

# Atteinte de troubles bipolaires, elle raconte ses hauts et ses bas

Monique Trompezinski souffre d'une maladie mentale toute d'alternance. Témoignage.

LISE BOURGEOIS

Dans son appartement propre de Perly, pas de télévision, pas d'ordinateur, pas de radio. «J'ai besoin de silence», dit Monique Trompezinski. Cependant, elle s'y entend pour parler, parler d'elle, de son expérience douloureuse, mais, au final, riche de promesses. Une véritable logorrhée, qui cache peut-être une grande timidité.

Née en France en 1940, elle a connu une enfance difficile, dans un milieu désargenté. De jeune fille complexée en manque d'amour, elle devient, aux portes de l'âge adulte, une battante qui décroche victoire sur victoire dans le monde professionnel commercial. Son intelligence supérieure à la moyenne va la mener à des postes importants, où elle gagnera beaucoup d'argent.

A la mi-trentaine, elle présente pourtant un emballement dans son rythme de travail, qui la menace de manière obscure.

«Je sentais confusément que je pédalais dans le vide», écrit-elle dans sa biographie. A la même époque, son horloge biologique se met à carillonner. A 37 ans, elle accouche de Damien, son fils adoré. Elle lui consacre tout son temps. Deux ans plus tard, elle reprend une activité professionnelle, qu'elle va mener tambour battant durant «trois mois et dix-sept jours».

Et soudain la maladie se déclare: «Je me suis vue embarquée une nuit à l'hôpital, sans rien n'y comprendre, entre deux infirmiers.» Monique Trompezinski sombre alors dans une dépression profonde, qui ne lui permettra, durant des années, de ne se lever que deux heures par jour.

S'ensuivent maints séjours à l'hôpital psychiatrique de Belle-Idée, à Genève. Elle décrit dans son texte ses passages dépressifs extrêmes, où elle ne peut marcher qu'accompagnée d'un soignant, et où il lui est presque impossible de lever les yeux vers la lumière.

Ces périodes accablantes al-

ternent avec des phases hautes, appelées aussi phases maniaques. «En phase maniaque, mon cerveau s'emballa, devient un ordinateur hyperperformant. (...) Je suis comme un élastique extensible (...) jusqu'au point de rupture. Théoriquement, j'essaie de rester toujours vigilante, mais je ne peux rien contrôler.» Lorsque l'accélération devient trop forte, il ne reste plus qu'à reposer le cerveau, l'éloignant de toute stimulation extérieure.

Le «verdict bipolaire», titre de la biographie, n'est tombé qu'assez tard. L'alternance des phases hautes et basses, qui peuvent parfois se concentrer sur quelques jours, lui mène la vie dure. Et, blessure supplémentaire, les psys l'ont inscrite à l'AI à 100%:

«En phase maniaque, mon cerveau s'emballa, devient un ordinateur hyperperformant. Théoriquement, j'essaie de rester toujours vigilante»

MONIQUE TROMPEZINSKI

«Pour les médecins, j'avais donc été jugée folle, irrécupérable», déplore-t-elle. Or elle fait valoir que, durant chacune de ses crises, elle n'a jamais perdu conscience.

C'est ce regard acéré sur sa maladie qui va la pousser à dédramatiser la folie. Au grand

étonnement de ses médecins, elle témoigne, en 1995, dans l'émission *Tabou* de Bernard Pichon. Elle y raconte ses chimères, mais démontre, dans son discours, qu'elle parvient à s'en tenir à distance.

Aujourd'hui, Monique Trompezinski mène une vie relativement tranquille et gère elle-même ses médicaments. «Par sécurité, je téléphone à ma doctoresse à chaque fois que j'estime devoir prendre un comprimé de plus ou de moins.» Hormis son activité d'écriture, qui l'a amenée au Salon du livre ce printemps, et la conduira à Montréal en novembre, elle rencontre des gens qu'elle fait profiter de ses dons médiumniques.

Tout cela ne la met pas à l'abri des phases aiguës. Mais, en restant consciente de sa fragilité, elle se renforce: «Le plus important pour un maniaco-dépressif, c'est d'admettre sa maladie.» ■

Monique Trompezinski, *Verdict bipolaire*, Editions Eclectica, www.eclectica.ch



Monique Trompezinski s'attache à dédramatiser la «folie». Elle raconte dans sa biographie un parcours où la maladie s'est déclarée alors qu'elle semblait en pleine forme. Avec le temps, elle a su domestiquer son mal, sans en être guérie pour autant.

## Une personne dans une forme éblouissante peut en réalité être malade



Le Dr Christian Bryois met en avant la complexité du diagnostic du trouble bipolaire.

Le psychiatre Christian Bryois, chef du Secteur psychiatrique ouest, évoque la complexité de cette maladie.

– Comment diagnostiquer un trouble bipolaire?

– C'est un diagnostic difficile et complexe. Il se passe souvent huit à dix ans entre l'apparition des premiers symptômes et le diagnostic. Il n'existe pas d'examen paraclinique de détection, comme une prise de

sang ou un scanner. Nous nous basons sur l'histoire du patient et de sa famille, l'examen clinique et l'évolution.

