

# **Test**

## **Avez-vous les symptômes des troubles bipolaires ?**

*Vous êtes-vous déjà posé cette question ?*

*Êtes-vous vraiment bipolaire ?*

*Être bipolaire c'est quoi ?*

La réponse se trouvera un peu plus bas dans notre test bipolaire que nous avons établi via les différents et nombreux symptômes de la bipolarité . Attention tout de même, en aucun cas ce test des troubles bipolaires pourra remplacer un diagnostic établi par un médecin professionnel et spécialiste des troubles mentaux de cette maladie dite du maniaco dépressif .

Notre test de bipolarité sur cette maladie mentale est fait pour les personnes ayant des doutes sur eux-mêmes ou encore sur un proche ( famille, amis, etc ) afin de les aider dans une possible future consultation chez un psychiatre . Ce test est uniquement un indice qui vous indiquera si vous avez des premiers symptômes ressemblant à la maladie bipolaire .

Il faut savoir que pour la plupart des gens, le trouble bipolaire est quasiment anodin, c'est une des raisons pour laquelle il est souvent difficile d'établir un diagnostic immédiat et rapide, autant via un test bipolaire qu'avec un professionnel de santé mentale . Il faut en général plus de 2 ans avant de diagnostiquer un malade bipolaire ! Pourtant, plus vous irez vite dans vos démarches, pour savoir si vous êtes bipolaire ou pas, et mieux ce sera pour votre vie quotidienne, celle de vos proches mais aussi afin de trouver le bon traitement adapté à vos symptômes bipolaire, ce qui est parfois déjà très long avant de trouver le bon stabilisateur d'humeur de cette forme pathologique de psychose ...

Alors si une personne de votre entourage, ou vous même, vous a déjà fait remarquer que vous aviez des troubles de l'humeur exagérés voire même des périodes de dépression majeure, que vous passiez de la mélancolie à l'euphorie très rapidement ou encore que vous faisiez les montagnes russes comme une personne bipolaire / borderline, nous vous conseillons de commencer par ce petit « bipolaire test » sur les troubles bipolaire . Il est également recommandé, si c'est vous que vous suspectez d'être atteint de trouble de la bipolarité, de demander à vos proches de répondre avec vous aux questions ci-dessous, le résultat pourra qu'en être plus juste .

Pendant une durée d'au moins 1 semaine au cours des 6 derniers mois, dites nous, par « oui » ou par « non », si vous avez déjà ressenti un des symptômes ci-dessous . ( Toutes les questions sont obligatoires )

**1 Passez-vous d'un moment de tristesse à un moment de joie en très peu de temps?**

Non -  Oui

**2 Est-ce qu'il vous arrive d'avoir des moments d'absence mentale et d'autres moments où il vous arrive d'être très innovant ?**

Non -  Oui

**3 Est-ce que vous avez des changements d'humeur fréquents ?**

Non -  Oui

**4 Vous sentez-vous quelquefois en dépression tout en étant hyperactif en même temps ?**

Non -  Oui

**5 Passez-vous d'un état pessimiste à optimiste, et vice versa, en quelques secondes seulement ?**

Non -  Oui

**6 Parlez-vous très rapidement à certains moments ?**

Non -  Oui

**7 Vous est-il déjà arrivé d'être dans un colère noire pour un rien ?**

Non -  Oui

**8 Vous arrives-t-il des fois de ne rien avoir envie de faire et des fois de vouloir tout faire ?**

Non -  Oui

**9 Est-ce que vous avez envie d'être avec du monde et des fois vous avez envie d'être seul ?**

Non -  Oui

**10 Avez-vous le sentiment d'être en confiance avec vous-même et des fois d'être totalement paniqué avec un gros manque de confiance en vous ? \***

Non -  Oui

**11 Ressentez-vous le besoin d'avoir des rapports sexuels à tout prix et des fois où vous n'avez aucun désir de sexe ?**

