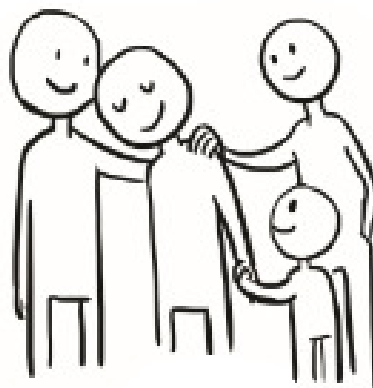




BiPict



BiPict : œuvre initiale de Lou Lubie & Guilhem Bonazzi disponible gratuitement.

Copyleft : cette œuvre est libre, vous pouvez la copier, la diffuser et la modifier selon les termes de la Licence Art Libre

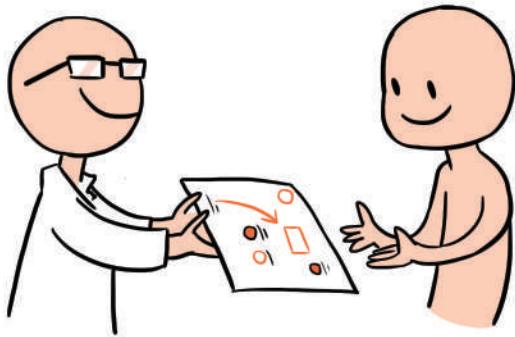
<http://www.artlibre.org>

COMMENT UTILISER CES SUPPORTS ?

OBJECTIFS

Faciliter la délivrance et la rétention d'information auprès des personnes concernées par un **trouble du spectre bipolaire**

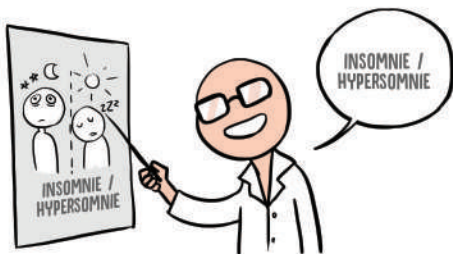
Fournir aux praticien.nes un outil simple d'utilisation en **consultation individuelle de routine**



POUR TIRER PARTI AU MIEUX DES VISUELS

PRÉSENTATION BIMODALE

Donner l'information **verbalement** et **visuellement**



IMAGERIE MENTALE ET SELF-IMAGINING

Inciter la personne à se référer à ses **propres expériences passées**

Utiliser les encadrés "Et vous ?" pour **faire revenir les souvenirs en mémoire**

8 PLANCHES VISUELLES THÉMATIQUES INDÉPENDANTES

CLINIQUE

- Types de troubles bipolaires
- Symptômes maniaques
- Symptômes dépressifs
- Modèle vulnérabilité-stress

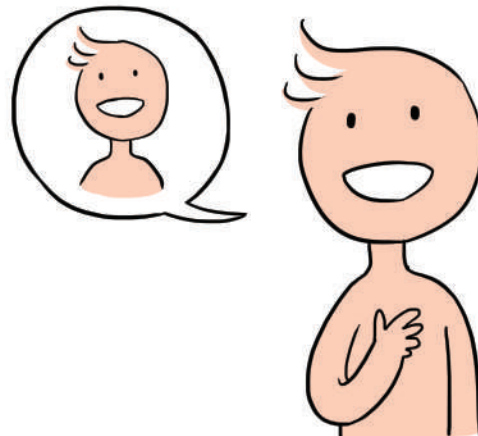
PRISE EN CHARGE

- Traitements médicamenteux
- Hygiène de vie et thérapies non médicamenteuses
- Symptômes annonciateurs d'une rechute
- Plan d'action

