

Wetin na Bipola Muud Disorda?

(What is bipolar mood disorder?)



Wetin na Bipola Muud Disorda?

Dis bipolar muud disorda na som kayn pwel hart sik wae den bin de kol manik dipresiv sik, dat na wae yu de gladi pasmak en yangay yangay.

Pipil den wae get dis sik kin fil borku oda kayn wae, den kin oltem dae don en nor de get intrest pan tin wae den blant du, de get pwel hart en de gladi bak. Dis kayn wae fo fil kin kam en go, en kin kam saful en pasmak bak. De tem wae de sik kin teik difren somtem.

Dis sik de anbog bot wan pacen (1%) pipul dem na ostraylia ya so, en dis sik in pasmak wan de anbog wan porsin usai evri tu ondred (200) pipul den dae oltem.

Wae yu no kwik en teik beteh tritment go fayn en go gi wel bodi to udat get dis sik. Wit guud en beteh beteh tritment, pipul den kin liv fayn en du beteh tin na den lyfe.

Wetin de sayn dem fo dis bipola muud disoda?

Depreshon

Dipreshon wae na pwel hat, na wan mayn tin wae de anbog borku pipul dem wae get dis bipolar disoda (dat

na da sik wae kin mek yu de fil hi pasmak en de get borku treng bak). en de sayn dem na den wan ya so:

- Wae yu nor get intrest en gladi fo du dae tin dem wae yu bin dae du fostem.
- Yu oltem nor gladi.
- Yu nor lek fo dae wit padi dem again en nor dae go pan gladi gladi biznes.
- Yu tap fo luk oba yusef lek fo go bye bye ewosh.
- De wae yu blant it dae chayng en yu nor de aybul slip.
- Yu nor de aybul paye atenshon pan enitin, yu dae taya pasmak en yu kin memba sae yu na natin.
- Yu kin begin memba som kayn lye lye lek porsin wan du yu bad or yu du porsin bad.

Den bad bad rom en oda kayn drog yuse kin kam with sayn dem fo pwel hart. Dis kin maykam at fo trit de sik, so fo no aw yu dae teik rom en yuse drog fayn.

Pipul den wae kin get dis pwel hat sik kwik fo teik den yone lyfe. Wae yu wan no mor bot dis pwel hart sik, yu fo rid dis paypa: *wetin na dipresiv disoda? (dat na wae yu hart pwel oltem)*

Maynia

dis na sòm kayn medikal kòndishòn wae kin kam wit hi hi filin, treng en dae memba fòni fòni tin dem. Na smòl pipul dem wae get bipolar muud disòda kin get dis hi hi filin (maynia), bõt nør kin get da pwel hat sik.

De sayn dem wae kòmòn wit dis maynia sik na den difren difren tin ya.

- Pasmak gladi or hi hi filin- dis kin mek de pòrsin fil hi, gladi pasmak en kin get borku treng. Dis kayn filin kin tan lek pòrsin dae pantap de wòld en no bòdi nør de si am.
- Pasmak treng en pasmak yangay yangay.
- Yu nør de fil fò slip.
- De pòrsin de vex kwik wit pipul dem wae nør de aksept wetin den wan du or de memba.
- Pasmak memba en tøk – de memba plenti wae nør bin de apun. Dis kin mek de pòrsin tøk fast fast en nør de dòn wan tøk.
- Dis kin apun bicòz de pòrsin nør aybul si faa wetin den akshòn kin lid to, lek wae den yuse borku mònì fò bye tin wae den nør nid.
- Big big plan en wetin den biliv – pipul dem wae get dis maynia sik kin òltem fil sae den get pasmak sens or sòm kayn gift, or den na

kin, aktør or lek pryme ministra. borku òda tem de biliv wae wi biliv pan wi riligeon kin pasmak or pipul den kin biliv den sef fò bi bifo pan Gød in woke.

- Pipul den wae get dis maynia sik nør kin no sòmtem sae den bihayvio nør fayn. Sòmtem dae, den kin no sae òda pipul den nør lek wetin den de du en e nør fayn at ol.
- Den kin fen dis maynia sik wae de sayn dem kin dòn shò pan pòrsin fò wan wik or pas dat. Dis òda sik wae naym hipomaynia (dat na de sik wae fiba dis maynia sik, bõt nør kin pasmak lek maynia) nør kin pasmak en nør kin tay pan pòrsin.

Nòrmal mud (dat na wae pòrsin dae lek aw e fò dae).

Nòrmal mud (dat na wae pòrsin dae lek aw e fò dae). Borku pipul dem wae get dis maynia sik en pwel hart kin dae lek aw den fò dae sòmtem. Den kin aybul fò liv beteh lyfe en du den ose en woke biznes fayn.

Na wae den trik kin dòn pasmak en kin wan anbøg den lyfe mek tritment fò kres kin fayn.

Wetin de bryng kam dis bipola muud disɔda?

Fɔ get dis kres sik nɔr kam by wae yu na man ɔr uman, ɔlman get de saym chans fɔ get dis sik. Kres kin kam pan pipul dem wae ole lek twenti (20) yia, sɔmtem dae wae de sik kin kam kwik ɔr wae yu dɔn de ole.

Wetin sɔm man no bɔt dis bipola muud disɔda na dat e kin kɔmɔt to yu fambul, bɔdi nyam nyam en yu kin get am usai yu dae.

