

Emotionellt instabilt personlighets- syndrom (EIPS)

Vad är EIPS?

Personer som har EIPS, emotionellt instabilt personlighetssyndrom, har svårt att hantera sina känslor. Diagnosen kallas ibland borderline personlighetssyndrom.

Symtomen kan variera

EIPS visar sig på flera sätt, till exempel genom:

- starka svängningar mellan olika känslor (som ledsenhet, rädsla, glädje och ilska)
- svajiga och intensiva relationer och en rädsla för att bli övergiven
- impulsiva och farliga beteenden (som riskbeteenden, självskadebeteende, ilskebrott, självmordstankar och ibland självmordsförsök)
- känslor av osäkerhet kring sin egen identitet, att självkänslan ändras hela tiden
- övergående hallucinationer eller en känsla av att vara förföljd.

För att få diagnosen EIPS ska svårigheterna ha funnits i minst ett år och skapat problem i vardagen på flera sätt. Problemen med att hantera känslor startar under uppväxten eller i ung vuxen ålder.

Symtom under en kortare period

Det händer att ungdomar har vissa av symtomen på EIPS under en period i tonåren. Efter ett tag hittar de sätt att hantera svårigheterna på, till exempel känslösvängningar, så att de inte längre skapar så stora problem i vardagen eller i relationer.

Därför är det vanligt att vänta med diagnosen EIPS tills personen är över 18 år, och istället bara beskriva svårigheterna som ungdomen har. Då används ibland uttrycket ”emotionell instabilitet”, som inte är någon diagnos.

För många förändras svårigheterna genom livet, både för ungdomar och vuxna. Ibland har personen många svårigheter och ibland märks inte problemen alls.

Vanligt med andra diagnoser

De flesta som har problem med emotionell instabilitet eller som har fått diagnosen EIPS har samtidigt andra psykiska problem och diagnoser. Det kan till exempel vara depression, olika ångesttillstånd, posttraumatiskt stressyndrom, ätstörningar, adhd/add eller trotsyndrom.

FORTSÄTTNING PÅ NÄSTA SIDA



När barnet har fått en diagnos och ni har diskuterat vårdplanen tillsammans med patientansvarig behandlare eller läkare kan barnet börja sin **behandling**.

Vad beror det på?

Det finns olika teorier om hur EIPS uppstår, men vi vet att det ofta kan vara ärftligt. Det betyder att vissa personer har en medfödd sårbarhet som kan göra att de lättare får starka känslopåslag och är impulsiva, till exempel.

Ungefär två tredjedelar av de som får en EIPS-diagnos har även råkat ut för någon form av svår livshändelse under uppväxten.

Behandling

Grundläggande behandling

Behandlingen av personer med EIPS, eller drag av EIPS, går ut på att de ska hitta sätt att ta hand om sina känslor, förbättra sina relationer och att hantera vardagen så att livskvaliteten ökar.

De närstående är viktiga i behandlingen. De får hjälp att förstå svårigheterna, men också att hitta sätt att kommunicera på som både bekräftar och stöttar den unga.

Det är vanligt att ha andra problemområden och diagnoser parallellt med EIPS, och de behöver också finnas med i behandlingen.

Forskning har visat att behandlingen har bättre chans att lyckas om den som behandlas samtidigt har något meningsfullt att göra om dagarna. Därför är det viktigt att se till att det fungerar i skolan, på praktikplatsen eller på jobbet.

Specialinriktade behandlingar

Om inte den grundläggande behandlingen räcker finns det även två specialinriktade psykologiska behandlingar för EIPS, som har visat sig vara effektiva för tonåringar. De kallas:

- dialektisk beteendeterapi (DBT)
- mentaliseringsbaserad terapi (MBT).

I båda behandlingarna arbetar vi med den unga och med föräldrarna (eller närstående).

Oavsett behandling skrivs alltid en krisplan tillsammans med ungdomen, behandlaren och närstående. På så sätt vet alla vad de ska göra i svåra lägen.

Vad kan du göra själv?

Att ha dagliga rutiner brukar vara hjälpsamt. Det kan till exempel handla om att ha något att göra på dagarna, som att gå till skolan eller praktikplatsen, men också att äta och sova regelbundet. Att röra på sig kan också hjälpa, bland annat för att det minskar ångest och nedstämdhet.

Det är också betydelsefullt att ta hjälp av sina föräldrar och andra viktiga närstående. De kan försöka vara uppmärksamma på när känslorna drar iväg och blir så starka att det finns risk för självdestruktiva beteenden. På så sätt kan de stötta innan något allvarligare händer.