


Capsule d'information

Le trouble bipolaire

Version webinaire



Dernière mise à jour : juin 2020
© La Boussole. Tous droits réservés

Plan de la rencontre

- ✦ Définition du trouble
- ✦ Manifestations du trouble
- ✦ Rétablissement en santé mentale
- ✦ Répercussions sur la famille



© La Boussole. Tous droits réservés

Le trouble bipolaire



Connu sous différents noms

- ✦ Maladie affective bipolaire
- ✦ Maniaco-dépression
- ✦ Psychose maniaco-dépressive



© La Boussole. Tous droits réservés

Qu'est-ce qu'un trouble bipolaire?

Trouble de l'humeur Dérèglement

- ✦ Oscillation de l'humeur entre deux pôles, soit la **manie** et la **dépression**, d'où le terme bipolaire
- ✦ Sautes d'humeur extrêmes
- ✦ Répercussion sur le comportement, la personnalité et les perceptions

Trouble épisodique récurrent

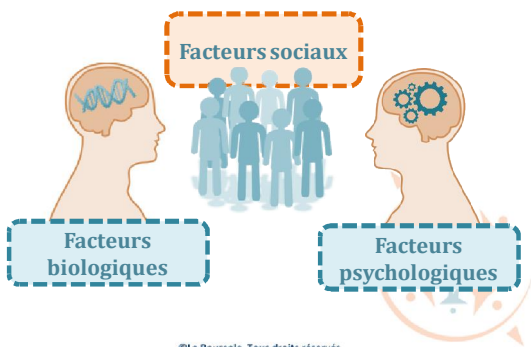
Comporte généralement trois états

- Manie ou hypomanie
- Dépression
- Euthymie



©La Boussole. Tous droits réservés

Les facteurs de risque



©La Boussole. Tous droits réservés

Les facteurs de risque

Facteurs biologiques

Mauvais fonctionnement des neurotransmetteurs

Substances produites par les cellules du cerveau (neurones)

Permettent aux neurones de communiquer entre eux pour un fonctionnement adéquat (émotions, pensées, motivation...)



Vulnérabilité génétique

Le principal facteur de risque à la bipolarité est la transmission génétique. Elle n'est toutefois pas suffisante au déclenchement du trouble

©La Boussole. Tous droits réservés

Les facteurs psychologiques

- ✦ **Personnalité** (Façon d'entrer en relation, d'être, de percevoir, de ressentir, d'agir)
- ✦ **Les pensées**
- ✦ **Difficultés en lien avec l'estime de soi**
- ✦ **Historique personnel de la personne** (Antécédents de dépression)




©La Boussole. Tous droits réservés

Les facteurs de risque

Facteurs sociaux

Événements déclencheurs

- ✦ Stress (décès d'un être cher, naissance d'un enfant, mariage, séparation, changement ou perte d'emploi, problèmes financiers...)
- ✦ Changement de routine
- ✦ Médication
- ✦ Alcool et drogue



©La Boussole. Tous droits réservés

Les manifestations du trouble bipolaire

Épisode dépressif


<ul style="list-style-type: none">✦ Émotions négatives<ul style="list-style-type: none">✦ Sentiment d'inutilité et de rejet✦ Impuissance✦ Désespoir✦ Tristesse✦ Insatisfaction générale✦ Irritabilité✦ Faible estime de soi✦ Idéations suicidaires	<ul style="list-style-type: none">✦ Problèmes de sommeil<ul style="list-style-type: none">✦ Insomnie✦ Hypersomnie✦ Fatigue ou perte d'énergie✦ Sentiment de dévalorisation ou de culpabilité excessive
---	--



©La Boussole. Tous droits réservés

Les manifestations du trouble bipolaire
 Épisode dépressif *(suite)*

<ul style="list-style-type: none"> ✦ Perte d'intérêt ou de plaisir ✦ Activités ✦ Relations interpersonnelles 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Isolement ✦ Difficulté à se concentrer et indécision
<ul style="list-style-type: none"> ✦ Perte ou gain de poids significatif ou changement de l'appétit 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Agitation ou ralentissement psychomoteur



©La Boussole. Tous droits réservés

Les manifestations du trouble bipolaire
 Épisode de manie

<ul style="list-style-type: none"> ✦ Augmentation de l'estime de soi /idées de grandeur 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Réduction du besoin de sommeil
<ul style="list-style-type: none"> ✦ Surexcitation générale ✦ Parole augmentée, volonté de parler sans arrêt ✦ Agitation, bougeotte 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Incapacité à contrôler sa pensée ✦ Trop-plein d'idées ✦ Distractivité



©La Boussole. Tous droits réservés

Les manifestations du trouble bipolaire
 Épisode de manie *(suite)*

<ul style="list-style-type: none"> ✦ Performance ✦ Sociale, professionnelle, scolaire ou autres 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Changements de la personnalité ✦ Manque de pudeur ✦ Irritabilité
<ul style="list-style-type: none"> ✦ Impulsivité & manque de contrôle ✦ Recherche de plaisirs et de sensations fortes ✦ Conséquences négatives 	<ul style="list-style-type: none"> ✦ Manque d'autocritique



