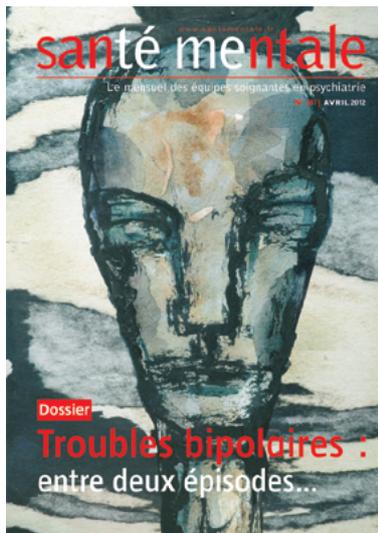


# OUVRAGES

## Trouble bipolaire

Nous vous proposons quelques livres traitant plus particulièrement des troubles bipolaires et accessibles à tout public. Ces ouvrages vous permettront de mieux comprendre votre maladie ou celle de votre proche. Les témoignages relatés vous aideront probablement à vous sentir moins seul. Pour l'entourage, la lecture d'au moins un de ces ouvrages nous paraît indispensable si l'on veut aider le patient.



Revue Santé Mentale N°167 Avril 2012 "Dossier troubles bipolaires"

SANTÉ MENTALE | 167 | AVRIL 2012

SOMMAIRE

Dossier :

Trouble bipolaire :  
entre deux épisodes...

28 Entre deux épisodes du trouble bipolaire – Bruno Étain

34 Troubles cognitifs de l'interépisode – Frank Bellivier

38 Rémission fonctionnelle et trouble bipolaire – Aurélie Raust

42 Les besoins et attentes des patients bipolaires – Émilie Olié, Philippe Courtet,  
Sébastien Guillaume, Jean-Paul Chabannes, Jean-Albert Meynard

46 Une évaluation au centre expert bipolaire – Sébastien Gard, Isabelle Minois

52 Réactivité émotionnelle et troubles du sommeil – Carole Boudebessé, Chantal Henry

56 Estime de soi et troubles bipolaires – Sophie Lauer, Alexandra Leduc

62 Un plan d'action en cas de crise – Christian Gay, Philippa Motte

67 Se rétablir au clubhouse – Jean-Jacques Margerie

70 « La PMD, c'est mon destin » – Sanae Bono, Dominique Friard

76 Mindfulness et troubles bipolaires – Thierry Bonvalot

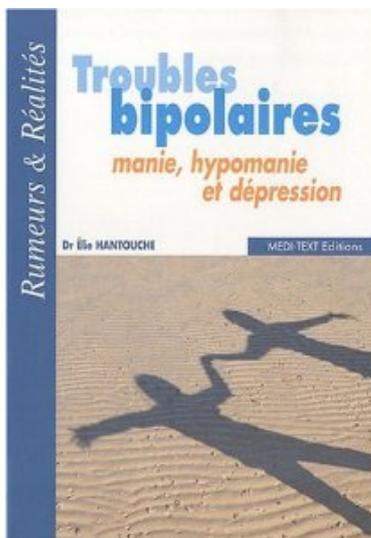
80 De la mélancolie... – Olivier Douville

86 Pour en savoir plus – Ascodocpsy



Sami-Paul Tawil "Le miroir de Janus"

Exposé détaillé de la maniaque-dépression et de son traitement. Ouvrage médical pour le grand public. Pocket, Collection



Elie Hantouche "Troubles bipolaires : Manie, Hypomanie et Dépression"

Du fait de leur complexité liant épisodes de manie, d'hypomanie et de dépression, les troubles bipolaires sont, dans de très nombreux cas, mal ou non reconnus, d'où une prise en charge inadaptée et une altération de la qualité de vie des personnes qui en souffrent et de leur entourage. Afin d'améliorer cet état de fait, le Dr Elie Hantouche a souhaité partager sa longue expérience et permettre à tous de mieux reconnaître et de mieux comprendre les manifestations et l'évolution de cette maladie, afin de permettre aux personnes bipolaires de bénéficier d'une meilleure prise en charge et d'un mieux-être.

