

## Communiqué de presse

Le 30 mars 2023

**Sous embargo jusqu'au jeudi 30 mars 2023 à 12h00 CET**

### L'association Bipolarité France et ses partenaires publient un rapport sur l'importance du diagnostic chez les personnes atteintes d'un trouble bipolaire

*Pour 1/3 des répondants, le diagnostic aura été confirmé plus de 10 ans après les premiers symptômes*

*Le retard de diagnostic a, pour 68 % des répondants, un impact sur la vie privée et la vie professionnelle*

- Si la littérature scientifique évoque entre 8 et 10 ans pour diagnostiquer un trouble de la bipolarité<sup>1</sup>, il est intéressant de regarder au-delà de cette moyenne : certains témoignages parlent de 10 ans, 15 ans, voire 20 ans...
- C'est ce constat qui a mené l'association Bipolarité France et ses partenaires, Unafam, Fondation Pierre Deniker et Bipolar UK, à lancer une enquête auprès des personnes atteintes d'un trouble bipolaire, afin de récolter un ensemble de données permettant de mieux comprendre les enjeux du diagnostic.
- A l'occasion de la journée mondiale des troubles bipolaires, le 30 mars 2023, Bipolarité France et ses partenaires publient le rapport qui révèle les résultats de l'enquête<sup>2</sup>, dresse un tableau détaillé des troubles bipolaires, et émet 10 recommandations à destination des pouvoirs publics et des professionnels de santé pour réduire le temps de diagnostic et améliorer la prise en charge des patients.

#### Des premiers symptômes au diagnostic : un chemin souvent long et vertigineux

Le trouble bipolaire est une maladie psychiatrique chronique caractérisée par des troubles récurrents de l'humeur. Les personnes atteintes d'un trouble bipolaire alternent épisodes maniaques, hypomaniaques, dépressifs ou mixtes. La littérature scientifique nous apprend que les premiers symptômes du trouble bipolaire apparaissent en général entre 15 et 25 ans<sup>3</sup>. **Du côté des répondants de l'enquête, 19 % évoquent une apparition des premiers symptômes avant 15 ans, 32 % entre 15 et 20 ans, et 17 % entre 21 et 25 ans.**

Le trouble bipolaire est une maladie extrêmement complexe avec des causes multifactorielles : des facteurs génétiques, biologiques, psychologiques et socio-environnementaux sont impliqués. Même si l'on ne peut pas affirmer avec certitude l'origine de ce trouble, il semblerait qu'il existe une forte prédisposition familiale. En effet, le risque de développer un trouble bipolaire est 10 fois supérieur à celui de la population générale lorsqu'un parent du premier degré est atteint<sup>4</sup>. L'environnement peut jouer également un rôle dans le déclenchement du trouble.

Les répondants ont été interrogés sur les événements qui auraient été, selon eux, déclencheurs des premiers symptômes du trouble de la bipolarité. **Si sans surprise, un traumatisme (de façon général) serait déclencheur chez 39 % des personnes interrogées, d'autres répondants évoquent l'arrivée d'un enfant (9 %), de mauvaises conditions de travail (19 %), une période d'examen (13 %), un départ du domicile familial pour les études (11 %), ou même encore un déménagement (10 %).** Ces données nous montrent qu'en fonction de l'état émotionnel de la personne, un événement qui peut sembler au premier abord assez « classique » dans une vie, peut en réalité provoquer des conséquences dramatiques et être potentiellement déclencheur d'un trouble mental, ici le trouble bipolaire. Ces données empiriques montrent qu'un changement de vie, quel qu'il soit, n'est pas à prendre à la légère et que le moindre dérèglement de l'humeur doit alerter et être pris en charge, voire diagnostiqué s'il s'agit d'un trouble mental.

