

Enquête

« Extérieur jour », de
Dorothy Shoes, 2011.



NON, NOUS NE SOMMES PAS TOUS BIPOLAIRES

DE BRITNEY SPEARS À JIM CARREY, PAS UNE SEMAINE NE se passe sans que des people « révèlent » leur bipolarité. Une jeune actrice peut se dire « bipolaire » parce qu'elle aime sauter d'un rôle à l'autre. Le finaliste américain de « Master-Chef » justifie avoir attaqué un policier à cause de son trouble. Les sites font des listes recensant les « dix people » ou les « dix génies » bipolaires (de Mozart à Gérard Garouste, en passant par Van Gogh et Picasso). L'agent de la CIA Carrie Mathison dans la série « Homeland » et l'ex-prof Pat Solitano dans « Happiness Therapy » sont —>

Ce terme désignant un grave trouble mental est utilisé à tout bout de champ. Cet abus de diagnostic cache-t-il une offensive commerciale des labos ?

aussi sous lithium. Sur la Toile, au cinéma, à la télé... impossible d'y échapper. Rien qu'en France, une cinquantaine de livres sur le sujet sont sortis ces trois dernières années.

Après l'âge de la dépression, dans les années 80-90, « nous vivons à l'ère bipolaire », affirme le psychanalyste anglais Darian Leader, qui lance le débat dans son nouveau livre (1). Aux Etats-Unis, « on prescrit cinq fois plus de stabilisateurs d'humeur aux enfants qu'il y a vingt ans » et « on estime à 25 % la part de la population qui souffrirait d'une forme de bipolarité, dénonce-t-il. La question n'est plus de savoir si l'on est bipolaire, mais quelle sorte de bipolaire on est. » Dans une Amérique obsédée par la réussite, l'énergie survoltée et la confiance inébranlable en soi, qui peuvent être les symptômes d'une crise maniaque, sont valorisées, perçues comme des atouts pour grimper. Quitte à se crasher ou finir en burn-out : la dépression grave, côté pile de la bipolarité, est généralement passée sous silence.

Par quel tour de passe-passe les maniaque-dépressifs sont-ils devenus bipolaires, catégorie fourre-tout dans laquelle chacun semble se reconnaître ? Ce relookage s'est opéré dans les années 90, quand le « DSM », manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux publié par l'Association américaine de psychiatrie, a supprimé la psychose maniaque-dépressive – étiquette jugée trop stigmatisante – pour la remplacer par un spectre de troubles de l'humeur. Avec d'énormes enjeux économiques derrière. « C'est au moment où expiraient les brevets sur les antidépresseurs qui se vendaient le mieux que la bipolarité est devenue la priorité de l'industrie pharmaceutique », pointe du doigt Darian Leader. Les thymorégulateurs sont arrivés en masse sur le marché pour concurrencer le lithium, qui a fait ses preuves mais ne pouvait faire l'objet d'un brevet. « On a emballé la bipolarité pour vendre sa solution », critique le psychanalyste anglais.

Actuellement, seuls deux troubles bipolaires sont reconnus par le « DSM », les types 1 et 2, mais des psychiatres américains et suisses ne cessent de « découvrir » de nouvelles formes. Le type 1 correspond à la maniaque-dépression traditionnelle, caractérisée par une phase d'excitation maniaque et insomniaque d'au moins une semaine, une fuite des idées et des mots, une euphorie exubérante, un sentiment de toute-puissance et d'hyper-connexion au monde, suivie d'une plongée dans la dépression. Le type 2 ou hypomanie, une forme atténuée, à la durée plus courte, comprend elle aussi une phase d'excitation puis de dépression. Problème : « La définition relativement peu précise du type 2 laisse une grande part d'interprétation au médecin, déplore Patrick Landman, psychiatre, psychanalyste et président de l'association Stop DSM. Il n'est pas à exclure que l'on

assiste à une épidémie de bipolarité, due à de faux diagnostics. » Surtout si, sous la pression de psychiatres comme l'Américain Hagop Akiskal, une référence en la matière, de nouvelles sous-catégories finissent par être reconnues : les types 3, 4, 5, et aussi les 2,5 et 3,5 aux définitions très controversées...

En France, nous sommes encore loin de l'explosion de diagnostics enregistrée aux Etats-Unis. « Certains psychiatres n'hésitent pas à estimer, dans la lignée du Pr Akiskal, que 5 à 10 % de la population est bipolaire, soit 3 à 6 millions de Français, explique le psychiatre Thierry Haustgen (2). Mais le consensus est plutôt que 1 % de la population souffre de maniaque-dépression, des cas incontestables qui justifient un traitement, et que 5 % sont atteints de troubles bipolaires. » Paradoxalement, le trouble maniaque-dépressif est plutôt sous-évalué. Il faut en moyenne huit à dix ans, en France, pour qu'un diagnostic soit posé. Dix longues années pendant lesquelles les patients mal traités peuvent se retrouver à l'hôpital, voire se suicider (lire encadré). 40 % des dépressions seraient des troubles bipolaires non diagnostiqués. Pour parler ce manque, huit centres experts « qui font un travail remarquable », souligne Patrick Landman, ont ouvert dans l'Hexagone.

A l'inverse, « de plus en plus de patients sont persuadés d'être bipolaires, alors qu'ils souffrent de tout autre chose », observe Raphaël Giachetti (3), psychiatre. Alors, comment savoir si nos oscillations d'humeur relèvent de la pathologie ? Il faut repérer s'il y a eu une rupture par rapport à un état habituel. « Si l'on a toujours été exubérant et euphorique, il ne s'agit pas de bipolarité, mais de personnalité. » En revanche, si, après un cycle de manie et de dépression suivi d'une période de rémission (et non de « guérison » car l'on ne guérit jamais), on se sent partir dans les

hauteurs, il faut consulter. Les observations de l'entourage sont alors d'un grand secours. « On est bipolaire à vie », rappelle Thierry Haustgen. Quoi qu'en dise la pop culture, ce n'est pas un trouble à prendre à la légère. ISABELLE DURIEZ

(1) Auteur de « Bipolaire, vraiment ? » (Albin Michel). (2) Auteur de « Idées reçues sur les troubles bipolaires » (Le Cavalier bleu). (3) Auteur de « La maladie bipolaire expliquée aux souffrants et aux proches » (Odile Jacob).

Marie et Hélène

Avant d'être diagnostiquée « maniaque-dépressive », à 30 ans, Marie Alvery a été hospitalisée trois fois, dont deux après des crises délirantes à la date anniversaire de son accouchement d'un bébé mort-né. Il aura fallu quatre autres hospitalisations pour que, avec le bon traitement, une psychanalyse et une psychothérapie, elle reconnaisse les signaux de la manie et reprenne une vie presque normale. « Je suis aujourd'hui "bipolaire de type 1", je préfère ce terme car il évacue l'idée de psychose », explique-t-elle, stabilisée depuis cinq ans. Avec Hélène Gabert, atteinte d'hypomanie (type 2), elles racontent leur vie dans « J'ai choisi la vie, être bipolaire et s'en sortir » (éd. Payot). Hélène : « Je n'ai jamais perdu contact avec la réalité, ni été à l'hôpital, mais l'hypomanie est épuisante. » Elle vit des périodes d'euphorie où elle dort trois ou quatre heures, puis s'écroule comme s'il n'y avait « plus de jus ». La dernière fois, elle a mis deux ans à reprendre pied. Avec une hygiène de vie contraignante, une activité sportive qui met à profit son trop-plein d'énergie, elle tient la maladie à distance.