

Bisakah Penyakit Bipolar Sembuh Total ?



Gangguan penyakit bipolar merupakan salah satu jenis penyakit kejiwaan yang ditandai dengan perubahan suasana hati yang sangat ekstrim. Penderita bisa saja berubah menjadi sedih padahal sebelumnya merasa bahagia. Dan yang lebih unik lagi, penderita gangguan penyakit bipolar tampak seperti orang normal lainnya. Oleh karena itu, muncul banyak pertanyaan, apakah penyakit bipolar bisa sembuh total?

Menurut Dr. dr. Nurmiati Amir, SpKJ (K) selaku Wakil Ketua Sie Bipolar dan Gangguan Mood menyatakan bahwa gangguan penyakit bipolar bersifat seumur hidup dan pasti akan selalu kambuh, jadi tidak bisa dikatakan sembuh total, namun dapat dikontrol.

Gangguan penyakit bipolar membutuhkan penanganan komprehensif. Sebab di dalam tubuh penderita bipolar terjadi fluktuasi atau ketidakseimbangan cairan kimia dalam otak atau impuls listrik dalamnya tidak seimbang. Sehingga tak heran jika mood seorang penderita penyakit bipolar menjadi sering terganggu. Oleh karena itu, penderita gangguan penyakit bipolar harus terus membutuhkan obat untuk dapat menstabilkan fluktuasi kimia dalam otaknya.

Hal tersebut juga diperkuat oleh pernyataan dari seorang ahli gangguan jiwa dan psikiatri, dr. AAA Agung Kusumawardhani, SpKJ (K) yang menyatakan bahwa penderita gangguan penyakit bipolar tidak boleh menganggap dirinya sudah sembuh total dan lantas tidak kembali berobat. Penderita bipolar memang bisa hidup layaknya orang normal, namun mereka tetap harus rutin mengonsumsi obat setiap harinya.

Penderita penyakit bipolar membutuhkan pengobatan jangka panjang dan terus menerus, karena penyakit bipolar banyak berkaitan dengan fisik, dan bukan semata hanya kelainan psikis saja. Biasanya, jenis obat *mood stabilizer* diberikan untuk pasien penderita penyakit bipolar. Obat ini berguna untuk menstabilkan mood penderita. Tujuan pengobatan jangka panjang penyakit bipolar adalah untuk menurunkan risiko penyakit bipolar tersebut kambuh kembali, termasuk mengurangi gejala terburuk lainnya, seperti keinginan bunuh diri.

Kunci utama pencegahan kambuhnya penyakit bipolar adalah dengan kontrol secara rutin, minum obat secara teratur, dan mampu mengenali gejala-gejalanya. Jika penderita penyakit bipolar sudah bisa memahami keadaan yang dialami, tentu ia juga akan bisa dengan mudah mengantisipasinya, dan tentunya disertai juga dengan dukungan obat.

Selain obat, pemulihan gangguan penyakit bipolar juga sebaiknya dikombinasikan dengan penanganan lain, misalnya terapi psikologis yang juga akan mendukung obat-obat yang telah diberikan. Terapi psikologis bisa diberikan lewat dukungan sosial, seperti dukungan dari keluarga. Dengan dukungan sosial yang cukup, maka kondisi mental dan mood penderita bisa terjaga serta kembali beraktivitas dan hidup secara normal dan membaur dengan orang-orang di sekitarnya. Dukungan sosial ditambah dengan kontrol dan pengobatan teratur, tentu akan menjadi *support system* yang baik bagi penderita gangguan penyakit bipolar.

Tak hanya itu saja, sebaiknya penderita penyakit bipolar juga dianjurkan untuk memperbaiki pola hidup dengan menerapkan gaya hidup sehat, misalnya dengan mengonsumsi makanan bergizi, rutin berolahraga secara teratur, tidur yang cukup, dan lainnya, untuk menjaga kualitas hidupnya.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/bisakah-penyakit-bipolar-semuh-total.html>