MédiText

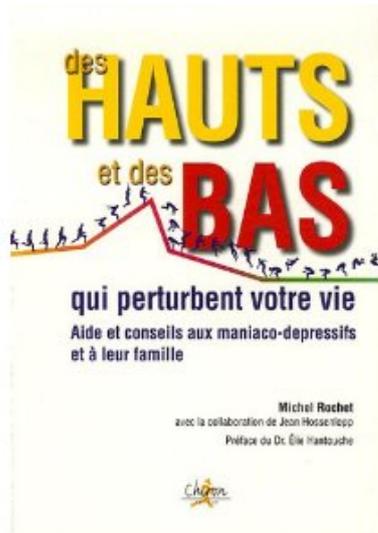
Déc. 2008



Christian Gay "Vivre avec un maniaco-dépressif"

"Aimer un bipolaire - j'en suis une - n'est pas à la portée de n'importe qui ! C'est qu'il faut apprécier les climats extrêmes, les saisons du Grand Nord, la spéléologie et le parachute ascensionnel. Bref, n'avoir peur de rien, être prêt à tout", affirme Catherine, nous laissant entrevoir la souffrance, et le bonheur aussi, qu'il peut y avoir à aimer un maniaco-dépressif.

FAYARD  
2 juillet 2010



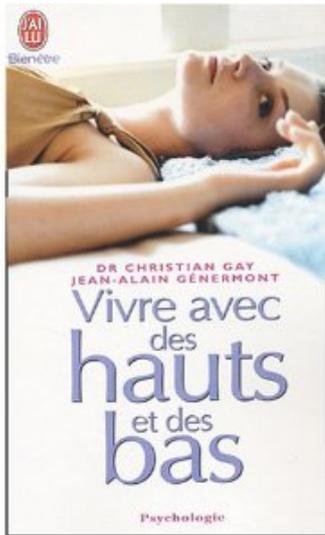
Michel Rochet "Des hauts et des bas qui perturbent votre vie"

Guide pratique écrit par un patient. Il est destiné à apporter toutes sortes de conseils à ceux qui sont confrontés à des troubles bipolaires.  
Chiron Editeur 2002



Olivier Louis "Vivre avec des troubles de l'humeur"

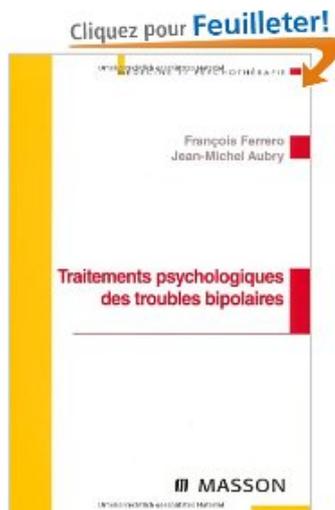
Ouvrage complet, accessible au ton optimiste  
Frison Roche 2008



Christian Gay et J-A G nermont "Vivre avec des hauts et des bas : un psy et un patient racontent"

Témoignage d'un patient et d'un psychiatre. Vécu et analyse des troubles bipolaires grâce à un double  
approche.

Poche 2002



F Ferrero et J-M Aubry "Traitements psychologiques des troubles bipolaires"

L'objectif de cet ouvrage est de présenter la diversité et la richesse des différentes approches  
psychologiques des troubles bipolaires : psychoéducation, thérapies comportementale et cognitive,  
psychanalytique, familiale, interpersonnelle. Des développements innovants, comme la thérapie basée  
sur la pleine conscience, sont également abordés. Les auteurs consacrent deux chapitres aux  
comorbidités fréquentes des troubles bipolaires avec les addictions et le trouble de la personnalité  
borderline.