©La Boussole. Tous droits réservés

Types de trouble bipolaire

Trouble bipolaire de type I


- Variations extrêmes entre les épisodes de **manie** et les épisodes de **dépression**
- Les épisodes sont entrecoupés de périodes euthymiques

Trouble bipolaire de type II

- Variations extrêmes entre les épisodes d'**hypomanie** et les épisodes de **dépression**
- Les épisodes sont entrecoupés de périodes euthymiques
- Non traité, les épisodes d'hypomanie peuvent devenir des épisodes de manie

Cyclothymie

- Alternance rapide de **symptômes dépressifs** et de **symptômes hypomaniaques**
- Il s'agit d'une forme atténuée de trouble bipolaire



©La Boussole. Tous droits réservés


Types de trouble bipolaire

Durée des épisodes (sans traitement)

- Manie (2 à 3 mois)
- Hypomanie (durée plus courte)
- Dépression (4 à 6 mois)

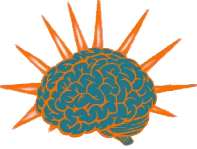
Ordre et fréquence des épisodes

- Sans ordre précis
- Fréquence imprévisible (environ 10 épisodes au cours d'une vie)
- Cycle rapide dans 20% des cas (4 épisodes ou + par année)



©La Boussole. Tous droits réservés

La psychose et le trouble bipolaire




Perturbation temporaire du fonctionnement normal du cerveau

Perte de contact avec la réalité

N'apparaît pas chez toutes les personnes ayant un trouble bipolaire

Perturbations

- Des croyances (délire)
- Des perceptions (hallucination)
- De la pensée (confusion)
- Du comportement (désorganisation)



©La Boussole. Tous droits réservés

Les voies menant au rétablissement

Certains traitements possibles

- Psychothérapie individuelle ou de groupe
- Pharmacothérapie
- Électroconvulsivothérapie (ECT)
- Hospitalisation



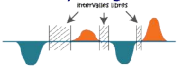
©La Boussole. Tous droits réservés

Pharmacothérapie

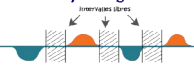
Pourquoi les médicaments peuvent-ils être importants ?

Agissent sur les neurotransmetteurs afin de rétablir le dérèglement chimique

Sans thymorégulateurs



Avec thymorégulateurs



✦ Thymorégulateurs (stabilisateur de l'humeur)

✦ Antipsychotiques

✦ Antiépileptiques

✦ Antidépresseurs

✦ Somnifères

✦ Anxiolytiques



©La Boussole. Tous droits réservés

Le rétablissement en santé mentale

Les ingrédients du rétablissement

- ✦ L'espoir
- ✦ La redéfinition de l'identité
- ✦ La découverte d'un sens à la vie
- ✦ La responsabilité du rétablissement

Processus non linéaire



©La Boussole. Tous droits réservés

Répercussions sur la famille

Chaque famille est différente les unes des autres

Étapes du deuil

Chacun son rythme, des divergences d'opinions possibles

Impacts différents selon le lien

Nécessite un repositionnement et une redéfinition de la relation parent/jeune adulte, conjoint/conjointe, etc.

Dynamiques relationnelles difficiles

©La Boussole. Tous droits réservés

Réactions des proches

- ✦ Impuissance, colère, peur, confusion
- ✦ Culpabilité, incompetence, honte, dépression, anxiété, découragement, fatigue, épuisement
- ✦ Hypervigilance, surengagement, surprotection
- ✦ Désengagement, rejet, envie de l'abandonner, sentiment d'être pris au piège
- ✦ Ressentiment à l'égard des professionnels et du système, sentiment d'exclusion des plans de traitement
- ✦ Difficulté à trouver la bonne distance dans la relation

©La Boussole. Tous droits réservés

Références

- ✦ Association américaine de psychiatrie (2015). *DSM-5, manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux* (traduit par Marc-Antoine Crocq et Julien Daniel Guelfi, 5e éd.). Elsevier-Masson.
- ✦ Clinique du trouble bipolaire de CAMH (2014). *Le trouble bipolaire, guide d'information*. Repéré à <https://www.camh.ca/-/media/files/guides-and-publications-french/bipolar-guide-fr.pdf>
- ✦ Deegan, P., Ph.D. (2001) *Le rétablissement en tant que processus autogéré de guérison et de transformation*, traduit par Hubert Carboneille.
- ✦ Filteau, M.-J. et Beaulieu, J. (2016). *Le trouble bipolaire, pour ceux qui en souffrent et leurs proches*. Montréal : Éditions La Semaine.
- ✦ P. O'Grady, C. et Wayne Skinner, W. J. (2008). *Guide à l'intention des familles sur les troubles concomitants*. Repéré à <https://www.camh.ca/-/media/files/guides-and-publications-french/fam-guide-cd-fr.pdf>

©La Boussole. Tous droits réservés

La Boussole

418-523-1502
www.laboussole.ca
intervention@laboussole.ca

Ligne d'écoute 24/7
de La Boussole!
418-523-1502



©La Boussole. Tous droits réservés
