

Avril 2005

## Questions / Réponses

### Traitement par antidépresseur chez l'adulte

Vous recevez un médicament antidépresseur pour traiter un épisode dépressif.

Ce traitement vous est nécessaire mais impose certaines précautions.

Lisez attentivement ces informations qui peuvent vous aider à assurer l'efficacité et la sécurité de votre traitement.

#### Ce qu'il faut comprendre

1. Qu'est-ce qu'un épisode dépressif ?
2. Qu'est-ce qu'un médicament antidépresseur ?
3. Quand prescrit-on un antidépresseur ?
4. Quels sont les principaux effets indésirables des antidépresseurs ?
5. Quelle est la durée de traitement par antidépresseur ?
6. Quel est le délai d'amélioration de mes symptômes avec un antidépresseur ?
7. Doit-on surveiller son traitement ?
8. Comment arrêter son traitement par antidépresseur ?

#### Ce qu'il faut faire et ne pas faire

9. Peut-on prendre d'autres médicaments en même temps qu'un antidépresseur ?
10. A qui faut-il signaler que l'on prend un antidépresseur ?
11. Que faire si on oublie de prendre son antidépresseur ?
12. Que faire en cas de grossesse ou de désir de grossesse ?
13. Faut-il changer son alimentation lorsque l'on est traité par un antidépresseur ?

#### Ce qu'il faut savoir

14. Ce qu'il faut savoir

## Ce qu'il faut comprendre

---

### 1. Qu'est-ce qu'un épisode dépressif ?

Si vous êtes triste, si vous avez envie de pleurer, si vous avez perdu tout intérêt ou plaisir dans votre vie de tous les jours, et si ces symptômes représentent un changement par rapport à votre comportement habituel, et qu'ils durent depuis plus de 2 semaines, il peut s'agir d'un épisode dépressif.

*Seul un médecin peut porter le diagnostic d'épisode dépressif caractérisé.*

Votre médecin recherchera avec vous d'autres symptômes tels qu'une perte d'appétit ou une prise de poids, des troubles du sommeil, une fatigue ou des troubles de la concentration, un sentiment de culpabilité, des idées noires, des pensées de mort ou de suicide.

### 2. Qu'est-ce qu'un médicament antidépresseur ?

Comme son nom l'indique, un médicament antidépresseur traite la maladie appelée dépression. Cependant, ce médicament peut aussi traiter certains troubles anxieux, les troubles obsessionnels compulsifs (ou TOC), certains types de douleurs...

### 3. Quand prescrit-on un antidépresseur ?

Votre médecin ne peut poser le diagnostic de dépression qu'à l'issue d'un entretien clinique à la recherche des symptômes évocateurs de ce diagnostic.

L'appréciation de l'intensité des symptômes peut nécessiter éventuellement l'utilisation par votre médecin d'un questionnaire. Cette intensité peut être légère, modérée ou sévère.

Les épisodes dépressifs d'intensité légère ne sont pas d'emblée traités par un médicament antidépresseur.

Votre médecin est là pour vous écouter et vous aider.

Pour l'aider dans sa décision, expliquez lui ce que vous ressentez et surtout dites lui si vous avez des idées de mort ou de suicide.

Il en tiendra compte dans votre prise en charge.

### 4. Quels sont les principaux effets indésirables des antidépresseurs ?

Vous trouverez dans la notice qui est dans la boîte de votre médicament antidépresseur la liste générale des effets indésirables qu'il peut occasionnellement induire. Ces effets ne surviennent pas chez tous les patients, et ne sont pas obligatoirement associés chez une même personne.

Les effets indésirables les plus fréquemment rencontrés avec les antidépresseurs sont l'insomnie et la somnolence.

Des troubles digestifs et/ou une prise de poids peuvent survenir occasionnellement avec certains médicaments antidépresseurs.

Chez les personnes âgées, il existe des risques importants de chute de pression artérielle en position debout qui peut être gênante, particulièrement si elles éprouvent des troubles de l'équilibre. Une surveillance particulière clinique et biologique est nécessaire chez ces patients.

## **5. Quelle est la durée de traitement par antidépresseur ?**

Un traitement antidépresseur est poursuivi pendant une durée allant généralement de 6 mois à 1 an. Même si vous vous sentez mieux votre médecin pourra décider la poursuite de votre traitement antidépresseur afin de prévenir une éventuelle récurrence.

## **6. Quel est le délai d'amélioration de mes symptômes avec un antidépresseur ?**

Le début d'amélioration des symptômes survient généralement en 1 à 3 semaines. Cependant l'amélioration ou la disparition des symptômes ne survient parfois pas avant 2 mois.

Pour garantir le succès de votre traitement, il est très important de respecter la posologie et la durée de traitement prescrites par votre médecin, sauf avis contraire de sa part.

