

TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ LIMITE

Le trouble de la personnalité limite (TPL) est caractérisé par une instabilité au niveau des relations interpersonnelles, de l'image de soi et de l'humeur ainsi qu'une grande impulsivité.

Le trouble peut entraîner des répercussions importantes chez les personnes atteintes, en ayant un impact sur :

- Leurs émotions,
- Leurs comportements,
- Leur image de soi,
- Leur relation avec les autres.

LES SYMPTÔMES

- Une peur intense d'être abandonné par les autres et des efforts marqués pour éviter l'abandon ou le rejet (réel ou perçu);
- Un patron de relations interpersonnelles instables et intenses;
- Une faible estime de soi ou une perception de soi changeante;
- Des comportements impulsifs;
- Des sautes d'humeur fréquentes et rapides;
- Une colère intense et inappropriée selon le contexte;
- Un sentiment de vide à l'intérieur;
- Des comportements suicidaires, des menaces de suicide ou des comportements d'automutilation;
- Une perte de contact avec la réalité dans certaines circonstances, en particulier dans des situations extrêmement stressantes.

MANIFESTATIONS DES SYMPTÔMES

Les symptômes peuvent se présenter dans une variété de contextes. Voici quelques exemples :

- Des relations instables ou des conflits fréquents avec ses proches;
- Des relations interpersonnelles composées de sentiments contraires : par exemple, passer de l'idéalisation à la colère;
- Une difficulté à tolérer la solitude;
- Une image souvent négative de soi-même : par exemple, une tendance à se dévaloriser et à se sentir incompris;
- Une humeur changeante : par exemple, être de bonne humeur, devenir rapidement irritable, triste ou angoissé;
- Des poussées de colère : par exemple, se fâcher soudainement contre ses proches et se mettre à les détester;
- Des attitudes hostiles ou rigides : par exemple, s'acharner à avoir le dernier mot, devenir accaparant ou jaloux;
- Des changements d'idées fréquentes: par exemple, modifier souvent ses objectifs de carrière ou ses valeurs personnelles;
- De la difficulté à tolérer certaines émotions.
- Adopter des comportements impulsifs, déviants ou autodestructeurs pour mieux les tolérer, par exemple :
 - Consommer de l'alcool, des drogues ou des médicaments de façon excessive,
 - Dépenser de l'argent impulsivement ou faire des dépenses exagérées,
 - Conduire de façon dangereuse,
 - Commettre des vols,
 - Avoir des comportements sexuels à risque,
 - S'automutiler;
 - Avoir des épisodes de frénésie alimentaire.
- Des comportements impulsifs et émotionnellement instables, qui, paradoxalement, peuvent mener à l'abandon : par exemple, menacer de se suicider sans l'intention de mourir pour éviter l'abandon d'une personne.

FACTEURS DE RISQUES

Il est maintenant reconnu que certains facteurs génétiques, biologiques, héréditaires et environnementaux peuvent contribuer au développement du TPL. Certaines personnes peuvent avoir une tendance génétique et biologique qui les prédispose à réagir d'une certaine façon au stress. Une tendance héréditaire semble également présente.

Les prédispositions génétiques et biologiques sont influencées par l'environnement dans lequel l'enfant grandit. Certaines expériences peuvent jouer un rôle dans le développement du trouble, comme la séparation, la négligence, l'abus physique ou sexuel et un environnement familial instable, hostile ou conflictuel. Cela dit, une personne peut développer un TLP même si elle n'a pas grandi dans un tel milieu. De la même façon, ce ne sont pas toutes les personnes qui vivent de telles expériences qui développent un TPL.

TRAITEMENTS

Il importe de consulter un professionnel de la santé afin d'évaluer et de confirmer le diagnostic.

La thérapie est considérée comme le traitement de choix pour le TPL. La psychothérapie peut aider, entre autres, la personne à mieux comprendre ses difficultés et son diagnostic, à mieux réguler ses émotions, à diminuer l'impulsivité et les comportements autodestructeurs et à améliorer ses relations interpersonnelles. La psychothérapie peut être suivie de façon individuelle ou en groupe.

Il n'existe pas de médicaments conçus spécialement pour le traitement du TPL. Cependant, la médication peut être utile pour adresser certains symptômes ou conditions présentes, comme un trouble anxieux, un trouble de l'humeur, etc.