– Discerne-t-on des signes avant-coureurs de la maladie?

– Au départ, cela peut être une dépression; cela arrive dans 50% des cas. Ou alors une phase que l'on appelle hypomaniaque se manifeste. Le patient se sent dans une forme éblouissante sans pour autant cesser de dormir, se disperser ou avoir un comportement inquiétant. C'est un passage qui permet difficilement un diagnostic puisque le patient ne se sent pas malade. Par contre, une phase maniaque (agitation, euphorie, troubles du comportement) est plus significative.

– Y a-t-il plus de malades que par le passé?

– Ce trouble avait déjà été observé par Hippocrate! Ce n'est pas une maladie sociétale. Elle relève en partie de la

biologie du cerveau. Depuis cinquante ans, beaucoup de progrès ont été accomplis dans les diagnostics. On estime aujourd'hui que 3% de la population est atteinte, sur tous les continents. Il y a trente ans, on parlait de 1%, mais les études épidémiologiques et l'affinement des critères de diagnostic ont permis d'identifier davantage de malades.

– Comment soigne-t-on la maladie?

– Par des médicaments et par la psychothérapie.

– Que peut faire l'entourage?

– Les proches ont intérêt à parler ouvertement avec le malade de ses comportements à problème, en particulier lors des phases maniaques. Ils peuvent, par exemple, exprimer le fait qu'ils n'arrivent plus à suivre. Mais l'important est de rester calme et de signaler au malade que son comportement nous fait souffrir. Les proches

auront beaucoup de mal à aider le patient lorsqu'il se sent au paradis. Il faut alors le convaincre d'aller consulter, déjà le médecin de famille, et l'accompagner au rendez-vous. Dans les phases dépressives, les intimes peuvent donner de l'espoir au malade en lui assurant que ce n'est qu'un passage et qu'il verra bientôt le bout du tunnel. Attention aussi de ne pas sous-estimer les idées suicidaires. Le trouble bipolaire est une maladie mortelle: 25% à 50% des personnes atteintes font une tentative de suicide et, malheureusement, 15% parviennent à leurs fins.

### Numéros utiles

■ Urgences de psychiatrie du CHUV, 021 314 19 30  
■ Groupe romand d'accueil et d'action psychiatrique, 021 647 16 00 le jour, 021 647 00 10 la nuit, de 22 h à 2 h.

## Le père Vert passe au rouge

Chaque semaine, le décorticage subjectif et plein de mauvaise foi d'un peuple qui fait l'actu.

Tiens, c'est embêtant. Embêtant d'être d'accord avec quelqu'un qui dit des choses qu'il ne devrait pas dire. Dans une France qui crie au traquenard de Guillaume Tell contre Roman Polanski, Daniel Cohn-Bendit prend le premier l'arbalète: il est «mal à l'aise» avec la défense à tous crins du réalisateur, «un grand artiste peut-être, mais aussi un grand malade». Un avis partagé exactement au même moment par Jean-Marie Le Pen. Comme quoi, les aventures de Popol en ski transcendent les vertus partisanes. Souvent en toute

méconnaissance du dossier. Mais comme Dany le Rouge, Dany le roux, Dany le Vert a une vision plus girouette qu'éolienne de la chose publique, ce paradoxe n'est pas bien grave.

Ce qui l'est plus, par contre, c'est qu'au bal des vampires pédophiles, Daniel Cohn-Bendit a longtemps dansé avec les mots troubles. Et qu'en la matière on peut se demander si l'imprescriptibilité pour les crimes ne devrait pas aussi s'appliquer aux conneries d'abord exprimées par écrit, puis répétées par oral.

Rappel des faits via les archives. Dans *Le grand bazar* (1975), puis

sur *Apostrophes* (1982), le député européen, ancien éducateur de la petite enfance, livrait en vrac: «Je voulais que les enfants aient envie de moi» ou «Quand une petite fille, de 5 ans commence à vous déshabiller...

JE TE HAIS, MOI NON PLUS

c'est fantastique! C'est fantastique parce que c'est un jeu absolument érotico-maniaque.»

Pour leur défense, tant Cohn-Bendit que Polanski nous expliquent, bien sûr, l'incontournable équation «autres temps autres mœurs». Le second précisant à ABC en 1994, propos ressortis sur le site Le Post: «Plus tard, j'ai réalisé que ce n'était pas bien de

faire ça (...) Je ne comprends pas pourquoi je devrais être puni pour mes penchants pour les très jeunes femmes.» Vingt ans après le viol, on sent peu le trémolo des regrets dans la réponse du Franco-polonais.

En l'occurrence la faute avouée n'est pas à demi-pardonnable. En parlant au lieu de se taire, sur ce sujet bien précis, Cohn-Bendit sert bien une cause. Celle des extrémistes qui confondent la juste traque des vrais pédophiles avec une chasse aux sorcières qui brûle tout sur son passage. Quitte à mettre sur le bûcher quelques innocents. au nom de la croisade de chevaliers blancs comme une marche.

CLAUDE ANSERMOZ



DIDER BRUN / GANMA