

## Echelle de Dépression Bipolaire

Pensez aux aspects cliniques de votre dépression avec les périodes avant la survenue (1), pendant l'épisode (2), sous un antidépresseur (3) et aux aspects évolutifs. Cochez les cases qui conviennent à votre histoire clinique

<b>Aspects Cliniques</b>		
<b>1- Avant la dépression</b>	<b>2- Pendant la dépression</b>	<b>3- Sous traitement antidépresseur</b>
<input type="checkbox"/> Traits cyclothymiques (instabilité, hauts et bas)	<input type="checkbox"/> Idées obsédantes de mort, suicide <input type="checkbox"/> Sentiments de culpabilité	<input type="checkbox"/> Virage hypomaniaque (inversion de la dépression vers le pôle opposé)
<input type="checkbox"/> Durant l'enfance : sentiments de différence, originalité, intolérance à la frustration, irritabilité	<input type="checkbox"/> Pensées, pulsions ou gestes d'automutilation	<input type="checkbox"/> Guérison rapide (moins d'une semaine)
	<input type="checkbox"/> Trop de souffrance et de plaintes	<input type="checkbox"/> Bonne réponse mais transitoire (échappement)
<input type="checkbox"/> Traits hyperthymiques (tempérament fort, extraverti, stable, hyperactif, exubérant)	<input type="checkbox"/> Agitation ou tension physique	<input type="checkbox"/> Survenue d'idées délirantes ou hallucinations
	<input type="checkbox"/> Agitation ou tension psychique <input type="checkbox"/> Energie « noire » (désagréable)	
<input type="checkbox"/> Histoire familiale de bipolarité	<input type="checkbox"/> Irritabilité / dysphorie <input type="checkbox"/> Attaques de colère	<input type="checkbox"/> Survenue de conduites agressives / impulsives
	<input type="checkbox"/> Pensées encombrées, abondantes <input type="checkbox"/> Pensées rapides (qui fusent)	<input type="checkbox"/> Aggravation de la dépression
<input type="checkbox"/> Histoire familiale de suicide	<input type="checkbox"/> Dépersonnalisation <input type="checkbox"/> Déréalisation	<input type="checkbox"/> Insomnie rebelle aux hypnotiques (sommifères)
<input type="checkbox"/> Abus de substance (alcool, cocaïne, stimulants)	<input type="checkbox"/> Conduites et plaintes pseudo hystériques	<input type="checkbox"/> Survenue de pulsions suicidaires
<input type="checkbox"/> Anxiété complexe : panique, timidité, obsessions	<input type="checkbox"/> Hypersomnie	<input type="checkbox"/> Résistance (absence d'amélioration)
<input type="checkbox"/> Anxiété de séparation depuis l'enfance	<input type="checkbox"/> Hyperphagie / frénésies alimentaires, besoin du sucré	<input type="checkbox"/> Survenue de crise de panique / forte anxiété
<b>Total cases cochées : .....</b>	<b>Total cases cochées : .....</b>	<b>Total cases cochées : .....</b>
<b>Aspects évolutifs</b>		
<input type="checkbox"/> Age de début précoce de la première dépression (avant 20 ans)	<input type="checkbox"/> Récurrence élevée (plus de 3 épisodes dépressifs)	<input type="checkbox"/> Dominante des épisodes dépressifs mixtes (avec hyperactivité mentale ou physique)
	<input type="checkbox"/> Avoir été hospitalisé plusieurs fois en psychiatrie	
<input type="checkbox"/> Avoir présenté des épisodes <input type="checkbox"/> maniaques ou <input type="checkbox"/> hypomaniaques sans lien avec la prise d'un antidépresseur (épisodes spontanés)	<input type="checkbox"/> Cycles rapides (4 épisodes dépressifs et hypomaniaques ou plus dans une année)	<input type="checkbox"/> Séquence d'une phase d'hyperactivité – excitation suivie d'une dépression « classique »
	<input type="checkbox"/> Avoir fait plusieurs tentatives de suicide	<input type="checkbox"/> Survenue en post-partum (après un accouchement)
<input type="checkbox"/> Avoir consulté plus de 3 psychiatres ou autres médecins	<input type="checkbox"/> Plus de 3 diagnostics différents	<input type="checkbox"/> Prise de plus de 3 antidépresseurs
<b>Total cases cochées : .....</b>		

(tableau modifié, extrait du livre Hantouche et al, « *J'apprends à gérer ma cyclothymie* », J Lyon, 2<sup>ème</sup> édition, Octobre 2012)