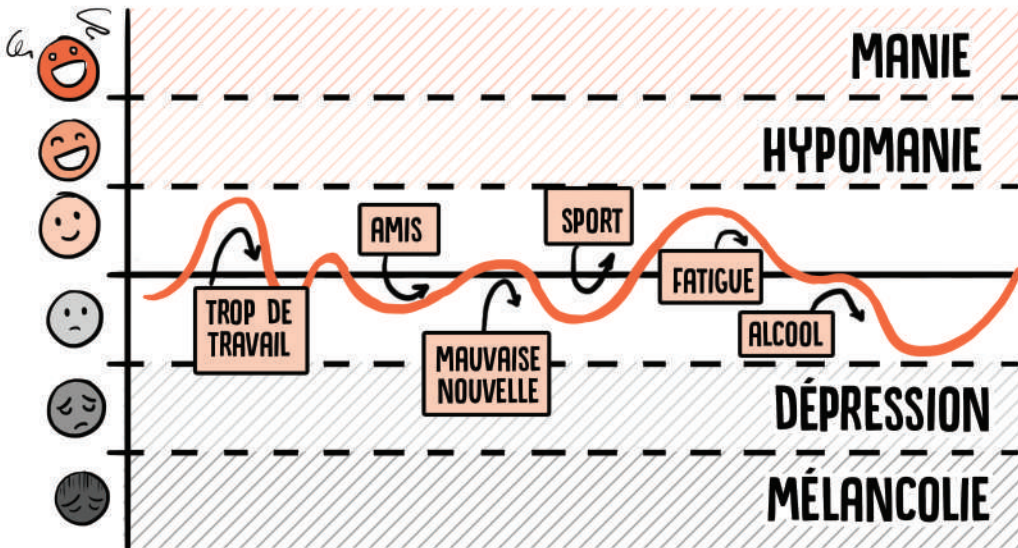
FAVORISER L'EMPOWERMENT

Donner de l'information, c'est redonner du contrôle, accroître la **capacité d'agir** de la personne et ainsi favoriser son autonomie et son rétablissement

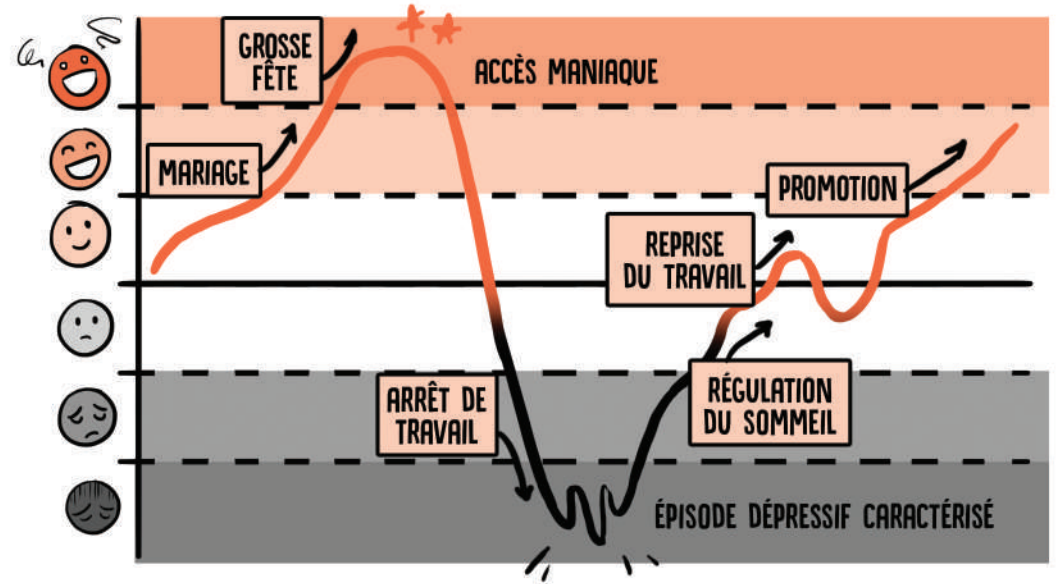
Faire participer la personne en intégrant **son expérience et ses idées**, sans se limiter au contenu des planches



