

# TEST - Etes-vous bipolaire?

## Questionnaire 1:

Souvenez vous bien de votre comportement durant les deux dernières années. Si un médecin vous a diagnostiqué une dépression et vous a prescrit un traitement antidépresseur, passez directement au deuxième questionnaire. Répondez par oui ou par non avec le plus d'objectivité possible aux questions suivantes.

- Pendant une durée d'au moins deux semaines consécutives avez vous ressenti:

1	Un sentiment de tristesse ou de vide intérieur.	oui	non
2	Une absence d'intérêt ou de plaisir pour des activités habituellement agréables.	oui	non
3	Une variation de poids de plus de 5% ou de votre appétit (en + ou en -).	oui	non
4	Un dérèglement de votre sommeil.	oui	non
5	Un ralentissement global de vos activités quotidiennes.	oui	non
6	Un état de fatigue.	oui	non
7	Un sentiment de manque d'estime pour vous même ou de culpabilisation.	oui	non
8	Des difficultés à vous concentrer ou à prendre des décisions.	oui	non
9	Des pensées concernant votre propre mort.	oui	non

## Questionnaire 2:

- Pendant une durée d'au moins une semaine avez vous ressenti, ou votre entourage vous a-t-il signalé une modification nette de votre comportement habituel à type de:

1	Sensation d'être le meilleur et idées de grandeur.	oui	non
2	Diminution du besoin de sommeil sans sensation de fatigue.	oui	non
3	Débit accéléré de la parole avec besoin accru de communication avec les autres.	oui	non
4	Fuite des idées ou sensation de défilement accéléré des idées.	oui	non
5	Distractibilité avec l'attention très vite attirée par des événements extérieurs multiples.	oui	non
6	Augmentation très nette de vos activités habituelles (professionnelles, sociales, sexuelles...).	oui	non
7	Engagements soudains ou multiples dans des projets jugés excessifs par votre entourage (achats inconsidérés, investissement financiers à haut risques, prises de responsabilités simultanées dans de nombreuses activités bénévoles...).	oui	non
8	Euphorie et sensation d'énergie débordante.	oui	non
9	Impatience, irritabilité avec tendance agressive envers ceux qui tentent de vous modérer.	oui	non

## Questionnaire 3:

1	Avez-vous eu pendant ces deux dernières années plusieurs épisodes de chacune de ces deux phases?	oui	non
2	Avez-vous remarqué vous même, ou certains vous ont-ils fait remarquer, que vous étiez d'humeur très variable (cyclothymie)?	oui	non
3	Ces variations d'humeur vous sont-elles préjudiciables sur le plan professionnel et/ou affectif et/ou social?	oui	non