

TROUBLES BIPOLAIRES*



DEFINITION

Anciennement appelé « troubles maniaco-dépressifs », le trouble bipolaire est une maladie psychiatrique qui entraîne des dérèglements de l'humeur. Ces derniers se manifestent par l'alternance de phases maniaques (euphorie, excitation, hyperactivité...) et dépressives (tristesse, nonchalance, pensées suicidaires...).

Il arrive à tout le monde de vivre des périodes de bonheur, de tristesse, d'excitation et d'être confronté à certaines difficultés. Cependant, dans le cas des troubles bipolaires, ces changements d'humeur sont démesurés et si intenses que la personne qui en souffre n'a pas conscience du caractère exagéré de ses réactions. Ces épisodes « maniaco-dépressifs » sont entrecoupés de périodes plus ou moins longues, pendant lesquelles l'humeur est normale et stable. Ce trouble entraîne de nombreux handicaps sociaux, professionnels, affectifs et peut conduire à une hospitalisation.

AIDES MOBILISABLES

- Adaptation de l'organisation de travail (pauses aménagées, adaptation de planification...)
- Soutien des équipes médico-sociales lors des phases de crise
- Sensibilisation de l'encadrement et de l'équipe avec l'accord du collaborateur
- Aménagement des missions (contenu, délais et échéances...)
- Accompagnement du psychologue du travail
- Accompagnement du manager / du collaborateur par un cabinet spécialisé etc...

Aides mobilisables réservées aux travailleurs handicapés dans les limites des conditions et du budget de l'accord relatif à l'insertion et au maintien dans l'emploi des travailleurs handicapés en accord avec la médecine du travail (liste d'aide non exhaustive)

FACTEURS DECLENCHANTS

Les causes de cette maladie sont encore inconnues. Elles sont probablement multifactorielles, faisant intervenir des facteurs génétiques et environnementaux. Toutefois, des éléments extérieurs peuvent favoriser ou déclencher la maladie tels que :

- le stress quelles qu'en soient les causes
- la consommation d'alcool, de tabac et/ou de drogues
- la survenue d'une maladie: (ex. : hyperthyroïdie)
- le manque de sommeil...

CONSEQUENCES

Phase dépressive :

- Sentiment de tristesse
- Perte de l'intérêt
- Perte d'énergie / Fatigue
- Baisse de concentration
- Retrait social / Agressivité...

Phase maniaque :

- Energie débordante
- Trouble du sommeil
- Hausse de l'activité sociale
- Distractivité
- Agitation psychomotrice...

CONSEIL DE L'EXPERT

« Il est nécessaire de bien connaître la maladie pour l'accepter et apprendre à vivre avec. Cette première étape favorisera l'acceptation du traitement et la mise en place d'une psychothérapie. De plus, chaque cas est spécifique et les traitements comme les aménagements le sont aussi. Il ne faut donc pas hésiter à demander l'aide des équipes médico-sociales afin de trouver ensemble la meilleure adéquation entre ses troubles et sa vie personnelle comme professionnelle. »

Ergonome Bouygues Telecom – Erao Synergie



LE CAS DE MARC

Dans l'épisode BD n°5 des aventures de Marc & Andy, nous découvrons que Marc est sujet à d'importants troubles bipolaires, car Andy joue avec ses sentiments. Après de nombreuses péripéties, Marc se décide à **déclarer son handicap**. La Mission handicap peut alors l'accompagner avec l'appui de la médecine et du psychologue du travail. Marc bénéficie d'un **accompagnement dédiée auprès du psychologue du travail**, suivie d'une **sensibilisation de l'équipe** afin d'être mieux compris par ses collègues. Andy se met alors à broyer du noir, tandis que Marc peut enfin voir la vie en rose.

SOURCES**

- Assurance Maladie. Troubles bipolaires [en ligne]. Ameli-sante, mise à jour le 19 août 2015 [consulté le 26 octobre 2015]. Disponible sur : <http://www.ameli-sante.fr/troubles-bipolaires/les-symptomes-du-trouble-bipolaire.html>
- Les troubles bipolaires [en ligne]. PasseportSanté.net, mise à jour en janvier 2015 [consulté le 26 octobre 2015]. Disponible sur : http://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=troubles_bipolaires_douglas_pm
- Troubles bipolaires [en ligne]. Le Douglas, mise à jour 15 juin 2015 [consulté le 27 octobre 2015]. Disponible sur : <http://www.douglas.qc.ca/info/troubles-bipolaires>



*Les fiches Maladies sont des fiches informatives qui ne peuvent être considérées comme exhaustives et qui en conséquence doivent faire l'objet de vérifications. En aucun cas, ces informations ne peuvent se substituer à un avis médical.

** les liens hypertextes menant vers d'autres sites ne sont pas mis à jour de façon continue. Il est possible qu'un lien devienne introuvable. Veuillez alors utiliser les outils de recherche pour retrouver l'information désirée.