



20 novembre 2007

***Approches psychosociales:
y a-t-il une place pour la
psychothérapie dans le trouble
bipolaire?***

Jean Leblanc, m.d.

Line Roy, M. Sc.

Jocelyne Julien, M. Ps.

Clinique des maladies affectives

Hôpital du Sacré-Coeur de Montréal

Plan de la conférence

- 👉 Le diagnostic du trouble bipolaire est difficile
- 👉 Importance d'un traitement efficace
- 👉 La médication, même adéquate, n'est pas toujours suffisante
- 👉 La psychothérapie serait-elle efficace?



Le diagnostic du trouble bipolaire est difficile

- À cause des formes atténuées (p.e. bipolaire II)
- Parce que la dépression prédomine sur la manie/hypomanie dans un rapport de env.3/1
- Il peut ressembler à des traits de caractère
- Le sujet atteint ne croit pas à une maladie (euphorie = excitant): « je n'ai jamais été aussi bien de ma vie... »



Des formes atténuées de trouble bipolaire??

- ☞ Comparaison avec ceux qui font:
 - Du diabète
 - De l'hypertension
- ☞ On peut avoir un « pourcentage » de tr. bipolaire (*ou spectre bipolaire*):
 - Le trouble bipolaire I:
 - Le trouble bipolaire II (hypomanie)
 - Virage maniaque sous antidépresseurs
 - Antécédents familiaux de tr. Bipolaires
 - Etc.



Importance d'un traitement précoce et efficace

- ✎ Pour le sujet: répercussions des symptômes et problèmes de comportement
- ✎ Pour l'entourage, le milieu de travail, les relations interpersonnelles
- ✎ Durée + longue des symptômes --> plus de rechutes et traitements moins efficaces
- ✎ Répercussions physiques: plus grand nombre de problèmes médicaux, durée de vie réduite (tr. bipolaire « toxique » pour l'ADN)



Obstacles au traitement

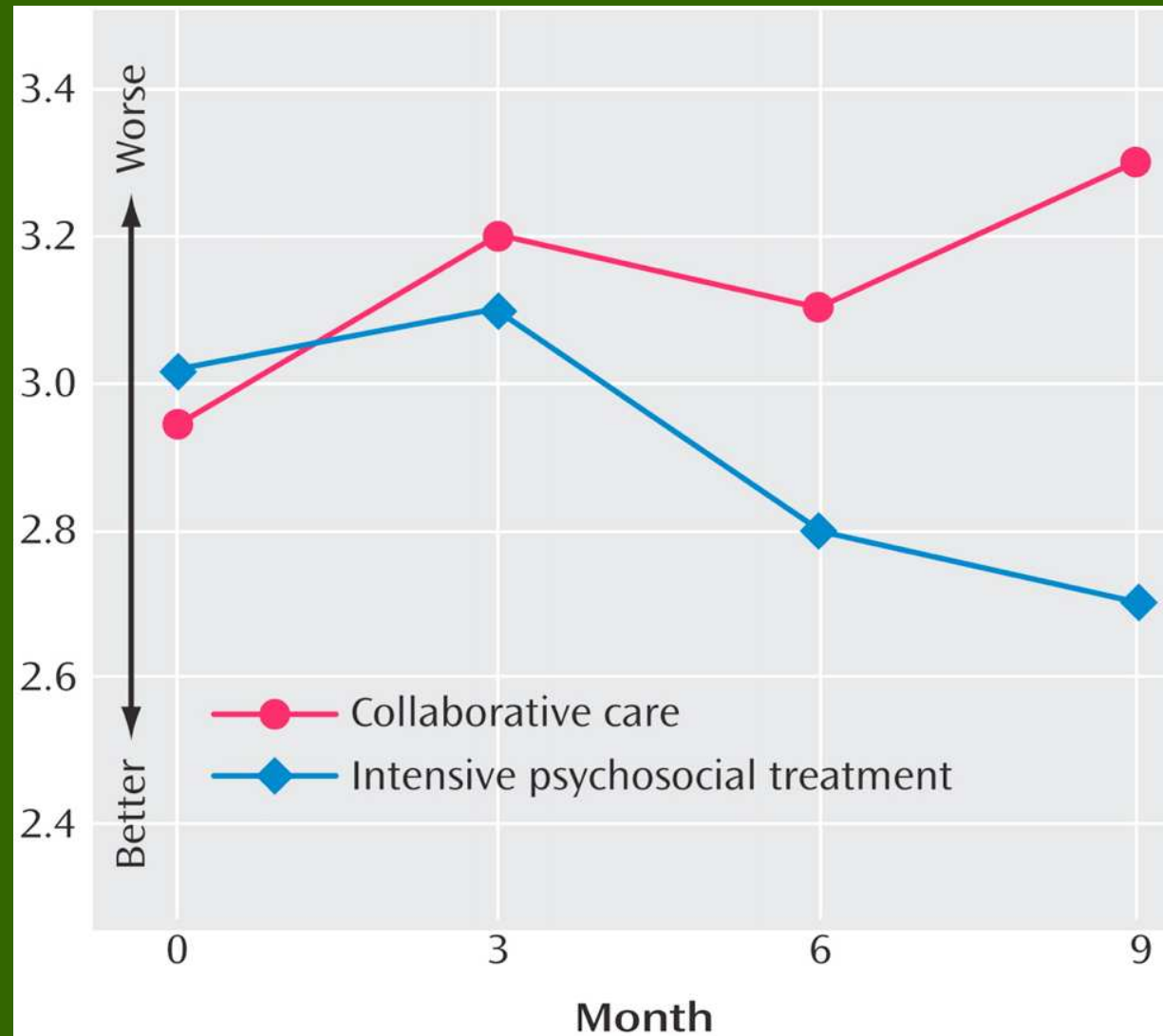
- 👉 Absence d'autocritique (ne reconnaît pas la maladie)
- 👉 Impression de pouvoir contrôler seul les symptômes --> abandon du traitement
- 👉 Les traitements ont parfois des effets secondaires
- 👉 « je ne veux pas ressembler à mon père, qui prenait du lithium... »
- 👉 Manie/hypomanie = sentiment de toute-puissance et d'excitation --> les médicaments vont empêcher cet état d'euphorie