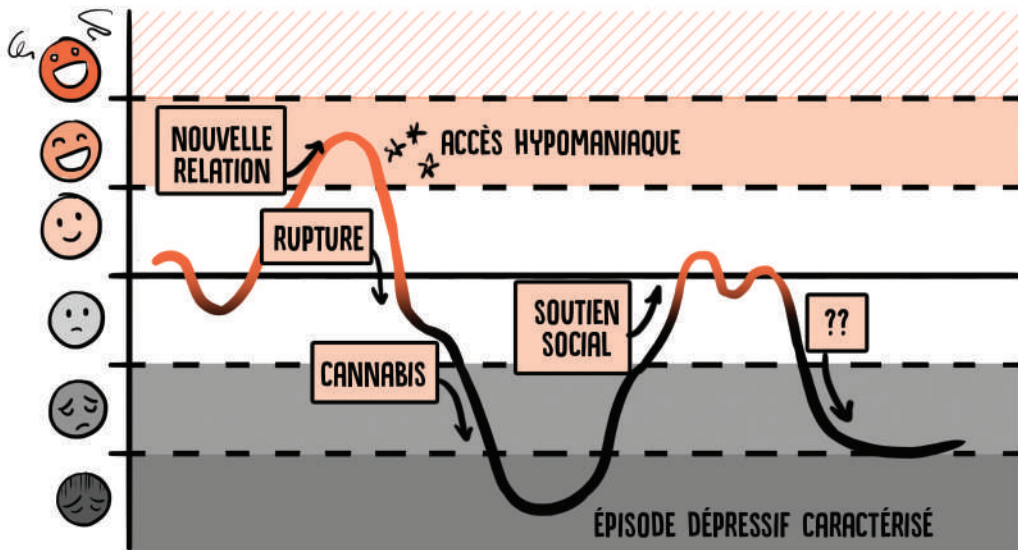
LA VIE VARIE !



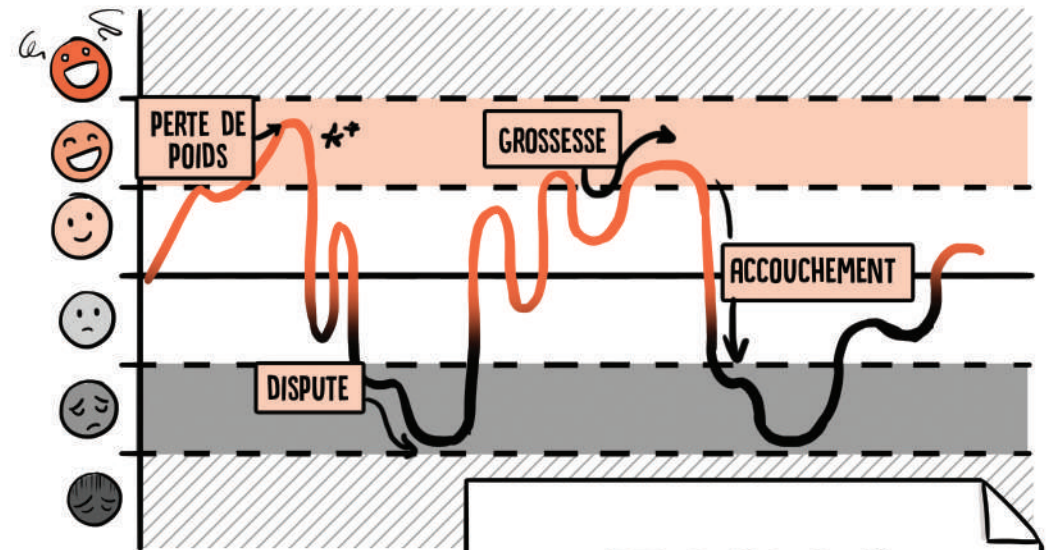
TYPE 1



TYPE 2



CYCLOTHYMIE



ET VOUS ?

LA MANIE



HYPERSENSORIALITÉ



**VÉCU ÉMOTIONNEL
INTENSE**

**+ SYMPTÔMES
DÉPRESSIFS**

**CARACTÉRISTIQUE
MIXTE**



HYPERSOCIALITÉ



ACHATS COMPULSIFS



**AGITATION,
PLEIN D'ÉNERGIE**



IRRITABILITÉ



**EUPHORIE,
IDÉES DE GRANDEUR**



**ABSENCE DE
FATIGUE**



ACCÉLÉRATION DE LA PENSÉE ET DU DISCOURS



**JUSQU'ÀUX
IDÉES DÉLIRANTES**



PRISE DE RISQUE

ET VOUS ?

