

# UNITÉ DES TROUBLES DE L'HUMEUR

---

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



Hôpitaux  
Universitaires  
Genève

# 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 peut arriver à toute personne, à un moment ou à un autre de son existence, de souffrir d'une dépression. Il est important de savoir que cette maladie se soigne.

## 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.

# Pour qui ?

---

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

## Pour les patients

L'unité des 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, quelles qu'en soient les manifestations.

## Pour les proches

L'unité s'adresse également aux proches à qui sont proposés des groupes de soutien pour sensibiliser, informer et gérer la maladie.

## Prise en charge adaptée

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

La prise en charge proposée à l'unité des troubles de l'humeur est déterminée et organisée en collaboration avec vos soignants référents.

# Quelles prestations ?

---

## Evaluation

Lors de votre prise en charge, vous bénéficiez d'une évaluation diagnostique qui fait l'objet d'un rapport écrit transmis à votre médecin référent, avec votre accord.

## 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 « Mindfulness-Based Stress Reduction »-MBSR).
- ▶ **Groupe de soutien** pour les proches (sensibilisation, information et gestion de la maladie).
- ▶ **Remédiation cognitive et fonctionnelle** par des exercices de rééducation.

# Par qui ?

---

L'équipe est composée de :

- ▶ médecins
- ▶ psychologues
- ▶ infirmiers
- ▶ assistant social.

Ensemble, ils garantissent une prise en charge multidisciplinaire afin de répondre au mieux à chaque situation.



# Informations pratiques

---

## Contact

☎ 022 305 45 11 - F 022 305 45 99

📍 [www.hug-ge.ch/specialites-psychiatriques/  
unite-troubles-humeur](http://www.hug-ge.ch/specialites-psychiatriques/unite-troubles-humeur)

## Horaires

Du lundi au vendredi de 9h à 18h

## Responsable du programme

Dre Hélène Richard-Lepouriel

## Service des spécialités psychiatriques

Unité des troubles  
de l'humeur  
Rue de Lausanne 20bis  
1201 Genève

## Accès

Transports  
publics genevois :  
arrêt « Gare Cornavin »

Parkings publics :  
Gare Cornavin et centre  
commercial Les Cygnes



*Cette brochure a été réalisée par  
l'unité des troubles de l'humeur  
en collaboration avec la direction  
de la communication.*