

Spis treści

WSTĘP

Denerwujące zwyczaje i spadki nastroju 5

ROZDZIAŁ PIERWSZY

Zrozumienie choroby afektywnej dwubiegunowej 18

ROZDZIAŁ DRUGI

Leczenie – farmakoterapia 42

ROZDZIAŁ TRZECI

Leczenie – psychoterapia 71

ROZDZIAŁ CZWARTY

Znalezienie świadczeniodawcy 87

ROZDZIAŁ PIĄTY

Pomoc w warunkach domowych 123

ROZDZIAŁ SZÓSTY

Seks, narkotyki i media społecznościowe 160

ROZDZIAŁ SIÓDMY

Jak przetrwać w szkole 186

ROZDZIAŁ ÓSMY

Życie po liceum 221

ROZDZIAŁ DZIEWIĄTY

Jak radzić sobie z kryzysem 236

WNIOSEK

Gdzie jest nadzieja? 269

Dodatek. Leki zatwierdzone przez FDA do stosowania
w chorobie afektywnej dwubiegunowej 282

Słownik 285

Zasoby 297

Bibliografia 305

Indeks 325