LA DÉPRESSION

+ SYMPTÔMES MANIAQUES

CARACTÉRISTIQUE MIXTE



ABSENCE D'ENVIE



PERTE D'ÉNERGIE



TRISTESSE



↓ CONCENTRATION
↓ MÉMOIRE



RALENTISSEMENT



PRISE / PERTE DE POIDS



INSOMNIE /
HYPERSONNIE

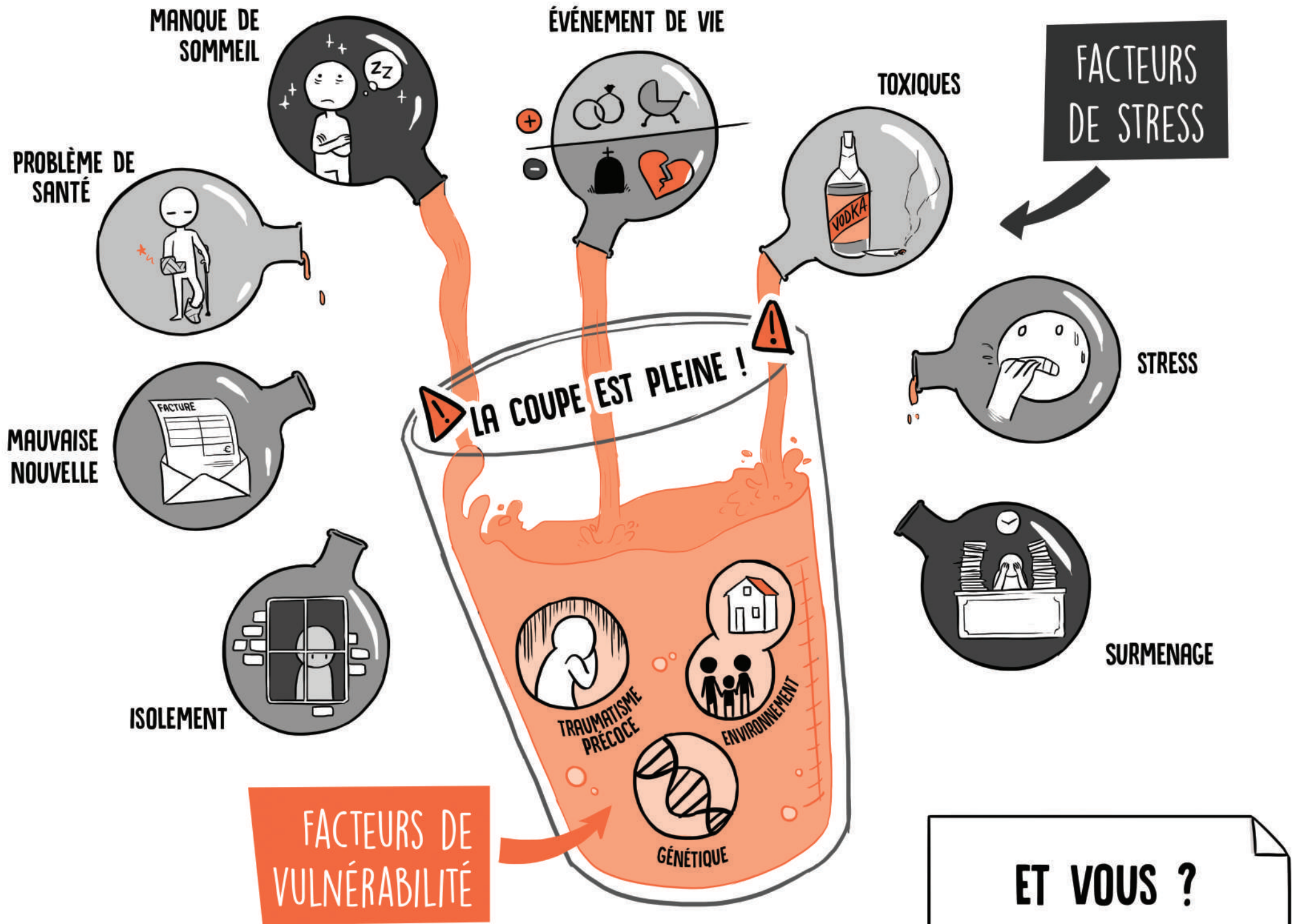


CULPABILITÉ
DÉVALORISATION



IDÉES
SUICIDAIRES

ET VOUS ?



