

# LES SYMPTÔMES DU TROUBLE BIPOLAIRE

## Manie

Il arrive qu'une personne semble anormalement et continuellement exaltée, irritable ou euphorique pendant au moins une semaine. Si ce changement d'humeur s'accompagne d'autres symptômes (voir plus bas), cette personne présente peut-être un état maniaque typique d'un trouble bipolaire. **Les personnes en état maniaque ne se sentent pas toutes heureuses ou euphoriques.** Elles peuvent être très irritables, ressentir une colère intense ou présenter un comportement perturbateur et agressif.

Les symptômes qu'éprouvent les personnes en état maniaque ne sont pas tous reliés à l'humeur. En effet, elles doivent éprouver au moins trois des symptômes suivants :

### **Sentiment exagéré d'estime de soi ou idées de grandeur**

La personne se sent invincible ou omnipotente ; elle a l'impression de savoir comment le monde « fonctionne » ou comment le sauver. Elle pense parfois qu'on lui a donné une mission spéciale dans la vie (c.-à-d. qu'elle est un envoyé de Dieu ou que ce dernier lui a donné des pouvoirs surnaturels).

### **Réduction du besoin de sommeil**

La personne se sent reposée après quelques heures de sommeil. Parfois, elle ne dort pas du tout pendant des jours ou même des semaines.

### **Logorrhée (discours trop abondant)**

La personne parle très rapidement, trop fort et beaucoup plus que d'habitude. Elle raconte des blagues, répète des mots qui riment et se montre irritée quand on l'interrompt. Elle change de sujet constamment et il est impossible d'avoir une conversation avec elle.

### **Fuite des idées et accélération de la pensée**

La personne perd facilement le fil de ses idées et a de la difficulté en société car elle est très distraite. Elle est parfois impatiente à l'égard de ceux qui ne peuvent suivre sa pensée et ses idées et projets changeants.

### **Hyperactivité**

La personne intensifie ses activités sociales au travail ou à l'école ou paraît très active et débordante d'énergie. Au début de l'épisode maniaque, elle demeure productive, mais à mesure que ses symptômes s'aggravent, elle devient de plus en plus fébrile et entreprend de nombreux projets qu'elle laisse ensuite tomber.

## **Manque de jugement**

La personne ne peut maîtriser ou planifier ses actes. Elle prend part à des activités inusitées et dangereuses sans se rendre compte de leurs conséquences (p. ex., emplettes extravagantes, mauvais choix professionnels, mauvaises décisions). Elle est plus excitée sexuellement, intensifie son activité sexuelle et choisit ses partenaires sexuels avec moins de prudence. Il peut en résulter une grossesse non désirée, la contraction d'une maladie transmise sexuellement, un sentiment de culpabilité et une perturbation de ses relations.

## **Symptômes psychotiques**

La personne peut délirer ou perdre contact avec la réalité. Elle peut avoir des hallucinations, généralement auditives.

## **Hypomanie**

Les symptômes d'hypomanie sont moins graves que ceux de manie, mais ils peuvent quand même causer des problèmes. La personne peut se sentir heureuse et pleine d'énergie, sans se mettre dans des situations embarrassantes. L'hypomanie peut dégénérer en épisode maniaque ou en dépression grave ; elle doit donc être traitée.

## **État mixte**

Certains patients ne présentent pas toujours d'épisodes purement maniaques ou dépressifs, mais les deux types de symptômes à la fois. C'est ce que l'on appelle un « état mixte ». Par exemple, une personne en état mixte pense et parle très vite, est très anxieuse et a des pensées suicidaires. L'état mixte est très difficile à diagnostiquer, et il est très pénible pour la personne atteinte.

## **Dépression**

La dépression revêt de nombreuses manifestations, et elle n'a souvent aucune cause apparente. Pour être considérés comme des signes de dépression, les symptômes doivent durer au moins deux semaines, se manifester la plupart des jours, et durer la plus grande partie des journées où ils se manifestent. Les symptômes de dépression chez les personnes atteintes de trouble bipolaire comprennent au moins cinq des suivants :

## **Humeur déprimée**

Ce que ressentent les personnes déprimées s'écarte beaucoup de la simple tristesse. En effet, la plupart d'entre elles se disent incapables d'être tristes, et bon nombre ne peuvent pleurer. Le fait de retrouver la capacité de pleurer représente souvent un signe d'amélioration.

## **Perte d'intérêt ou de plaisir à l'égard d'activités normalement appréciées**

Une personne qui commence à se sentir déprimée ou qui est légèrement déprimée peut encore ressentir du plaisir, et peut apprécier des activités agréables. Ce n'est pas le cas si elle est gravement déprimée.

### **Perte ou gain de poids**

Bien des gens déprimés perdent du poids, en partie à cause d'une perte d'appétit. Cependant, certains patients ont plus d'appétit, et ont envie de manger des aliments riches en glucides et en matières grasses, ce qui leur fait prendre du poids. En outre, le métabolisme peut s'accélérer ou ralentir, selon le type de dépression. Ce changement peut causer une perte ou un gain de poids.

