

Programme Troubles de l'humeur

Evaluation et prise en charge
de la dépression
et des troubles bipolaires



De quoi s'agit-il ?

Les troubles de l'humeur peuvent être de différentes natures.

Les troubles dépressifs unipolaires

Lors d'un état dépressif, notre humeur baisse, nous perdons l'envie et la motivation de faire des choses. Il est important de savoir que la dépression est une maladie et qu'elle se soigne. Il peut arriver à toute personne, à un moment ou à un autre de son existence, de souffrir d'une dépression.

Les troubles bipolaires

Ils peuvent s'exprimer de différentes manières, avec cette particularité qu'une personne atteinte d'un trouble bipolaire vit, en alternance, des épisodes dépressifs et des moments où son humeur est plus élevée que la normale. C'est un peu comme un état d'euphorie, où tout devient possible, et qui peut se manifester par des comportements excessifs et risqués.

Accès au programme

Ce dépliant vous a été remis par un professionnel de la santé qui vous a conseillé de vous rendre au programme Troubles de l'humeur, adapté à votre situation.

A qui s'adresse ce programme ?

Les troubles de l'humeur sont des maladies pour lesquelles il existe des traitements efficaces et diverses formes de prise en charge.

Patients et proches

Le programme Troubles de l'humeur concerne toute personne adulte (dès 18 ans) souffrant d'un trouble de l'humeur, qu'il s'agisse d'une dépression unipolaire ou d'un trouble bipolaire, quels qu'en soient le type et la manifestation.

Le programme s'adresse également aux proches.

Equipe pluridisciplinaire

Des médecins, des psychologues, des infirmiers(ières) et un(e) assistant(e) social(e) garantissent une prise en charge multidisciplinaire afin de répondre au mieux à chaque situation.

Prise en charge adaptée

Ces prises en charge peuvent être complètes ou partielles (par exemple, participation à un groupe du programme tout en continuant le suivi en privé ou dans une autre structure de soins).

Propositions de soins

- **Suivi intensif** multidisciplinaire pendant la phase aiguë, pour vous aider à surmonter un moment de crise.
- **Optimisation des traitements pharmacologiques.**
- **Psychothérapie** individuelle et de groupe.
- **Psychoéducation** individuelle et de groupe, pour une meilleure connaissance de la maladie.
- **Thérapies complémentaires** aux traitements pharmacologiques : luminothérapie ; pratiques de « pleine conscience » pour la prévention des rechutes dépressives et la gestion du stress (« Mindfulness-Based Cognitive Therapy »-MBCT et MBSR).
- **Groupe de soutien** pour les proches (sensibilisation, information et gestion de la maladie).
- **Remédiation cognitive et fonctionnelle** par des exercices de rééducation.

Quelles sont les prestations ?

Evaluation

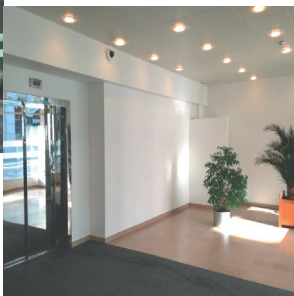
Lors de votre prise en charge, vous bénéficiez d'une évaluation diagnostique, puis d'une proposition de suivi thérapeutique.

L'évaluation diagnostique fait l'objet d'un rapport écrit qui sera transmis à votre médecin référent, avec votre accord.

Le type de prise en charge proposé au programme Troubles de l'humeur est déterminé et organisé en collaboration avec vos soignants référents.



L'entrée du
20bis, rue de Lausanne



Informations pratiques

✉ Adresse

Service des spécialités psychiatriques
Programme Troubles de l'humeur
Rue de Lausanne 20bis
1201 Genève
T 022 305 45 11
F 022 305 45 99

Horaires

Du lundi au vendredi de 9h à 18h

Responsable du programme

Pr Jean-Michel Aubry

Site internet

www.hug-ge.ch/specialites-psychiatriques

🚌 Accès

Transports publics genevois :
Arrêt « Gare Cornavin »

Parkings publics : Gare Cornavin
et centre commercial Les Cygnes