Masson 2009



RESONANCES  
ROBERT LAFFONT

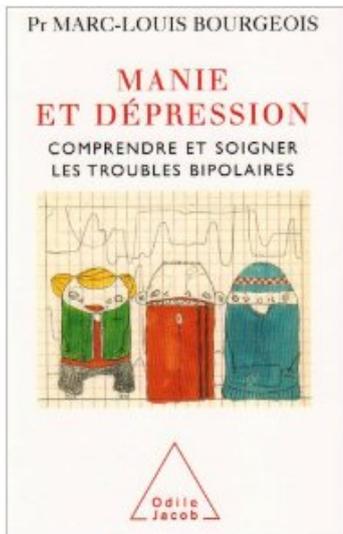
Elie Hantouche et Régis Blain "La cyclothymie pour le pire et le meilleur, tempérament et créativité"

Cet ouvrage exhaustif s'adresse particulièrement aux patients comme à leur entourage, ainsi qu'aux cliniciens qui sont encore peu familiarisés avec la cyclothymie et les aspects positifs de la bipolarité. De manière générale, à tous ceux qui s'intéressent à la créativité.  
Robert Laffont 2008



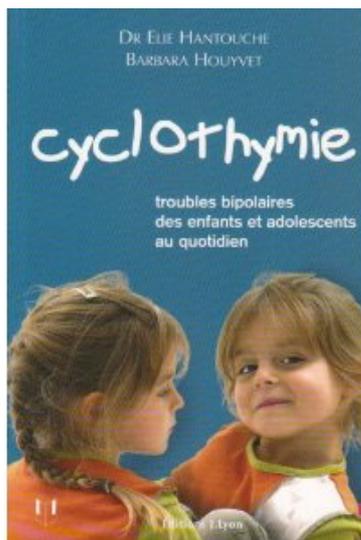
Xavier Amador "Comment faire accepter son traitement au malade : schizophrénie et troubles bipolaires"

Ce livre est destiné avant tout aux familles de personnes souffrant de schizophrénie ou de troubles bipolaires, mais il s'adresse aussi aux thérapeutes qui suivent ces malades (médecins, psychologues, infirmiers...) et, d'une façon plus générale, à tous ceux qui sont amenés à leur apporter un soutien.  
Retz 2007



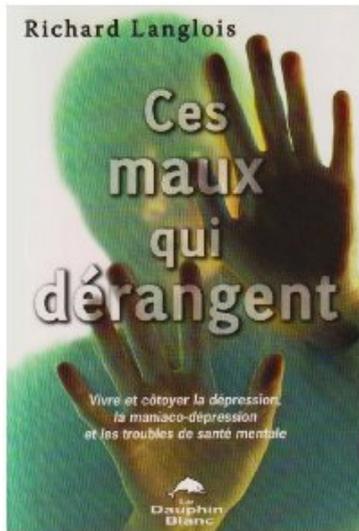
Marc-Louis Bourgeois "Manie et dépression : comprendre et soigner les troubles bipolaires"

L'un des meilleurs spécialistes des troubles bipolaires explique dans un langage clair et accessible les dysfonctionnements de cette maladie et présente les traitements actuellement recommandés. Pour que nos variations d'humeur ne se transforment plus en dérapages incontrôlés...  
Odile Jacob Poches 2007



Elie hantouche et Barbara Houyvet "Cyclothymie : troubles bipolaires des enfants et des adolescents au quotidien"

Un livre essentiel pour vous accompagner et vous rassurer : votre éducation n'est pas en cause, ni vous ni votre enfant n'êtes responsables de la bipolarité, mais une prise en charge médicale est impérative pour le bien-être de l'enfant et de votre famille.  
Editions J. Lyon 2007



Richard Langlois et André Forest "Ces mots qui dérangent...: vivre et côtoyer la dépression, la maniaque-dépression et les troubles de santé mentale"

Les troubles de santé mentale, notamment la dépression, la maniaque-dépression et le burnout, sont maintenant omniprésents sur la planète. Ils touchent tout autant les hommes que les femmes, les gens riches que les gens pauvres, les personnes scolarisées que celles qui le sont moins. Quand ce n'est pas nous-mêmes qui sommes atteints, c'est quelqu'un de notre entourage, un collègue de travail ou d'études, un parent, un ami... ou plusieurs d'entre eux. Ces maux nous concernent tous.