Il ne faut pas arrêter tout seul son traitement, même si l'efficacité tarde à survenir, ou si vous allez mieux.

## **7. Doit-on surveiller son traitement ?**

Une surveillance médicale est toujours nécessaire en cas de prescription d'un médicament antidépresseur. Elle fait partie de la prise en charge de votre maladie.

Au début du traitement, votre médecin vous demandera de le tenir au courant de votre état et de venir le revoir dans un délai de quelques jours.

Si vous avez des idées de mort ou de suicide, si vous ressentez une accentuation de votre anxiété ou de votre angoisse, ou au contraire une excitation ou un trop plein d'énergie, il est important d'en parler rapidement à votre médecin.

Cette surveillance rapprochée surtout en début de traitement permet de bien adapter votre traitement pour garantir son efficacité. Des modifications de la dose ou un changement de médicament antidépresseur pourront être ainsi décidés par votre médecin en fonction de l'évolution de votre état.

## **8. Comment arrêter son traitement par antidépresseur ?**

Des symptômes peuvent survenir lors de l'arrêt d'un traitement antidépresseur.

Ils surviennent généralement dans les jours suivant l'arrêt, durent en moyenne 1 semaine mais parfois peuvent se prolonger.

Les plus courants sont une anxiété, une irritabilité, un syndrome pseudo-grippal, des cauchemars, une insomnie, des nausées ou des sensations vertigineuses.

L'arrêt doit toujours être programmé avec votre médecin. Il décidera avec vous de la période la plus favorable pour envisager cet arrêt. Cet arrêt sera de toute façon progressif.

Une rechute peut survenir. Aussi, vous devez apprendre à repérer les signes de dépression et prévenir votre médecin de toute apparition de symptômes évocateurs d'une rechute.

## **Ce qu'il faut faire et ne pas faire**

---

## **9. Peut-on prendre d'autres médicaments en même temps qu'un antidépresseur ?**

Oui, il est possible de prendre en même temps qu'un antidépresseur des médicaments pour traiter les autres pathologies dont vous pouvez souffrir.

Cependant en raison des possibles interactions médicamenteuses qui pourraient nuire à l'efficacité de votre traitement, seul votre médecin est compétent pour décider quels autres traitements vous pouvez suivre.

Il est donc très important que vous signaliez à votre médecin tous les médicaments qui vous seraient prescrits par ailleurs ou que votre pharmacien aurait pu vous conseiller.

En effet, il en tiendra compte dans la prescription de votre traitement antidépresseur, car il existe des contre-indications à associer certains médicaments.

#### **10. A qui faut-il signaler que l'on prend un antidépresseur ?**

Vous devez signaler que vous suivez un traitement antidépresseur à tout médecin que vous seriez amené à consulter et notamment si vous devez subir une intervention chirurgicale ou dentaire.

#### **11. Que faire si on oublie de prendre son antidépresseur ?**

L'oubli occasionnel de son traitement est sans conséquence notable. Cependant vous ne devez pas modifier la dose prescrite ni le nombre de prises pour compenser un oubli sans en parler avec votre médecin.

L'oubli régulier de son traitement antidépresseur compromet sérieusement son efficacité.

Dans tous les cas, vous devez consulter la notice à votre disposition dans la boîte de votre médicament et en parler à votre médecin.

#### **12. Que faire en cas de grossesse ou de désir de grossesse ?**

Certains antidépresseurs peuvent être poursuivis en cas de grossesse. Il faut impérativement en parler à votre médecin qui jugera de la meilleure conduite à tenir.

#### **13. Faut-il changer son alimentation lorsque l'on est traité par un antidépresseur ?**

Certains antidépresseurs peuvent entraîner une prise de poids, d'autres des troubles digestifs. Il est donc recommandé que vous adaptiez votre alimentation afin de maintenir une alimentation équilibrée. L'absorption d'alcool ou de boissons alcoolisées est déconseillée.

Votre médecin vous aidera et vous conseillera.

### **Ce qu'il faut savoir**

---

#### **14. Ce qu'il faut savoir**

Pour bien suivre un traitement, il est nécessaire de bien en comprendre les objectifs ainsi que les modalités de prescription.

Un traitement ne peut être efficace que s'il est bien suivi. Votre médecin est là pour vous informer et vous aider tout au long de votre traitement.

N'hésitez pas à lui demander toute précision utile, par exemple :

- la manière et le moment de prendre les médicaments,
- le délai avant l'apparition des effets attendus du traitement,
- les effets indésirables les plus fréquents du traitement,
- comment le contacter en cas de besoin (aggravation, survenue d'idées suicidaires...),
- quels sont exactement les signes d'une dépression afin de détecter au plus tôt une rechute éventuelle.