



## Embaràs i trastorn bipolar: Planificació de l'embaràs

**És necessària una planificació acurada de l'embaràs per evitar riscos per al fetus i minimitzar els símptomes del trastorn bipolar.**



**Establir estabilitat a llarg termini.** Es recomana un període prolongat (de 4 a 6 mesos) d'estabilitat de l'estat d'ànim abans d'intentar la concepció.

Consulteu el vostre metge per parlar de la planificació de l'embaràs. Si és possible, intenteu implicar la vostra parella en aquestes discussions.



**Revisar els medicaments.** Algunes dones poden necessitar continuar amb la seva medicaments prescrits mentre que altres poden reduir la dosi o reduir la seva medicació abans d'intentar la concepció. Medicació els canvis s'han de fer sota l'estreta supervisió del seu metge.



**Mantingueu-vos en contacte estret amb el vostre metge.** El seguiment regular per part del vostre metge és recomanat per determinar l'efecte del canvi de medicació en el vostre estat d'ànim. El risc de recaiguda és alt quan s'interromp el tractament o les dosis reduït durant l'embaràs, de manera que més aviat tingueu un pla per a la vostra tractaments, millor.



**Penseu en un especialista.** Si encara no esteu sota la cura d'un psiquiatre, hauríeu de discutir amb el vostre metge la possibilitat de derivació a un especialista valoració psiquiàtrica.