Aw yu fambul de gi yu dis sik

Buuk lanin biznes fenɔt sae yu fambul, dat na lek twin dem wae fiba en pikin wae den adɔpt, bɔt e bi sae in tru tru mama en papa get dis bipola muud disɔda, sho at at wan sae de sik kɔmɔt to in pipul dem. Pikin wae in fambul get dis sik, luuk get hi hi chans fɔ get de sik bak.

Aw yu bɔdi nyam nyam go gi yu dis sik

Dis hi hi filin en pasmak treng sik lek pwel hat kin kam sɔmtem dae wae de nyam nay u hade kin dɔn mixɔp. bɔt den kin trit am wit meresin.

Wɔri hat

Wae yu wɔri kin bryng sayn bɔt nɔr to ɔltem. Sɔmtem dae de sik sef kin bring wɔri hart (lek wae yu en yu wef pat ɔr biznes pwel pan yu), en wi kin lye pan de sik.

Uskayn tritment dae?

Guud guud tritment fɔ dis bipola sik dae. fɔ lan bɔt de sik, aw e de begin en aw fɔ kɔt bifo ram fayn. Fɔ ep ina sef kin fayn dis kayn wae.

Wae yu no de kayn meresin fɔ teik kin ep fɔ kɔntrol aw yu mynd en hat de woke.

Fɔ mitɔp de pwel hat tem fɔ dis sik, meresin dae wae de woke pan de pwel hat fɔ drev da filin, mek yu slip en it fayn, en pul pan aw yu de frayd. Pɔrsin nɔr de yuse to dis meresin wae de mek yu drev pwel hat. den kin bring kam de tin dem wae de pas pas mesayg nay u hade saful saful, e kin teik lek wan(1) to fɔr (4) wik fɔ mek e woke fayn.

Wae dis maynia sik kin dɔn pasmak, pipul kin yuse bɔrku ɔda kayn meresin. Sɔm pan den meresin kin mek da hi hi filin kam dɔn en ɔda kayn meresin kin ep fɔ kip pɔrsin in filin wan sai.

Pipul kin yuse sòm ɔda kayn meresin fò drev dis sik en den kin ep fò kòntrol aw yu filin de go ɔp en dòn, en de put dòn da ɔltem en pasmak pwel hat,da hi hi filin tem. Pòrsin fò teik dis meresin fò lòn lòn tem fò tap de sik.

Tin wae yu blant du de chayng, lek fò exacize, teik smòl ròm en drøg en ɔda tin dem wae kin bryng kam de sik, kin ep pipul dem fò wel.

Fò trit yu hade kin fayn fò dis kayn tritment, lek tritment fò men yu mynd, aw yu kin memba, wetin yu biliv, aw yu de akt.dat na wae e bi sae yu wan chayng yu trik wae kin ad pan de kres.

Aw wi kin dae wit wisef kin ep pipul dem fò lan ɔda wae dem fò mix wit big pipul dem na lyfe.

Wae pipul dem kin dae pan dis maynia sik, e kin at fò tel dem fò teik tritment.Sòmtem dae, e kin fayn fò kip de pòrsin na ɔspitul wae de sayn dem pasmak.

Bòrku pipul nòr kin tap na ɔspitul en kin teik ɔl den tritment usai den liv.

Wae yu get mins fò get de ryte tritment en sòpòt, pipul wae get dis bipola muud disɔda kin liv long en beteh lyfe.

De fambul en padi dem fò udat get dis bipola muud disɔda sik kin ɔltem kònfuze en wòri. Fò put an ɔnda dem en lan bot de sik, dòn bak fò ɔndastand dis sik beteh na de kòminiti, na guud guud sayn fò men de sik.



Usai for go way yu nid ep?

- Yu dokta (dat na yu GP)
- Yu kominiti helt senta
- Usai den kin men kruse na yu kominiti

For mek yu no mor bot de sai den way de for go, chek usai den kol kominiti ep en de oda sai way de kia bot wi, yu kin get dem oltem en den numba de usai wi kin wach for telephone numba nay a so.

If yu go lek posin fo intaprit fo yu, kol (TIS) pan dis nombra 13 14 50

If yu wan kwik sai for tok to porsin bot yu trobul, go or kol da sai way name

(Lifeline) pan 13 11 14. Lifeline kin gi oda sai den for kol en den go tel yu borku oda tin for no en ep yu.

Borku oda tin de for no na:

www.mmha.org.au

www.beyondblue.org.au

www.betterhealth.vic.gov.au

www.adavic.org.au

www.crufad.com

www.ranzcp.org

www.sane.org

Insert your local details here

Waytin for no bot dis paypa

Dis paypa ya de wit borku oda paypa den way den rite bot kruse sik en na Australian govment gi de kopor as den de tri for fet kruse biznes na de ole kontri (National Mental Health Strategy).

Oda paypa way den don rite bot den same kayn tin na den wan ya so:

- *Waytin na kruse sik?*
- *Waytin e min way yu nor de du tin way fiba yu?*
- *Waytin e min way yu mood nor sted?*
- *Waytin e min way yu hart pwel oltem?*
- *Waytin na krai-beleh or angri-beleh?*
- *Waytin na Haflahun?*

Yu kin get den paypa ya for natin na Wel hade en woke man biznes Way na sai for di Australian govment

Dipatment for wel bodi en ole pipul biznes

GPO Box 9848

CANBERRA ACT 2601

Tel 1800 066 247

Fax 1800 634 400

www.health.gov.au/mentalhealth

fo get oda kopi insai oda pipul den

langwayg, kol Moltikoltchoral Mental

Helt na ostraylia (Australia) ya so pan

dis nombra (Multicultural Mental

Health Australia): (02)98403333

www.mmha.org.au