LES THYMORÉGULATEURS

TRAITEMENT DE FOND

LE LITHIUM



LES ANTIPSYCHOTIQUES ATYPIQUES

OLANZAPINE



RISPERIDONE

ARIPIPRAZOLE

QUETIAPINE

LES ANTIÉPILEPTIQUES



ACIDE VALPROÏQUE
VALPROATE



CARBAMAZÉPINE



LAMOTRIGINE

LES
BENZODIAZEPINES



DIAZEPAM



ALPRAZOLAM



OXAZEPAM

TRAITEMENTS
D'APPOINT

LES
ANTIDÉPRESSEURS

SERTRALINE



VENLAFAXINE



FLUOXÉTINE



CYAMEMAZINE



HALOPERIDOL



LOXAPINE



LES NEUROLEPTIQUES
SÉDATIFS

EFFETS
INDÉSIRABLES



ET VOUS ?

MON ORDONNANCE

1

2

3

PSYCHOTHÉRAPIES



REMÉDIATION COGNITIVE



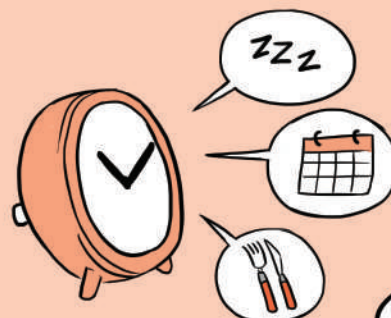
PSYCHOÉDUCATION



RELAXATION, MÉDITATION



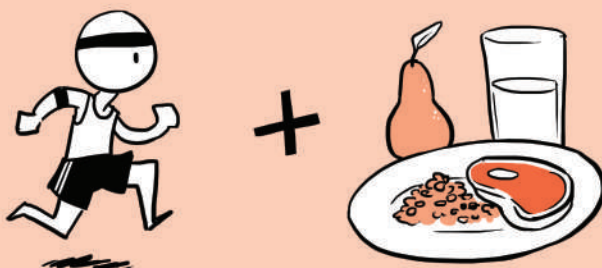
HORLOGE BIOLOGIQUE



SOUTIEN SOCIAL



HYGIÈNE DE VIE



ACTIVITÉS DE LOISIRS

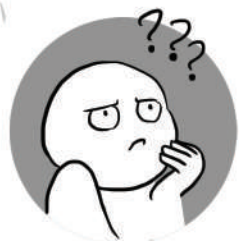


NEURO-STIMULATION



ET VOUS ?

SIGNES ANNONCIATEURS DE DÉPRESSION



RUMINATIONS
PRISE DÉCISION DIFFICILE



MODIFICATION DU
SOMMEIL



FATIGUE,
RALENTISSEMENT



MODIFICATION DE
L'APPÉTIT



ISOLEMENT



ARRÊT DES
LOISIRS



PERTE DE LIBIDO

SIGNES ANNONCIATEURS DE MANIE



SOIF, FAIM



PLEIN DE
PROJETS



DIMINUTION
DU SOMMEIL



ACHATS
IMPRÉVUS



GRANDE FORME
PHYSIQUE



AUGMENTATION
DES TOXIQUES



HYPERSOCIALITÉ

ET VOUS ?

MES SIGNES ANNONCIATEURS



① _____

② _____

③ _____



① _____

② _____

③ _____

JE REPÈRE

ON ME FAIT REMARQUER

↓
SYMPTÔMES ANNONCIATEURS

JE PRENDS
SOIN DE MOI



J'ADAPTE LE TRAITEMENT



JE RÉDUIS LES EXCÈS



JE RALENTIS



JE SORS VOIR DU MONDE



JE FAIS UNE
ACTIVITÉ DÉTENTE



JE PRENDS DU REPOS

JE DEMANDE
CONSEIL



PSYCHIATRE



PSYCHOLOGUE

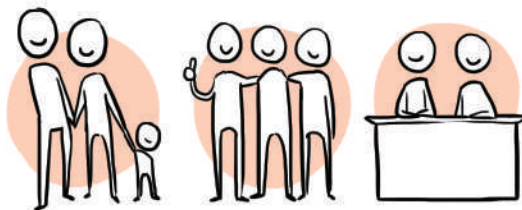


INFIRMIÈRE



MÉDECIN
TRAITANT

J'EN
PARLE



FAMILLE, AMI.ES, ASSOCIATIONS,
PERSONNE DE CONFIANCE...

ET VOUS ?
MON PLAN D'ACTION

