

LE TROUBLE BIPOLAIRE

Tout le monde a des hauts et des bas. Il est normal de se sentir heureux, triste ou irrité. Le trouble bipolaire, que l'on appelle également psychose maniaco-dépressive, est un état pathologique grave qui cause des sautes d'humeur extrêmes. Ces sautes d'humeur ont une incidence sur le mode de pensée, le comportement ou le fonctionnement de la personne atteinte de ce trouble.

Le trouble bipolaire comporte généralement trois états :

1. un état d'euphorie ou d'agitation, appelé « manie » ;
2. un état de dépression ;
3. un état de bien-être, pendant lequel beaucoup de personnes atteintes de ce trouble se sentent normales et fonctionnent bien.

Environ un à deux pour cent d'adultes sont atteints du trouble bipolaire. Chez les adolescents et les jeunes adultes, les symptômes peuvent être moins typiques et peuvent être attribués à tort à un sentiment de détresse ou de rébellion, propre à l'adolescence.

Le trouble bipolaire touche autant les hommes que les femmes. Chez certaines femmes, il apparaît pendant la grossesse ou peu de temps après l'accouchement. Dans ce cas, la dépression est plus fréquente que la manie.

LES SYMPTÔMES DU TROUBLE BIPOLAIRE

Manie

Il arrive qu'une personne semble anormalement et continuellement exaltée, joyeuse et euphorique, ou irritable, coléreuse, perturbatrice et agressive pendant au moins une semaine. Si le changement d'humeur s'accompagne d'au moins trois des symptômes suivants, la personne présente peut-être un état maniaque typique d'un trouble bipolaire :

- Sentiment exagéré d'estime de soi ou idées de grandeur
- Réduction du besoin de sommeil
- Logorrhée (discours trop abondant)
- Fuite des idées et pensées qui défilent
- Accélération de l'activité
- Manque de jugement
- Symptômes psychotiques

Hypomanie

Les symptômes d'hypomanie sont moins graves que les symptômes de manie : les personnes peuvent se sentir heureuses et sont pleines d'énergie, mais leur vie n'est habituellement pas gravement perturbée. L'hypomanie peut dégénérer en épisode maniaque ou en dépression et doit alors être traitée.

Dépression

Chez les personnes atteintes de trouble bipolaire, la dépression se traduit par au moins cinq des symptômes suivants. Ceux-ci doivent durer au moins deux semaines et se manifester la plupart des jours, pendant toute la journée.

- Humeur déprimée
- Perte d'intérêt ou de plaisir envers des activités normalement appréciées
- Perte ou gain de poids

- Insomnie ou hypersomnie (trop dormir)
- Apathie ou agitation
- Perte d'énergie
- Sentiment de dévalorisation et de culpabilité
- Incapacité de se concentrer ou de prendre des décisions
- Pensées suicidaires (devraient toujours être prises au sérieux)

LES AUTRES SYMPTÔMES

Parfois, les personnes atteintes du trouble bipolaire perdent contact avec la réalité, entendent des voix ou ont des idées qui ne reflètent pas la réalité. Ce sont ce qu'on appelle des « symptômes psychotiques ». Ils peuvent s'avérer effrayants pour les personnes touchées et leur entourage. Les problèmes moteurs, appelés « symptômes catatoniques », touchent jusqu'à 25 p. 100 des personnes traversant un épisode dépressif ou maniaque. Ces problèmes incluent parfois une agitation extrême ou, au contraire, un ralentissement des mouvements, mais aussi des gestes ou des postures bizarres. Les personnes atteintes du trouble bipolaire et présentant des symptômes psychotiques ou catatoniques reçoivent souvent à tort un diagnostic de schizophrénie, une autre maladie mentale grave.

LES CAUSES

On ignore la cause précise du trouble bipolaire. Cependant, des recherches indiquent que des facteurs génétiques jouent un grand rôle.

Le stress ou les problèmes familiaux ne peuvent pas causer cette maladie, mais peuvent « déclencher » un épisode chez les personnes qui en sont déjà atteintes.

LES TRAITEMENTS

Les traitements du trouble bipolaire comprennent la pharmacothérapie (médicaments) et les interventions psychosociales (psychothérapie, réadaptation). Souvent, ces deux types de traitement sont nécessaires mais, habituellement, il faut commencer par un traitement biologique pour maîtriser les symptômes. Un traitement d'entretien ou à plus long terme dépend du type de la maladie.

LE RÉTABLISSEMENT

Tout comme les problèmes physiques tels que l'hypertension et le diabète, le trouble bipolaire peut être géré et maîtrisé efficacement grâce à des traitements et à un mode de vie sain. Le traitement du trouble bipolaire a pour but d'aider les personnes à se rétablir par les moyens suivants :

- traiter les symptômes jusqu'à ce qu'ils ne causent plus de détresse ni de problèmes ;
- améliorer le fonctionnement des personnes au travail et en société ;
- réduire le risque de rechute.