#### Le diagnostic des troubles bipolaires : un enjeu majeur de santé publique

Les répondants sont catégoriques : le retard de diagnostic a eu des conséquences lourdes dans leur vie, et notamment au niveau des relations. **En effet, 72 % des répondants affirment que le retard de**

<sup>1</sup> Haute Autorité de Santé. Troubles bipolaires : repérage et diagnostic en premier recours. Juin 2014

<sup>2</sup> Enquête menée en ligne du 20 décembre 2022 au 19 février 2023 sur le site de l'association Bipolarité France. 1204 personnes diagnostiquées pour un trouble bipolaire ont répondu aux 20 questions.

<sup>3</sup> Ameli. Comprendre le trouble bipolaire. 11 mai 2021

<sup>4</sup> GHU Paris Psychiatrie & Neurosciences. Les troubles bipolaires.

*diagnostic a eu un impact au niveau des relations personnelles. 69 % ont également évoqué un impact sur leur santé mentale, suivi de près par des pensées suicidaires (61 %) : un retard de diagnostic qui n'a donc fait qu'aggraver la situation de ces personnes déjà en détresse. 44 % ont perdu leur emploi ou abandonné leurs études, quand d'autres sont passées à l'acte et ont tenté de se suicider (36 %).*

A ce jour, il n'existe pas d'outil d'évaluation objectif pour le diagnostic du trouble de la bipolarité. Le diagnostic des troubles bipolaires repose uniquement sur un examen clinique psychiatrique du patient, réalisé par un médecin spécialiste à l'aide de questionnaires et de diverses échelles validées<sup>5</sup>. A partir des symptômes rapportés et des signes observés, le médecin peut poser le diagnostic de trouble de la bipolarité. Le diagnostic est généralement long et complexe : or, détecté tardivement, ce trouble peut avoir des répercussions très néfastes pour la santé mentale et physique des patients, pour leurs aidants et plus généralement dans les sphères familiale, sociale, et professionnelle.

Si le trouble de la bipolarité est si difficile à diagnostiquer, c'est parce qu'il est souvent confondu avec la dépression. Il y a plusieurs raisons à cela<sup>6</sup> : une majorité de personnes consultent en phase dépressive (c'est souvent le symptôme qui s'exprime en premier lieu) ; le début des états maniaques peut ne pas être alarmant au premier abord ; il peut y avoir une confusion avec la schizophrénie ; l'abus de toxiques peut masquer d'autres symptômes ; les variations de l'humeur à l'adolescence peuvent être perçues comme normales et/ou transitoires<sup>1</sup>. **Plus d'1/3 (37 %) des répondants de l'enquête évoquent la présence unique d'épisodes dépressifs (sans épisodes maniaques) comme cause principale du retard de diagnostic.**

Aujourd'hui, il y a urgence à poser un diagnostic rapidement car la personne avec un mauvais diagnostic peut recevoir un traitement inapproprié qui ne soulagera pas ses symptômes, et pourra même aggraver son état de santé physique et mental. Les pathologies de bipolarité et de dépression ne répondant pas aux mêmes traitements, le mauvais diagnostic peut aussi favoriser les comportements à risque (abus d'alcool et d'autres substances par exemple) et également augmenter le risque de suicide.

**Il aura fallu entre 2 à 5 ans pour obtenir la confirmation du diagnostic à 50 % des personnes interrogées, 5 à 10 ans pour 18 %, 10 à 15 ans pour 11 %. Pour 20 % des répondants, le diagnostic aura été confirmé plus de 15 ans après l'apparition des premiers symptômes.**

## **10 recommandations pour réduire le temps de diagnostic des troubles bipolaires et améliorer la prise en charge**

Conscients de l'enjeu que représente le diagnostic des troubles bipolaires, l'association Bipolarité France et ses partenaires ont émis 10 recommandations actionnables à court, moyen et long termes pour réduire le temps de diagnostic et améliorer la prise en charge :

