

# Trouble bipolaire

## les changements de saison peuvent déclencher des épisodes

Pour les personnes atteintes du trouble bipolaire, les changements de saison peuvent déclencher des épisodes de manie ou de dépression. Une étude montre qu'elles sont beaucoup plus susceptibles d'être affectées par les changements de saison que les personnes souffrant de dépression majeure ou les personnes en santé.

Les stressors peuvent déclencher des épisodes mais aussi possiblement, selon Karen Shin, l'auteure principale de la recherche, les perturbations du sommeil comme celles apportées par les changements de saison.

La recherche examinait, pendant un an, les fluctuations de l'humeur à travers les saisons. L'humeur, le sommeil, l'activité sociale, le poids, l'appétit et l'énergie étaient mesurés.

Les personnes souffrant de trouble bipolaire étaient plus susceptibles de connaître des épisodes maniaques le printemps et l'été alors que les épisodes dépressifs étaient moins probables durant cette période.

*Cette étude est publiée dans le Journal of Affective Disorders, April 2004*

© <http://www.psychomedia.qc.ca/trouble-bipolaire/2006-09-27/trouble-bipolaire-les-changements-de-saison-peuvent-declencher-des-episodes>