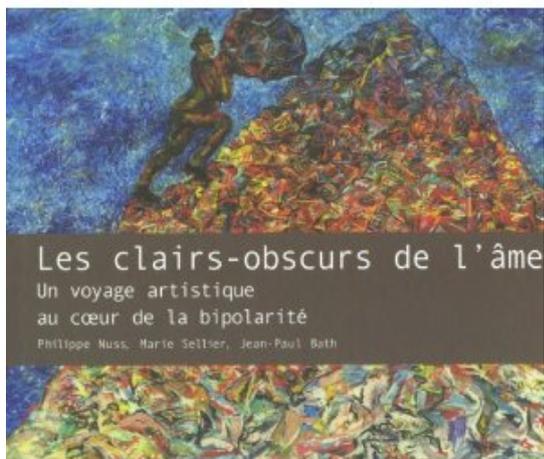
Des informations très utiles autant pour les personnes atteintes que pour les gens qui les côtoient.  
Le Dauphin Blanc 2007



Marc-Louis Bourgeois "Les troubles de l'humeur"

Cet ouvrage fait le point sur les nouvelles ressources thérapeutiques, biologiques, médicamenteuses, et de psychothérapie, réglées et validées, dont nous disposons aujourd'hui.

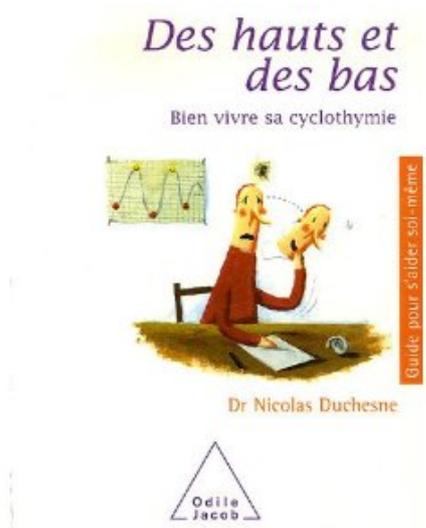
Que Sais-Je Puf 2006



Philippe Nuss, Marie Sellier, J-P Bath "Les clairs-obscurs de l'âme : un voyage artistique au coeur de la bipolarité"

Entourage du patient ou amateurs d'art y découvriront ainsi une analyse fine et un regard original sur la vie psychique et sur quelques œuvres d'art.

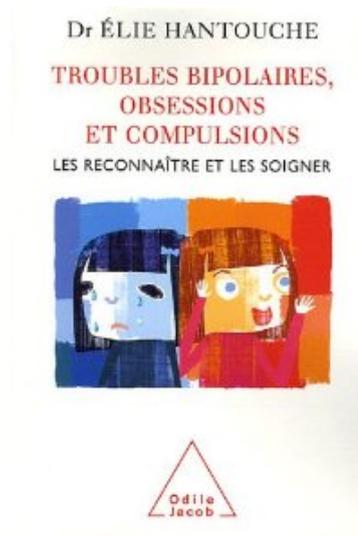
John Libbey 2006



Nicolas Duchesne "Des hauts et des bas - bien vivre sa cyclothymie"

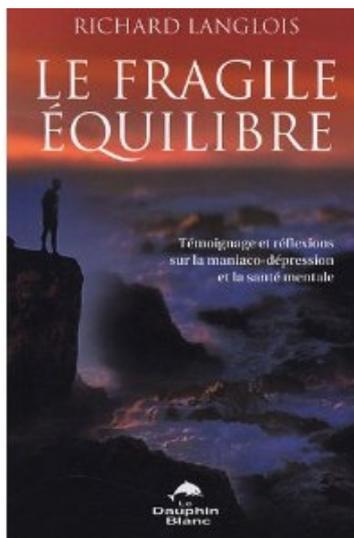
Spécialiste de la cyclothymie et des troubles bipolaires, Nicolas Duchesne propose des conseils concrets à mettre en oeuvre soi-même et explique comment bien utiliser les différents moyens thérapeutiques actuellement disponibles. Il montre dans ce livre que l'on peut agir efficacement. Et changer sa vie.