La psychothérapie serait-elle efficace?

- 👉 Oui - mais toujours associée à la médication
- 👉 4 formes d'approches psychosociales ont démontré leur efficacité
 - La psychoéducation
 - La psychothérapie interpersonnelle modifiée (IPSRT)
 - La thérapie cognitivo-comportementale
 - La thérapie centrée sur la famille



La psychothérapie serait-elle efficace?



Questionnaire de dépistage du trouble bipolaire

A. <input type="checkbox"/>	Avez-vous déjà connu une période dans votre vie où vous n'avez pas été comme vous êtes d'habitude, et où ... <input type="checkbox"/>	Oui <input type="checkbox"/>	Non <input type="checkbox"/>
1. <input type="checkbox"/>	...vous vous êtes senti tellement bien, tellement excité que les autres ont pensé que vous n'étiez pas comme vous êtes normalement, ou tellement excité que cela vous a amené des problèmes? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. <input type="checkbox"/>	...vous avez été irritable au point de crier après les gens ou de provoquer des disputes ou des bagarres? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. <input type="checkbox"/>	...vous avez eu beaucoup plus confiance en vous que d'habitude? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. <input type="checkbox"/>	...vous avez dormi beaucoup moins sans vraiment ressentir que vous manquiez de sommeil? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. <input type="checkbox"/>	...vous avez parlé plus vite ou beaucoup plus que d'habitude? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. <input type="checkbox"/>	...vos pensées sont allées très vite et vous avez été incapable de les ralentir? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. <input type="checkbox"/>	...vous avez été facilement distrait par tout ce qui se passait autour de vous, au point d'avoir du mal à vous concentrer ou à maintenir la direction de vos pensées? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. <input type="checkbox"/>	...vous avez eu beaucoup plus d'énergie que d'habitude? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. <input type="checkbox"/>	...vous avez été beaucoup plus actif ou vous avez fait beaucoup plus de choses que d'habitude? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. <input type="checkbox"/>	...vous avez été beaucoup plus sociable ou extraverti que d'habitude, par ex: vous avez téléphoné à des amis au milieu de la nuit? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. <input type="checkbox"/>	...vous avez été beaucoup plus intéressé par le sexe que d'habitude? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. <input type="checkbox"/>	...vous avez fait des choses inhabituelles pour vous ou que les autres auraient pu trouver excessives, bizarres ou risquées? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. <input type="checkbox"/>	...vous avez dépensé beaucoup d'argent au point de vous amener des problèmes, à vous ou à votre famille? <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Questionnaire de dépistage du trouble bipolaire

B.☐	<p>Si vous avez répondu OUI à plus d'une réponse ci-dessus, est-ce que plusieurs de ces caractéristiques se sont produites durant la même période? <i>Encerclez une réponse.</i> ☐</p> <p>..... OUI NON ☐</p>	☐	☐
-----	--	---	---

C.☐	<p>À quel point ces comportements ou impressions vous ont-ils causé des problèmes? <u>Par exemple</u>: être incapable de travailler; avoir des problèmes familiaux, légaux, d'argent; avoir des disputes ou des bagarres? <i>Cochez une seule réponse.</i> ☐</p> <p>☐</p> <p><input type="checkbox"/> Aucun problème → → → → <input type="checkbox"/> Problème modéré ☐</p> <p>☐</p> <p><input type="checkbox"/> Problème mineur → → → → <input type="checkbox"/> Problème sérieux ☐</p> <p>☐</p>	☐	☐
-----	---	---	---

Questionnaire de dépistage du trouble bipolaire

Utilité: Questionnaire couramment utilisé et devenu un classique. Lorsqu'on soupçonne la présence de bipolarité de type I ou II. ¶

¶

Mode d'emploi: remplir le questionnaire le plus spontanément possible. Il faut environ 5 minutes pour le compléter. ¶

¶

Score: → Item A, réponse à 7 OUI ou plus; ¶
→ item B, réponse OUI; ¶
→ item C, problème modéré ou sérieux ¶

sont suggestifs de trouble bipolaire (type à déterminer selon histoire ou évolution). ¶



La psychothérapie serait-elle efficace? (suite)

- ✎ *La psychoéducation: Line Roy, M. Sc.*
- ✎ *La psychothérapie interpersonnelle modifiée (IPSRT): Jocelyne Julien, M. Ps.*
- ✎ La thérapie cognitivo-comportementale
- ✎ La thérapie centrée sur la famille





☞ *2ème partie: La psychoéducation*
Line Roy, M. Sc.

☞ *3ème partie: La psychothérapie
interpersonnelle modifiée (IPSRT)*
Jocelyne Julien, M. Ps



Ce n'est pas sorcier!

