

Obat-obatan untuk Gangguan Bipolar

 BAGUS UTOMO · MONDAY 24 DECEMBER 2018 ·

Diterjemahkan oleh [Bagus Utomo](#)

Bila kamu mengalami gangguan bipolar obat yang tepat akan berperan seperti sepasang kacamata. Bipolar mendistorsi pandangan terhadap dirimu sendiri dan dunia luar, namun obat akan membantumu untuk melihat segalanya dengan jelas kembali.

Pengobatan adalah bagian yang sangat mendasar dan penting dalam perencanaan pemulihan. Obat-obatan gangguan bipolar tidak akan menyembuhkanmu, namun mereka dapat membuatmu mampu menjaga keseimbangan moodmu sehingga kamu dapat kembali melakukan berbagai hal yang kamu butuhkan dan inginkan.

Obat gangguan Bipolar mana yang **terbaik**?

Dokter menggunakan berbagai jenis obat untuk mengelola gangguan bipolar. Sebagian ada yang berperan untuk mengatasi episode mania yang sangat tinggi dan ekstrim sementara itu obat yang lainnya berperan mengatasi gejala depresi. Kadang kamu harus meminumnya satu per satu kadang beberapa obat sekaligus.

Obat gangguan bipolar yang **terbaik** adalah yang paling bekerja baik mengelola gejala yang kamu alami. Bekerjasamalah dengan dokter untuk mencari obat yang paling cocok untukmu.

Kamu mungkin harus tetap mengonsumsi obatmu itu untuk jangka panjang hingga berpuluh tahun, bahkan meski kamu sudah sejak lama tidak kambuh lagi mengalami episode manic atau depresi. Ini yang disebut "maintenance therapy" atau "dosis obat untuk pemeliharaan".

Apa yang dimaksud dengan obat penstabil mood atau Mood-Stabilizier?

Mood stabilizers atau obat penstabil mood adalah obat-obatan yang berguna untuk mengobati dan mencegah episode peningkatan mood yang ekstrim atau disebut juga episode mania dan penurunan mood yang sangat ekstrem (low mood) yang disebut fase depresi. Obat penstabil mood dapat membantu mu untuk mencegah perubahan mood yang ekstrim mengganggu proses hidupmu dalam bekerja, bersekolah atau kuliah, atau mengganggu kehidupan sosialmu.

Obat penstabil mood diantaranya adalah:

Carbamazepine dengan nama merk seperti Carbatrol, Epitol, Equetro, Tegretol

Divalproex sodium dengan nama merk Depakote

Lamotrigine dengan nama merk Lamictal

Lithium salah satu nama merk yg umum di Indonesia adalah Frimania

Valproic acid (Depakene)

Sejumlah obat ini umumnya dikenal sebagai obat anticonvulsant atau obat pencegah kejang pada pasien epilepsi, diantaranya carbamazepine, lamotrigine, dan valproic acid.

Obat-obatan ini memberikan efek yang berbeda satu sama lain. Beberapa diantaranya (misalnya lithium) sangat bagus untuk mengatasi gejala mania. Sementara yang lainnya (misalnya lamotrigine) mungkin akan lebih berguna untuk mengatasi gejala depresi.

Ingatlah selalu bahwa istilah "mood stabilizer" jangan disalah artikan bahwa dengan mengkonsumsinya mood kamu akan selalu stabil. Saat mengkonsumsinya, mood mu masih tetap dapat berubah sepanjang hari itu. Obat-obatan ini berperan untuk mengobati episode penuh gejala mania atau depresi dalam jangka waktu yang lebih panjang dalam rentang waktu beberapa hari hingga beberapa minggu.

+++

Obat-obatan penstabil mood lainnya

Obat-obatan antipsikotik juga sering digunakan untuk mengatasi gejala bipolar. Kamu dapat minum obat antipsikotiknya saja atau bersamaan dengan obat mood stabilizer untuk mengatasi gejala mania. Obatnya antara lain:

Haloperidol (Haldol)

Loxapine (Loxitane) atau loxapine inhaled (Adasuve)

Risperidone (Risperdal)

Dewasa ini, dokter mungkin punya pilihan lebih banyak obat antipsikotik yang lebih mutakhir, diantaranya:

Aripiprazole (Abilify)

Asenapine (Saphris)

Cariprazine (Vraylar)

Lurasidone (Latuda)

Olanzapine (Zyprexa)

Quetiapine fumarate (Seroquel)

Ziprasidone (Geodon)

Bila kamu mengalami masalah kesulitan tidur bersamaan dengan gejala gangguan bipolar yang kamu alami, kadang dokter memberikan obat golongan benzodiazepine. Dokter umumnya memberikan obat ini untuk gangguan cemas (anxietas) dan gangguan tidur (sleep disorder), namun dapat juga digunakan sebagai obat pembantu untuk pemulihan gangguan bipolar.

Obat golongan benzodiazepines diantaranya:

Alprazolam (Xanax)

Clonazepam (Klonopin)

Diazepam (Valium)

Lorazepam (Ativan)

Obat-obatan buat Depresi Bipolar

Umumnya para dokter akan memulai pengobatan gangguan bipolar dengan meresepkan obat penstabil mood (mood-stabilizer) seperti lithium. Namun ada beberapa obat tambahan buat mengobati gangguan bipolar yang dominan gejala depresinya:

Fluoxetine dikombinasikan dengan olanzapine (Symbyax)

Quetiapine fumarate (Seroquel)

Lurasidone (Latuda). baik Lurasidone saja atau didampingi dengan lithium atau valproic acid.