Odile Jacob 2006



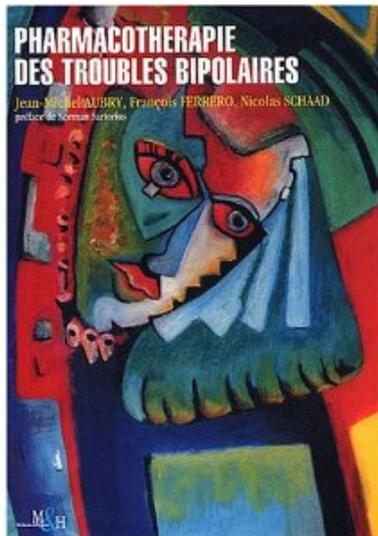
Elie Hantouche "Troubles bipolaires, obsessions et compulsions : les reconnaître et les soigner"

Dépression, manie, cyclothymie, troubles obsessionnels compulsifs (TOC), avec leurs obsessions persistantes et leurs comportements répétitifs : plus de quarante troubles sont actuellement traités par les antidépresseurs. Mais parfois, crises et délires persistent et un autre diagnostic s'impose : cyclothymie et TOC vont de pair.  
Odile Jacob 2006



Richard Langlois "Le fragile équilibre : Témoignages et réflexions sur la maniaque-dépression et la santé mentale"

Un livre complet qui rejoindra tous ceux et celles touchés par un problème de santé mentale, notamment par la maniaque-dépression, la dépression et la psychose.  
Le Dauphin Blanc 2005

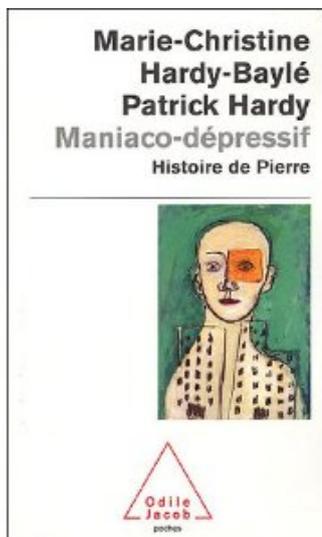


Jean-Michel Aubry, François Ferrero... "Pharmacothérapie des troubles bipolaires"

Dans ce manuel, plutôt que de présenter des algorithmes de traitements, les auteurs ont choisi de présenter une synthèse de la littérature et des connaissances basées sur la pratique clinique quotidienne. A la fin de chaque chapitre, les concepts et recommandations importants sont rappelés au lecteur par une série de points clés.

Médecine et Hygiène 2004

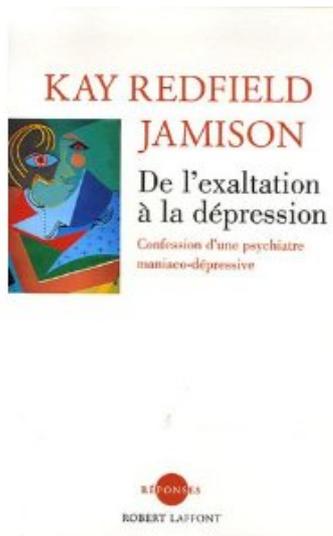
Aubry



M-C Hardy-Baylé et Patrick Hardy "Maniaco-dépressif : l'histoire de Pierre"

La maniaco-dépression est une réalité relativement méconnue. Puisse le cas exemplaire de Pierre contribuer à mieux faire comprendre cette maladie psychiatrique qui touche plus d'un Français sur cent.

Odile Jacob Poche



Kay Redfield Jamison "De l'exaltation à la dépression : confession d'une psychiatre maniaque-dépressive"

Psychiatre de renom, elle-même atteinte par cette maladie particulière qui conduit de l'exaltation à la dépression, Kay Redfield Jamison donne ici un témoignage unique de vérité et de justesse. Elle raconte son parcours, les moments de folie et les éclairs de lucidité, elle révèle sa lutte contre la maladie depuis l'adolescence et en quoi ses troubles ont conditionné toute sa vie, jusqu'à sa carrière elle-même.

Robert Laffont 1995

Association ARGOS 2001, 1-3 rue de la Durance, 75012 Paris - Téléphone : 01 46 28 00 20 - Email : [argos.2001@free.fr](mailto:argos.2001@free.fr)

© ARGOS 2001 tous droits réservés - Site réalisé par YATEO