1. Sensibiliser le grand public au trouble bipolaire
2. Soutenir l'innovation au service des patients.
3. Augmenter le nombre d'heures de formation dédiées à la santé mentale et au diagnostic des pathologies mentales dans le cadre des formations initiale et continue obligatoires des professionnels de santé.
4. Redonner goût à la psychiatrie.
5. Encourager la psychiatrie de précision.
6. Sensibiliser les médecins généralistes aux enjeux de la symptomatologie du trouble bipolaire difficile à différencier de la dépression, ainsi qu'à l'enjeu du diagnostic précoce pour la santé mentale et physique de leurs patients.
7. Créer un véritable écosystème autour des troubles bipolaires.
8. Former l'entourage pour qu'il puisse mieux accompagner et soutenir.
9. Démocratiser l'utilisation du digital en psychiatrie.
10. Faire évoluer le rôle du psychologue.

**Le rapport complet est disponible sur le site de l'association Bipolarité France : <https://bipolaritefrance.com/>**

<sup>5</sup> <https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm/educational-resources/dsm-5-fact-sheets>

<sup>6</sup> HAS. Troubles bipolaires : diagnostiquer plus tôt pour réduire le risque suicidaire. 6 octobre 2015

---

## Contact presse

Merryl Marcout, [merryl.marcout@gmail.com](mailto:merryl.marcout@gmail.com), 06 11 19 45 33

### A propos de Bipolarité France

L'association Bipolarité France accompagne et soutient les patients atteints de troubles bipolaires. Composée uniquement de patients experts, Bipolarité France agit pour que les personnes atteintes de troubles bipolaires deviennent acteurs de leur maladie, et auteur de leur vie.

Les missions de l'association sont les suivantes :

- L'accompagnement des patients et des aidants ;
- Le déploiement de solutions innovantes et digitales pour détecter par anticipation les signes de reprise de la maladie ;
- La lutte contre l'exclusion et la stigmatisation en faisant connaître la pathologie, et aider ainsi les patients à se réinsérer socialement et professionnellement.

Pour en savoir plus : <https://bipolaritefrance.com/>

### A propos de l'Unafam

L'Unafam, association reconnue d'utilité publique, accompagne l'entourage des personnes vivant avec des troubles psychiques depuis 1963. Accueillir, soutenir, former, se battre pour l'effectivité des droits des personnes concernées et de leurs familles et lutter contre les préjugés sont les missions auxquelles s'attèlent, sur tout le territoire, 1 600 bénévoles formés, avec l'aide de professionnels. Nous rassemblons plus de 15 000 adhérents et nous proposons un accompagnement par des pairs dans 300 points d'accueil, pour briser l'isolement et permettre de retrouver la force d'avancer.

Pour en savoir plus : <https://www.unafam.org/>

### A propos de la Fondation Pierre Deniker

Créée en 2007 par les professeurs Henri Lôo et Jean-Pierre Olié et reconnue d'utilité publique, la Fondation Pierre Deniker a pour mission de soutenir la recherche en santé mentale et de sensibiliser le grand public aux troubles psychiques. Depuis sa création, elle a ainsi distribué plus de 2 millions d'euros auprès d'une cinquantaine de projets de recherche et a réalisé la première campagne nationale de sensibilisation sur la schizophrénie. Plus spécifiquement, les missions de la Fondation Pierre Deniker s'articulent autour de trois axes :

- Soutenir des programmes de recherche visant à améliorer les connaissances et développer les synergies pluridisciplinaires entre équipes de recherche
- Mettre à la disposition des citoyens les outils d'information qui sauront les aider à mieux gérer leur santé mentale
- Aider la société à modifier son regard sur les troubles mentaux.

Pour en savoir plus : <https://fondationpierredeniker.org/>

### A propos de Bipolar UK

Bipolar UK met en place des services à destination des patients atteints de troubles bipolaires, afin qu'ils puissent prendre leur vie en main.

Pour en savoir plus : <https://www.bipolaruk.org/>