



## Troubles de l'Humeur

### Episode maniaque et hypomaniaque

- **Hypomanie** : Troubles caractérisé par la présence d'une élévation **légère**, mais **persistante**, de **l'humeur**, de l'énergie et de l'activité, associée habituellement à un sentiment intense de bien-être et d'efficacité physique et psychique.

Il existe souvent une augmentation de la sociabilité, du désir de parler, de la familiarité, ou de l'énergie sexuelle et une réduction du besoin de sommeil. Les perturbations de l'humeur ou du comportement ne sont pas accompagnées d'hallucinations ou d'idées délirantes.

- **Manie** : Présence d'une élévation de l'humeur **hors de proportion** avec la situation du sujet, pouvant aller d'une jovialité insouciante à une agitation pratiquement incontrôlable. Cette élévation s'accompagne d'une augmentation d'énergie, entraînant une **hyperactivité**, un **désir de parler**, et une réduction du besoin de sommeil.

L'attention ne peut être soutenue et il existe souvent une distractibilité importante. Le sujet présente souvent une augmentation de l'estime de soi avec **idées de grandeur** et surestimation de ses capacités. La levée des inhibitions sociales normales peut entraîner des conduites imprudentes, déraisonnables, inappropriées ou déplacées.

### Troubles affectifs bipolaires

Trouble caractérisé par **deux ou plusieurs épisodes au cours desquels l'humeur et le niveau d'activité du sujet sont profondément perturbés**, tantôt dans le sens d'une élévation de l'humeur et d'une augmentation de l'énergie et de l'activité (hypomanie ou manie), tantôt dans le sens d'un abaissement de l'humeur et d'une réduction de l'énergie et de l'activité (dépression).

### Episode dépressif

Dans les épisodes typiques de chacun des **trois degrés de dépression : léger, moyen ou sévère**, le sujet présente **un abaissement de l'humeur, une réduction de l'énergie et une diminution de l'activité**.

Il existe une **altération de la capacité à éprouver du plaisir, une perte d'intérêt, une diminution de l'aptitude à se concentrer, associées couramment à une fatigue importante, même après un effort minime**.

On observe habituellement des **troubles du sommeil, une diminution de l'appétit**. Il existe presque toujours une **diminution de l'estime de soi et de la confiance en soi et fréquemment, des idées de culpabilité ou de dévalorisation**, même dans les formes légères.

L'humeur dépressive ne varie guère d'un jour à l'autre ou selon les circonstances, peut s'accompagner de **symptômes dits « somatiques »**, par exemple d'une perte d'intérêt ou de plaisir, d'un réveil matinal précoce, plusieurs heures avant l'heure habituelle, d'une aggravation matinale de la dépression, d'un ralentissement



psychomoteur important, d'une agitation, d'une perte d'appétit, d'une perte de poids et d'une perte de la libido. Le nombre et la sévérité des symptômes permettent de déterminer trois degrés de sévérité d'un épisode dépressif : léger, moyen et sévère.

- **Épisode dépressif léger** : Au moins deux ou trois des symptômes cités plus haut sont habituellement présents. Ces symptômes s'accompagnent généralement d'un sentiment de détresse, mais le sujet reste, le plus souvent, capable de poursuivre la plupart de ses activités.
- **Épisode dépressif moyen** : Au moins quatre des symptômes cités plus haut sont habituellement présents et le sujet éprouve des difficultés considérables à poursuivre ses activités usuelles.
- **Épisode dépressif sévère sans symptômes psychotiques** : Épisode dépressif dans lequel plusieurs des symptômes dépressifs mentionnés ci-dessus, concernant typiquement une perte de l'estime de soi et des idées de dévalorisation ou de culpabilité, sont marqués et pénibles. Les idées et les gestes suicidaires sont fréquents et plusieurs symptômes « somatiques » sont habituellement présents.
- **Épisode dépressif sévère avec symptômes psychotiques** : Épisode dépressif correspondant à la description d'un épisode dépressif sévère mais s'accompagnant par ailleurs, d'hallucinations, d'idées délirantes, ou d'un ralentissement psychomoteur ou d'une stupeur d'une gravité telle que les activités sociales habituelles sont impossibles. Il peut exister un danger vital en raison d'un suicide, d'une déshydratation ou d'une dénutrition. Les hallucinations et les idées délirantes peuvent être congruentes ou non à l'humeur.

## Troubles dépressifs récurrent

Trouble caractérisé par la **survenue répétée d'épisodes dépressifs**. Le trouble peut comporter de **brefs épisodes caractérisés par une légère élévation de l'humeur et une augmentation de l'activité (hypomanie)**, succédant immédiatement à un épisode dépressif et parfois déclenchés par un traitement antidépresseur.

## Troubles de l'humeur persistant

**Troubles de l'humeur persistants et habituellement fluctuants, persistent pendant des années et parfois pendant la plus grande partie de la vie adulte du sujet**, ils entraînent une souffrance et une incapacité considérables.

- **Cyclothymie** : Instabilité persistante de l'humeur, comportant de nombreuses périodes de dépression ou d'exaltation légère (hypomanie), mais dont aucune n'est suffisamment sévère ou prolongée pour justifier un diagnostic de trouble affectif bipolaire ou de trouble dépressif récurrent. Le trouble se rencontre fréquemment dans la famille de sujets ayant un trouble affectif bipolaire et certains sujets cyclothymiques sont eux-mêmes atteints ultérieurement d'un trouble bipolaire.
- **Dysthymie** : Abaissement chronique de l'humeur, persistant au moins plusieurs années mais dont la sévérité est insuffisante, ou dont la durée des différents épisodes est trop brève, pour justifier un diagnostic de trouble dépressif récurrent sévère, moyen ou léger.