



Compte-rendu du groupe de parole du 17 octobre 2009

### **Les effets secondaires du traitement**

:

#### Présentation de 2 nouveaux adhérents.

« J'ai des hauts et des bas, est-ce pour autant que je suis bipolaire »

« La bipolarité, c'est davantage dans les excès qui peuvent conduire à la désadaptation sociale »

« Il y a 6 mois que j'ai été diagnostiquée, j'étais aux prises d'achats compulsifs »

« Est-ce que les crises sont déclenchées par 1 événement ? »

« Pour moi, non, les événements accentuent mais ne déclenchent pas l'état »

« Je suis dans l'hyperactivité (j'assume 3 postes de travail), je combine, je suis excessive »

« En état maniaque, je me sens très mal. Les médicaments cassent la création et la capacité de travail. »

« C'est frustrant. J'écrivais, j'étais active. C'était fatigant pour moi et pour l'entourage. Tomber comme un feu, ça me fait peur. Les effets secondaires, ça casse »

« Mon conjoint a arrêté son traitement. Il ne supportait pas son manque de libido, sa prise de poids, la perte de son agressivité créatrice ».

Mon fils de 27 ans est hospitalisé depuis avril, il a pris 25 kg (Depakote, tercian). Il se sent mieux depuis qu'il prend un traitement (moins de phase maniaque, moins de dépression).

#### Débat

« Moi, j'ai tout perdu, tout repris »

« Mon conjoint a pris 30 kg, il a abandonné le sports. Quand il fait, il fait à fond. Quand il est contrarié, il a recours à la nourriture »

« La faim me réveille la nuit surtout dans les espaces libres (neutres). Avec Théralithe, j'ai pris 8 kg. Je suis passé à Tégrétole et Dépakote ». J'essaie d'avoir une hygiène de vie (piscine, montagne...).

« J'ai pris 12 kg (Dépamide, Effexor, Tercian). Je me levais la nuit pour manger. J'ai maigri, je suis contente »

« Ce n'est pas forcément les médicaments qui font grossir. C'est une réaction à l'angoisse, une envie de combler quelque chose ».

**K2**

*Maison des associations  
6, rue Berthe de Boissieux - 38000 Grenoble  
Contact 06.13.21.44.97  
K2bipolaire38@gmail.com*

1



« Certains médicaments sont employés pour leur effets secondaires (exemple : antidépresseur qui sert à arrêter de fumer) »

« J'ai pris 22kg. Mon image de moi s'est dévalorisée. Cela accentue ma dépression. Je n'ai plus aucune raison de me lever, de m'habiller. »

-« Comment le docteur explique cela. C'est parce que vous connaissez les effets secondaires que vous réagissez »

-« je préfère retrouver mes états maniaques. Et puis, il est difficile d'être entendu par mon médecin. Je suis peut-être écouté mais pas entendu »

« Mon fils, non plus, ne se sent pas entendu. »

« Les médecins ne se préoccupent pas des effets secondaires pourvu que vous ayez un comportement social acceptable. »

« L'image de soi n'a pas d'importance pour le médecin »

« J'ai fait appel à un nutritionniste pour ma fille. Elle subit un phénomène de remplissage. Je ne sais pas si le traitement n'agit pas sur la partie du cerveau qui commande la faim ».

« L'effet secondaire que je ressens le plus fort est le manque de concentration. J'ai des difficultés pour accommoder (ma vue baisse). Je plane. »

« J'ai des problèmes de lecture, je me fatigue très vite »

« Je suis dans le bus, je rate fréquemment l'arrêt »

« Avant, j'étais Napoléon, je dormais 4 heures et j'étais d'aplomb, parfois, je me sens une loque. »

« Mon traitement accentue mon besoin d'alcool et de cigarettes »

« Tout ce qui est actif est nocif »

« Je ressens une ivresse quand je jeune, je me sens bien malgré la faim ».

« Il faut renoncer à sa silhouette, sa libido, sa créativité et accepter une hygiène de vie. Ce n'est pas le top.

Pour notre entourage, ce n'est pas évident. J'étais plus rigolote quand je ne prenais pas de traitement »

« Je marque tout, avant le traitement j'imprimais tout dans ma tête, j'étais réputée pour ma mémoire »

« L'entourage a le regret de ce que j'étais avant. On est un peu abandonné. Une partie de la famille pense que je suis un légume.

J'ai des troubles de concentration énormes (lecture, télé, conduite). Je suis très fatigable (conduite, lecture etc.)

Globalement, je suis plus triste.

Je rentre dans la famille comme si j'étais dans une famille d'accueil. Ca se voit sur les photos, c'est dur pour eux. ».

« Au Canada, vous devez déclarer que vous êtes bipolaire pour avoir un poste de travail adapté »

**K2**

2



La bipolarité ! On commence à en parler !

- Jamison (psychiatre américaine)
- Recherche INSERM (6 CHU en France)
- Laboratoires (Lilly, Aventis)
- Presse
- T.V.

« Je n'en parle pas à mon entourage (mes amis, ma famille même proche)

Des amis m'ont quitté à la connaissance de ma maladie et ma femme a eu un comportement de méfiance) »

« Apprendre à dire la maladie »... « Mais le faut-il ? »

Il nous faut travailler :

- Le bipolaire doit-il parler de sa maladie ?
- Comment la vit-t-il et comment est-elle vécue par les proches ?
- Quelle image le bipolaire a-t-il de lui ? Quelle image donne t'il à ses proches ?
- Comment faire avec ?
- Accepter que les gens ne puissent pas comprendre ?

« Les aspects positifs : hypersensibilité, créativité, assimilation rapide, grande capacité de travail...

Mais autocensure dans les états libres.

Consulter un proche pour sonder de l'état mais ne pas être à l'abri de préjugés ni d'a priori ni qu'il prenne barre sur lui (éponge). »

« J'ai éliminé certains membres de ma familles, certains amis. Je suis malade mental et on me renvoie que je suis malade mental. Je l'accepte (ressenti négatif) et je fais avec (positif) »

« J'ai perdu 80% de mon énergie.

On est une autre personne. On est dans le regret.

Ce qui caractérise l' « après diagnostic », c'est le doute (on est dans la peur). Vous devenez une éponge (tributaire des préjugés) si vous demandez 1 avis à 1 proche ».

### Conclusion

Parler des effets secondaires, c'est souvent énumérer ce qui nous gêne dans la vie ; ce n'est pas ce qu'il a de plus positif.

Par contre, cela révèle un groupe tolérant, respectueux, accueillant. Cet état d'esprit s'ouvre sur la confiance sans crainte du jugement ou des idées toutes faites.

**K2**

*Maison des associations  
6, rue Berthe de Boissieux - 38000 Grenoble  
Contact 06.13.21.44.97  
K2bipolaire38@gmail.com*



Le thème prochain, qui aura besoin de toutes les qualités du groupe, permettra l'échange sur les moyens que chacun se donne pour pallier aux effets secondaires.

**Prochain Groupe de Parole : 21 novembre 2009, 10h, Maison des Associations  
Grenoble**

**Thème : Ce que nous (bipolaires et proches) mettons en place pour pallier aux effets  
secondaires.**

**K2**

*Maison des associations  
6, rue Berthe de Boissieux - 38000 Grenoble  
Contact 06.13.21.44.97  
K2bipolaire38@gmail.com*