### **Problèmes de sommeil**

La dépression cause souvent une perturbation du sommeil. Bon nombre de personnes déprimées souffrent d'insomnie : elles ont de la difficulté à s'endormir, se réveillent souvent pendant la nuit ou se lèvent très tôt le matin. Elles ne se sentent pas reposées et se réveillent épuisées. D'autres personnes dorment plus que de coutume, surtout pendant la journée ; elles sont atteintes d'hypersomnie.

### **Apathie ou agitation**

Souvent, les personnes déprimées se déplacent, parlent ou pensent plus lentement. Dans les cas graves, elles sont parfois incapables de bouger, de parler et de réagir à ce qui les entoure. Pour d'autres, c'est le contraire : elles sont très agitées et tourmentées par une intense fébrilité intérieure. Elles ne peuvent rester assises, elles font les cent pas et se tordent les mains. Leur agitation peut également se manifester d'autres façons. Ces personnes ressentent souvent une anxiété intense.

### **Perte d'énergie**

Les personnes déprimées ont de la difficulté à vaquer à leurs travaux quotidiens. Il leur faut plus de temps pour remplir leurs tâches personnelles ou professionnelles parce qu'elles manquent d'énergie et de motivation.

### **Dévalorisation et culpabilité**

Les personnes déprimées manquent parfois de confiance en elles. Elles sont incapables de s'affirmer et éprouvent un profond sentiment de dévalorisation. Souvent, elles sont obsédées par des événements de leur passé. Elles ne peuvent s'arrêter de penser qu'elles ont déçu leur entourage ou regrettent d'avoir dit certaines choses ; elles se sentent très coupables. Dans les cas graves, cette culpabilité peut causer du délire ; par exemple, la personne est persuadée d'avoir péché et de devoir être punie pour ses écarts de conduite. Elle peut penser que Dieu la punit pour les erreurs qu'elle a commises.

### **Incapacité de se concentrer ou de prendre des décisions**

Ces symptômes peuvent être d'une gravité telle que la personne ne peut se concentrer sur les tâches les plus simples, ni prendre de décisions à leur sujet.

## **Pensées suicidaires**

Les personnes déprimées pensent souvent que la vie ne vaut pas la peine d'être vécue, ou qu'il vaudrait mieux qu'elles soient mortes. Elles risquent alors de donner suite à ces pensées et, en effet, elles tentent souvent de se suicider.

## **Symptômes psychotiques**

La personne peut croire à tort qu'elle est pauvre, qu'elle est punie pour ses péchés, ou encore qu'elle est atteinte d'une maladie mortelle comme le cancer. Elle peut également entendre des voix (hallucinations auditives) ou voir des choses qui n'existent pas (hallucinations visuelles). La dépression se manifeste souvent par :

- une anxiété intense
- des inquiétudes au sujet de choses insignifiantes
- des symptômes physiques, notamment de la douleur
- divers symptômes physiques entraînant une consultation répétée du médecin de famille

## **Autres symptômes d'un épisode bipolaire**

Certains patients atteints de trouble bipolaire peuvent éprouver des problèmes moteurs pendant leurs épisodes. Ces problèmes touchent jusqu'à 25 pour 100 des patients déprimés et jusqu'à 28 pour 100 des patients qui traversent un épisode mixte ou maniaque. Ces problèmes moteurs sont appelés « symptômes catatoniques ». Ces symptômes varient et peuvent comprendre une agitation extrême, ou au contraire, un ralentissement des mouvements. Parfois, le patient fait des mouvements ou adopte des postures inusitées. Il est soit impossible à ralentir, soit impassible au point de refuser d'ouvrir la bouche pour manger, boire ou parler. Sa santé physique est alors gravement menacée. Dans la plupart des cas, un traitement permet d'éliminer les symptômes catatoniques.

Ces symptômes posent un risque de faux diagnostic, car ils sont associés surtout à la schizophrénie plutôt qu'au trouble bipolaire.

## **La comorbidité et son importance**

Un " trouble comorbide " est une maladie ou un état pathologique qui se produit parallèlement à un autre. Le trouble bipolaire peut s'accompagner d'un trouble comorbide, qui se déclenche avant ou au même moment. Les experts ignorent pourquoi certains troubles accompagnent souvent le trouble bipolaire, alors que d'autres ne se produisent jamais. La gravité du trouble comorbide peut évoluer au fil des ans, et ses symptômes peuvent également varier en fonction de l'évolution du trouble bipolaire.

Par exemple, l'un des troubles comorbides les plus courants est **l'abus de drogues ou d'alcool**. Certaines personnes qui ont un problème d'alcool peuvent boire excessivement pendant les épisodes maniaques, ou encore essaient de prendre des drogues, parce qu'elles sont impulsives et qu'elles ont une sensation de liberté. Parfois, elles boivent ou prennent des drogues pendant les états dépressifs également, pour

soulager leurs symptômes de dépression. Ces personnes n'abusent pas nécessairement de l'alcool ou des drogues pendant les périodes où elles se sentent bien.

Autres troubles psychiatriques qui accompagnent souvent le trouble bipolaire

- trouble panique
- trouble obsessionnel compulsif
- trouble d'alimentation excessive
- abus de drogue ou d'alcool

Il est important de diagnostiquer la comorbidité dans le trouble bipolaire. Les états comorbides peuvent obscurcir le tableau clinique et compliquer le traitement du trouble bipolaire. En outre, leur gravité est souvent telle qu'ils nécessitent aussi un traitement.