Bagi sebagian orang, perlu diperhatikan bahwa, penggunaan sejumlah obat antidepresan tradisional dapat memicu episode manic. Karena resiko inilah, penggunaannya harus dengan pengawasan ketat psikiatermu .

Apakah minum obat dapat membantu saya?

Psikiatermu tidak dapat menebak bagaimana kecocokan suatu obat untuk gangguan bipolar dengan tubuhmu. Kamu mungkin harus mencoba berbagai macam obat dan dosisnya untuk mengetahui mana yang paling cocok. Dan itu sangat butuh waktu.

Proses menemukan obat yang cocok dapat menimbulkan rasa frustrasi, tapi jangan menyerah. Pada akhirnya, dengan kerjasama yang baik antara kamu dan psikiatermu diharapkan akan ditemukan kombinasi obat yang paling cocok.

Tips dalam pengobatan

Bila kamu mengalami gangguan bipolar, minum obat harus menjadi bagian dari rutinitas harianmu. Minumlah pada waktu yang sama setiap hari. Akan lebih mudah untuk mengingatnya bila kamu meminumnya saat memulai kegiatan tertentu setiap harinya, seperti setelah gosok gigi, sarapan, atau sebelum tidur malam hari. Menggunakan kotak manajemen obat juga dapat membantu agar kita bisa minum obat sesuai jadwal. Kotak seperti ini bisa dibeli di apotik terdekat.

Konsultasikan dengan apoteker atau psikiatermu kapan saat yang paling tepat untuk meminum obatmu setiap hari. Ada yang pagi hari, ada yang malam hari, sebelum atau sesudah makan.

Kalau kamu kelupaan minum obat, tanyakan ke dokter bagaimana seharusnya. Jangan menyimpulkan sendiri untuk meminum obatnya dua kali lipat.

Efek samping obat-obatan untuk Bipolar

Obat-obatan farmasi untuk masalah kesehatan jiwa diatur ketat oleh pemerintah dan organisasi profesi, kepolisian dan badan organisasi lintas negara. Pabrikan obat diwajibkan menjelaskan efek samping secara terbuka pada konsumen agar masyarakat dapat segera mengenali reaksi efek samping obat dan mengkonsultasikannya kepada dokter. Dengan demikian keamanan obat untuk tubuh dapat dijaga seminimal mungkin, dan manfaatnya semaksimal mungkin. Obat buat gangguan bipolar juga dijelaskan secara terbuka efek sampingnya apa saja. Efek tersebut bervariasi tergantung jenis obat yang kamu konsumsi. Antara lain:

Mual

Tremor (tangan gemetar)

Rambut rontok

Masalah Sexual

kenaikan berat badan

Gangguan Liver

Gangguan Ginjal

Diare

Sakit perut

Reaksi alergi pada kulit Sejumlah obat dapat mempengaruhi kinerja liver mu atau menurunkan jumlah sel darah putih atau platelet yang kamu miliki. Ada kemungkinan dokter akan memintamu menjalani tes tertentu yang dilakukan secara rutin untuk memastikan kamu tetap sehat dan dampak obat dapat dijaga dalam kadar minimal. Obat antipsikotik seperti ziprasidone (Geodon) kadang menimbulkan reaksi alergi yang serius pada kulit yang disebut DRESS syndrom yang merupakan reaksi obat dengan eosinophilia dan symptom sistemik. Namun kasusnya terbilang langka

Banyak reaksi efek samping obat yang mereda dan hilang setelah beberapa minggu mengkonsumsi obat. Bila setelah beberapa minggu kamu masih merasakan efek samping tersebut konsultasikan pada dokter. Jangan menyimpulkan bahwa kamu harus menerima begitu saja efek samping tersebut. Doktermu mungkin dapat menyesuaikan dosis yang lebih pas untukmu, atau memberikan obat lain untuk meredakan gejala efek samping, atau mencoba obat lain yang mungkin lebih cocok.

Patuhi pengobatan

Obat-obatan buat gangguan bipolar umumnya sangat manjur, sehingga sebaiknya kamu mengkonsumsinya secara disiplin sesuai petunjuk dokter. Jangan berhenti minum obat tanpa persetujuan dokter. Itu dapat membahayakan dan mengundang kekambuhan.

Saat kamu sudah merasa makin sehat dan kondisinya membaik, kamu akan merasa bahwa itulah saatnya kamu mesti berhenti minum obat lagi. Itu gagasan yang buruk, kecuali dokter mengizinkan. Minum obat hanya pada saat dirasa ada peningkatan gejala atau saat dirasa mau kambuh, kemungkinan tidak akan cukup untuk mengendalikan gejala bipolar yang kamu alami untuk kembali meningkat dan kambuh. Pada sebagian besar orang, pengobatan dalam dosis pemeliharaan diantara episode perubahan mood membuat gejala fluktuasi mood mania dan depresi dapat membuat frekuensi kedua episode itu semakin jarang datang dan walaupun datang episodenya tidak parah. Bila saat ini kamu merasa sudah lebih baik dan sehat, kemungkinan besar itu disebabkan karena pengobatanmu mulai bekerja dengan baik. Jagalah kondisi itu selama-lamanya.

Sumber: <https://www.webmd.com/bipolar-disorder/guide/medications-bipolar-disorder#1>