカー

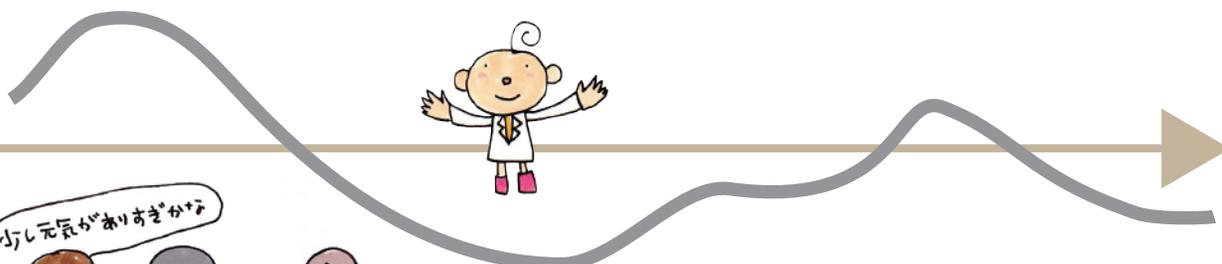


役所の窓口

○家族支援

安全と安心

家族もひとりでかかえずに
まわりの方は
家族みんなを応援する視点で！



少し元気があきかた



病気はその人の一部分
できていること、健康な面に注目
本人とまわりの人と、病気とのつきあい方を
少しずつ見つけていけるとよいです
大切な話は ‘そう’ や ‘うつ’ がひどくないときに

●病気の人はいくらいるの？

1,000 人に 4~7 人くらい *

※このシートの全文、さらにくわしい
情報はウェブサイトで公開中

子ども情報ステーション
双極性障害

検索

* みんなのメンタルヘルス総合サイト / 厚生労働省