Non -  Oui

**12 Vous êtes-vous déjà sentie déprimé avec un sentiment de vide total ?**

Non -  Oui

**13 Vous êtes-vous déjà sentie désintéressé ou ennuyé par des activités que normalement vous adorez ?**

Non -  Oui

**14 Avez-vous eu des gros écarts de poids ou d'appétit ? ( plus ou moins )**

Non -  Oui

**15 Avez-vous des troubles du sommeil ?**

Non -  Oui

**16 Remarquez-vous une baisse de régime dans vos activités journalière ? \***

Non -  Oui

**17 Vous êtes-vous déjà sentie fatigué ?**

Non -  Oui

**18 Vous êtes-vous déjà sentie coupable pour un rien et souvent, un manque d'estime en vous même ?**

Non -  Oui

**19 Avez-vous des difficultés pour prendre des initiatives et décisions avec des problèmes de concentrations ?**

Non -  Oui

**20 Avez-vous déjà pensé à mourir ?**

Non -  Oui

**21 Vous êtes-vous déjà sentie puissant, exceptionnel ou encore le sentiment d'être le meilleur ? \***

Non -  Oui

**22 Avez-vous déjà eu une baisse de sommeil sans aucune sensation de fatigue ?**

Non -  Oui

**23 Avez-vous déjà ressenti le besoin de parler à tout le monde, et cela très rapidement ?**

Non -  Oui

**24 Avez-vous déjà eu des pertes de mémoire ou des idées plein la tête ?**

Non -  Oui

**25 Avez-vous déjà été distrait par autre chose que ce que vous faisiez sur le moment ?**

Non -  Oui

**26 Avez-vous remarqué une multiplication de certaines de vos activités ? ( pro, sexuelles, sportives, etc etc ... )**

Non -  Oui

**27 Avez-vous remarqué une exagération dans vos projets ? ( projets irréalisables, dépenses financières excessives, etc etc ... )**

Non -  Oui

**28 Vous êtes-vous déjà sentie infatigable, avec une grosse énergie, voire euphorique ?**

Non -  Oui

**29 Vous êtes-vous déjà sentie irrité facilement et rapidement au point de devenir agressif avec les personnes qui veulent vous aider ?**

Non -  Oui

**30 Avez-vous déjà traversé des phases maniaques et / ou dépressives ?**

Non -  Oui

**31 Avez-vous remarqué chez vous, ou vos proches vous l'ont-ils déjà dit, que vous changiez d'humeur rapidement ?**

Non -  Oui

**32 Ces troubles de l'humeur variable vous ont-ils été néfaste sur le plan affectif - social et / ou professionnel ?**

Non -  Oui

**33 Vous êtes-t-il déjà arrivé de très peu dormir ?**

Non -  Oui

**34 Vous êtes-vous déjà sentie doté d'une énergie débordante avec une grande endurance physique ?**

Non -  Oui

**35 Avez-vous déjà ressenti du plaisir à être surchargé de travail ?**

Non -  Oui

**36 Avez-vous déjà eu le besoin de rencontrer du monde, les contacter plusieurs fois, ... ?**

Non -  Oui

**37 Avez-vous déjà ressenti le besoin urgent de faire plein de voyage, partir loin ?**

Non -  Oui

**38 Avez vous au des dépenses excessives d'argent ?**

Non -  Oui

**39 Avez-vous déjà eu des raisonnements irréels dans votre job principalement ?**

Non -  Oui

**40 Avez-vous déjà ressenti le besoin d'être overbooké, dans votre vie générale ? ( pro ou perso )**

Non -  Oui

**41 Avez-vous déjà été hyper innovant, voulu être ( trop ) créatif dans des projets pharamineux ?**

Non -  Oui

**42 Avez-vous déjà été moins timide qu'en temps normal ?**

Non -  Oui

**43 Avez-vous déjà été plus parlant que d'habitude, voire à en être même redondant ?**

Non

Oui

**44 Avez-vous déjà ressenti un sentiment d'impatience extrême, à vous irriter facilement ?**

Non

Oui

**45 Avez-vous déjà été distrait, moins attentionné, ou simplement eu un manque de concentration ?**

Non

Oui

**46 Avez-vous remarqué dans votre consommation régulière certaines addictions dangereuse prise en excès ? ( alcool, drogue, cigarette )**

Non

Oui

**47 Avez-vous remarqué une augmentation de votre libido ?**

Non

Oui

**48 Vous êtes-vous déjà sentie très ( trop ) sure de vous à en être surexcité ?**

Non

Oui

**49 Avez-vous déjà eu des moments de délire, à rire pour un rien par exemple ?**

Non

Oui

**50 Avez-vous déjà ressenti la sensation d'avoir les idées qui fusent dans votre tête avec des pensées très rapides ?**

Non

Oui