

N° 96 /// Novembre-décembre 2013

Diagonales

Magazine romand de la santé mentale

Dossier

La cyclothymie: une maladie?



graap

fondation
groupe d'accueil et
d'action psychiatrique

4 Dossier
La cyclothymie:
une maladie?
Les personnes qui souffrent de cyclothymie peuvent fonctionner en général, dans la société, sans vivre de crises graves. Pourtant, ne trouvant jamais de juste milieu, elles doivent sans cesse supporter leurs changements d'humeur, ce qui les fragilise et péjore la qualité de leur vie.

9 La psychiatrie ailleurs
Santé mentale en Bosnie
Rencontre à Lausanne avec une délégation de professionnels enthousiastes qui font partie du projet de réorganisation de la santé mentale en Bosnie-Herzégovine.

10 Actuel
Les défis de l'âge avancé
Entretien avec le professeur Armin von Gunten, à l'occasion du 50^e anniversaire du Service universitaire de psychiatrie de l'âge avancé (SUPAA), à Lausanne

12 Lieux de soins
La psychiatrie de l'Est vaudois

15 Agenda
Quelques idées pour bien vivre les Fêtes

16 Entretien
Parole au médecin cantonal du Valais

Brèves de la Coraasp

18 Eclairage
Les psychothérapies d'aujourd'hui

20 Diagnostic
Le trouble de la personnalité borderline

22 Aigre-doux
La thérapie par la validation
Expositions

23 Adresses et activités des membres de la Coraasp

22 Agenda du Graap-Fondation



QUAND L'HUMEUR BALANCE...

La cyclothymie est-elle une maladie en soi ou est-elle plutôt une forme atténuée, voire l'«antichambre» de la bipolarité? Comment la diagnostiquer et la traiter? A partir de quel moment les oscillations de l'humeur sont-elles considérées comme pathologiques? Le dossier de «Diagonales» consacré à la cyclothymie montre un trouble complexe, insuffisamment diagnostiqué, fréquemment associé à d'autres problèmes. Une

maladie qui se vit bien souvent sans dire son nom, mais qui rend néanmoins très difficile la vie des personnes concernées.

Les témoignages de Philippe et Régis Blain illustrent bien les différentes facettes de la cyclothymie. Chacun à leur manière, ils évoquent un combat au jour le jour pour surmonter les difficultés, se maintenir dans la société, gérer leur maladie. Derrière leur pudeur, on sent beaucoup de souffrance, une hypersensibilité les rendant vulnérables à leur environnement, mais aussi de l'empathie, une ouverture vers les autres et une forte créativité. Des atouts qui sont de véritables ressources.

Les personnes vivant avec une cyclothymie marchent néanmoins sur un fil, à l'instar de leurs pairs qui ont un trouble de la personnalité borderline, auxquels «Diagonales» consacre un article dans ce numéro. Eux aussi oscillent entre haut et bas, entre ombre et lumière, euphorie et état dépressif. Leur diagnostic est lui aussi difficile à établir, la maladie étant souvent accompagnée de troubles associés. Selon certains chercheurs, de nombreuses personnes considérées comme borderline devraient d'ailleurs plutôt être décrites comme cyclothymiques.

Entre les montagnes russes de l'humeur, celles de la personnalité et la couleur que donne le tempérament à l'ensemble, une palette infinie de possibilités et de nuances se dessine. Trouver sa propre teinte peut s'avérer long et fastidieux. Ce chemin est capital pour se rétablir, mais il doit rester à sa place: celle d'un outil. L'essentiel reste bel et bien de vivre sa vie le mieux possible, malgré les hauts et les bas.

Stéphanie Romanens-Pythoud

DÈS LE 3 DÉCEMBRE

Nouveaux numéros de téléphone

Dès le 3 décembre 2013, le Graap-Fondation change de numéros de téléphone

Grand Lausanne
Réception - Administration
Tél. 021 643 16 00

La Roselière - Yverdon-les-Bains
Tél. 021 643 16 70

La Berge - Nyon
Tél. 021 643 16 60

La Rive - Montreux
Tél. 021 643 16 40

Le Cybermag - Prilly
Tél. 021 643 16 85

Pour retrouver vos contacts ateliers, consultez notre site www.graap.ch

VIENT DE PARAÎTRE

«Droit de la protection de l'adulte: les notions de base»

Favoriser l'autodétermination, adopter une approche «sur mesure» sont quelques-uns des objectifs de la révision de la loi sur la protection de l'adulte.

Pour comprendre les nouveautés du Code civil (nouveau système de curatelles et mesures de protection revisitées), consultez le document, clair et accessible, élaboré par Colette Pauchard, professeure à l'EESP.

A télécharger sur www.graap.ch.