



## Grip en begrip

Dit boek voor mensen die lijden aan een bipolaire stoornis en voor hun naasten, wijdt zich geheel aan de ziekte en al haar verschijningsvormen. In korte verklarende teksten en een illustratief stripverhaal, wordt uitgelegd wat de ziekte behelst, welke stadia zij doorloopt en welke symptomen daarbij horen. Daarnaast besteden de auteurs aandacht aan de eerste tekenen waaraan patiënten een opkomende manie of depressie kunnen zien aankomen.

Het boek legt veel nadruk op diagnose, medicatie en behandeling en op de manieren waarop mensen zelf kunnen bijdragen aan een evenwichtiger bestaan.

Het is in zekere zin een groot uitgevallen folder voor mensen die voor het eerst te maken krijgen met de ziekte bipolaire stoornis. Toch biedt het, dankzij de nadruk op stabiliserende factoren, ook voor doorgewinterde patiënten en familieleden genoeg aanknopingspunten en informatie voor een beter begrip van en meer grip op de ziekte.

Merel van den Meerendonk

**Alles of Niets**, Zelfgids voor mensen met een bipolaire stoornis - Marc de Hert, Erik Thys, Geerdts Magiels, Sabien Wyckaert.  
ISBN 9789089241641. Uitgever Houtekiet  
Antwerpen. Prijs € 12,50.