

Les troubles bipolaires

Aujourd'hui en France, 2% de la population, soit près de 1,3 million de personnes sont atteintes de troubles bipolaires. 25% ont fait des tentatives de suicide, lesquelles sont fatales dans 20% des cas.

Les troubles bipolaires, une maladie mal comprise

Les troubles bipolaires appartiennent à la catégorie des troubles de l'humeur. Ils se caractérisent par une **alternance de phases dépressives et de phases d'exaltation** (dites maniaques) qui va entraîner des troubles importants au niveau de la pensée, des actes, des émotions, du comportement et de l'état physique. Ces épisodes sont entrecoupés de périodes pendant lesquelles on peut observer, chez certains, la persistance de troubles tels que difficultés de sommeil, hyper réactivité émotionnelle, troubles cognitifs... **Maladie grave, invalidante et chronique**, les troubles bipolaires connaissent un **pic d'apparition chez les 15- 25 ans**. Il est aujourd'hui encore difficile de poser un diagnostic, ce qui retarde la prise en charge et son efficacité. Les conséquences sont désastreuses tant sur le pronostic de la maladie que sur la qualité de vie des patients chez lesquels on observe des taux élevés de chômage, ruptures familiales, dépendance à l'alcool et à la drogue et tentatives de suicide.

Rétablissement des patients

Si on ne sait pas guérir cette maladie, **elle peut néanmoins être stabilisée** et un certain nombre de patients savent la gérer et avoir une qualité de vie normale.

L'acceptation de la maladie, la restauration de l'espoir, le soutien par les pairs et les proches comptent parmi les clés du rétablissement.

La qualité des soins et les nouvelles voies thérapeutiques issues de la recherche constituent l'autre pilier d'une prise en charge de qualité des patients.

Les clés du rétablissement

- Améliorer le diagnostic précoce

Les cinq premières années de la maladie sont considérées comme une phase critique au cours de laquelle les chances de rémission sont les plus grandes et la réponse aux traitements la meilleure. Or, aujourd'hui il s'écoule environ **10 ans entre un premier épisode et l'instauration d'un traitement adapté**.

- Promouvoir une prise en charge personnalisée des patients

A l'issue du diagnostic, la mise en œuvre d'une prise en charge adaptée est une autre clé du succès. Elle doit permettre de :

- **traiter les comorbidités somatiques**, (les autres maladies qui apparaissent souvent chez les bipolaires, telles le surpoids, le diabète, les maladies cardio-vasculaires) responsables d'une mortalité prématurée de ces patients.
- **aider les patients à mieux prendre leurs traitements**
- **améliorer la qualité de vie des patients**. Nombreux sont les patients à se plaindre de déficits cognitifs ou de troubles du sommeil.

Des stratégies thérapeutiques existent, ciblées en fonction du profil des patients.

- Aider le patient à être acteur de sa maladie

Les programmes **d'éducation thérapeutique** leur permettent de gérer la maladie au quotidien, en complément de la médication et des thérapies.

Ce que fait la Fondation FondaMental

- Aider la recherche

La Fondation FondaMental réunit toutes les expertises scientifiques nécessaires pour mieux comprendre les mécanismes qui sous-tendent les troubles psychiatriques majeurs, améliorer les outils diagnostiques et découvrir de nouvelles voies thérapeutiques. Génétique, épidémiologie, immunologie, imagerie cérébrale, sociologie, psychologie, sciences cognitives (...) nourrissent une recherche de pointe en psychiatrie. Pour ce faire, la Fondation FondaMental réunit 72 équipes de recherche, 33 services hospitaliers et 2 plateformes technologiques. Elle développe également des collaborations scientifiques internationales, avec un programme d'actions validé par un conseil d'experts.

- Informer et sensibiliser

La Fondation FondaMental s'est également donné pour objectif de lutter contre les idées reçues qui entourent les troubles psychiatriques majeurs. Son ambition : améliorer les connaissances du grand public, faciliter l'accès aux soins et en finir avec le sentiment de honte que ressentent trop souvent les malades et leurs familles.

Comment ? En diffusant la parole de ses experts lors de débats publics, en mobilisant les médias sur ses thématiques, ou encore en produisant des enquêtes pour sensibiliser le grand public comme les pouvoirs publics.

- Soigner

Dans le cadre de sa mission de soin, la Fondation FondaMental est à l'origine d'un modèle innovant de prise en charge des patients : les Centres Experts FondaMental.

Etroitement associés à des projets de recherche d'envergure, les 37 Centres Experts FondaMental, hébergés au sein de services hospitaliers, réunissent des équipes médicales pluridisciplinaires qui partagent, partout en France, les mêmes outils cliniques et d'évaluation des patients. Le but : rendre possible le recueil de données médicales et biologiques comparables, essentiel au progrès des connaissances. L'analyse de ces données, anonymes, participe à l'émergence d'une médecine personnalisée en psychiatrie, à même de proposer des stratégies thérapeutiques sur-mesure en fonction du profil des patients.

- Former

La Fondation FondaMental conduit plusieurs actions de formation des personnels de santé, notamment :

- Développement de formations consacrées aux troubles bipolaires et à la dépression résistante en partenariat avec le Collège des Hautes Etudes en Médecine (CHEM).
- Sessions de formation médicale continue lors des Congrès Français de Psychiatrie.
- Rédaction d'articles, de dossiers ou de numéros spéciaux dans des revues à destination du corps médical.

- 2% de la population, soit **près de 1,3 million de Français** sont atteints de troubles bipolaires
- La **génétique** pèse pour 60% dans **l'origine des troubles**
- **25%** ont fait des tentatives de **suicide**
- **6ème cause de handicap** dans le monde
- **10 ans : délai moyen** entre un premier épisode et l'instauration d'un traitement adapté
- **l'espérance de vie** est réduite de 10 à 20 ans en moyenne
- **20% de ces malades souffrent d'un syndrome métabolique** (hypertension, obésité, diabète,...), soit le double de la population générale, et **les 2/3 d'entre eux ne reçoivent pas de traitement adéquat** pour ces pathologies
- **Près de 50% des patients atteints de troubles bipolaires présentent une irrégularité dans le suivi de leur traitement** dès lors qu'ils sont stabilisés ou peu symptomatiques
- **30 à 50% des malades souffrent de déficits cognitifs** (mémoire verbale, attention,...)
- Plus de 8 patients sur 10 ayant un trouble bipolaire en rémission ont une **mauvaise qualité de sommeil**, plus de la moitié souffrent **d'insomnie**, et un sur 10 présente un syndrome de **retard de phase de sommeil**.
- 40% des dépressifs pourraient en réalité souffrir de bipolarité sans être diagnostiqués.