

## Que dois-je savoir d'autre sur la prise d'antidépresseurs ?

Les antidépresseurs peuvent augmenter les risques de suicide, surtout au début du traitement ou lorsque vous augmentez la dose ou la quantité. Contactez immédiatement votre médecin si votre dépression empire ou si vous avez des pensées suicidaires.

Les antidépresseurs peuvent entraîner un effet secondaire rare appelé le syndrome sérotoninergique et caractérisé par les symptômes suivants :

- Confusion
- Hallucinations (une personne qui a des hallucinations voit, entend, ressent, sent ou goûte quelque chose qui n'est pas réellement là)
- Agitation ou anxiété
- Palpitations
- Changement de la tension artérielle
- Fièvre
- Nausées et vomissements
- Raideur ou tremblements musculaires
- Crises d'épilepsie ou convulsions

## Contactez immédiatement votre médecin si vous éprouvez l'un ou plusieurs de ces symptômes.

Les pharmaciens et les spécialistes en médecine peuvent également vous renseigner sur les effets secondaires des antidépresseurs. Toutefois, seul votre médecin peut modifier votre traitement.

Prenez note de vos symptômes et de tout effet secondaire résultant de la prise de votre médicament. Munissez-vous de ces notes lorsque vous vous rendez chez votre médecin et posez-lui des questions si vous avez besoin d'en savoir plus sur les effets qu'ont les antidépresseurs sur vous.

Vos amis et votre famille sont importants pour vous accompagner dans votre maladie et vous aider dans les soins, mais ils n'ont pas forcément les bonnes réponses à vos questions. Chaque patient est différent et les informations disponibles sur Internet ne sont pas toujours correctes ou spécifiques à votre maladie.

Évitez ou limitez la consommation d'alcool (vin, bière et alcools forts, y compris les cocktails), de tabac ou d'autres drogues car ceux-ci peuvent affecter les effets de votre traitement.

La brochure *Medimate*, disponible en plusieurs langues, peut vous aider à comprendre et utiliser les antidépresseurs ou d'autres médicaments, en complément des conseils et informations de votre médecin et de votre pharmacien. Cette brochure et d'autres informations utiles sont disponibles sur le site Web du National Prescribing Service Medicinewise (NPS) à l'adresse : [www.nps.org.au/translated-health-information-about-medicines](http://www.nps.org.au/translated-health-information-about-medicines).

## Quelqu'un que je connais souffre également de dépression. Puis-je lui donner mon médicament ?

Ne partagez jamais votre médicament avec quiconque. Il vous a été prescrit d'après vos symptômes et vos antécédents médicaux. Votre médicament pourrait s'avérer nocif pour quelqu'un d'autre.

Si quelqu'un que vous connaissez semble présenter les mêmes symptômes que vous, encouragez-le à consulter un médecin.

## Que faire si j'ai besoin d'aide pour communiquer en anglais ?

Demandez l'aide d'un interprète si vous avez des difficultés à communiquer avec votre médecin ou votre pharmacien. Plutôt que de recourir à un membre de votre famille ou à un ami, il est préférable de faire appel à un interprète professionnel qui a été formé pour comprendre les termes médicaux et qui est tenu de traiter les informations dans le respect de la confidentialité.

Votre médecin ou pharmacien peut appeler le Service de traduction et d'interprétariat (Translating and Interpreting Service ou TIS) au 131 450. Ce service est gratuit et disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

*Cette brochure contient des informations d'ordre général et ne cite pas tous les effets secondaires possibles, ni toutes les marques de médicaments existantes.*

## Qu'est-ce que la dépression ?

La dépression est une maladie qui peut avoir de graves effets sur la santé physique et mentale.

Ses symptômes sont les suivants :

- Un sentiment de tristesse pratiquement toute la journée, et presque tous les jours
- Une perte d'intérêt pour les activités qui plaisaient auparavant
- Un manque d'énergie
- Des changements dans les habitudes de sommeil
- Des changements d'appétit
- Des changements de libido
- Des sentiments de désespoir, d'impuissance, d'inutilité ou de culpabilité
- Une impossibilité de se concentrer ou de prendre des décisions
- Une irritabilité ou une colère accrue
- Une anxiété accrue
- Des pensées suicidaires ou de mort

Si vous éprouvez l'un ou plusieurs de ces symptômes presque toute la journée pendant au moins deux semaines, vous souffrez peut-être de dépression.

## La dépression est-elle un phénomène courant ?

La dépression est fréquente en Australie. Elle frappe davantage les femmes et n'épargne personne, quel que soit l'âge, ni les enfants ni les adolescents.

## Quelles sont les causes de la dépression ?

La cause exacte de la dépression reste inconnue, mais plusieurs facteurs la favorisent, notamment :

- Des antécédents familiaux de dépression
- Des situations de détresse telles que le chômage, des problèmes relationnels, l'isolement ou le deuil
- D'autres maladies

Parfois, la dépression survient sans raison apparente.

## Quels sont les traitements disponibles contre la dépression ?

Il existe des traitements contre la dépression, par exemple :

- Les antidépresseurs : pris sur le long terme, ils empêchent efficacement la récurrence de la maladie et toute rechute. Seul un médecin, dont votre généraliste ou votre psychiatre, peut les prescrire.
- Les traitements axés sur la parole, comme la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) qui consiste à parler à un professionnel de la santé mentale tel qu'un psychiatre, un psychologue, un travailleur social ou un conseiller. La psychothérapie peut aider certaines personnes à résoudre leurs problèmes et à affronter leurs difficultés.
- La thérapie par électrochocs est un traitement sûr et efficace contre la dépression grave, à envisager en cas d'échec des traitements médicamenteux ou autres. Votre médecin vous parlera davantage de cette thérapie s'il pense qu'elle vous convient.

De nombreuses personnes recourent à plusieurs traitements pour gérer leur dépression.

## Comment les antidépresseurs fonctionnent-ils ?

Les antidépresseurs contribuent à restaurer et à maintenir les taux normaux des substances chimiques dans le cerveau. Ils sont généralement efficaces pour contrôler les symptômes de la dépression et empêcher leur réapparition.

## Qu'est-ce que mon médecin a besoin de savoir pour me prescrire des antidépresseurs ?

Votre médecin doit connaître, avec le plus de précision possible, vos symptômes et vos antécédents médicaux, y compris vos maladies présentes et passées.

Mentionnez à votre médecin les médicaments que vous prenez, y compris les remèdes traditionnels ou à base de plantes. Ils peuvent affecter la manière dont votre médicament agit.

Si vous envisagez d'avoir un bébé, si vous êtes déjà enceinte ou si vous allaitez alors que vous êtes sous antidépresseurs, parlez-en à votre médecin.

### Pendant combien de temps devrai-je prendre des antidépresseurs ?

Les antidépresseurs n'éliminent pas les symptômes immédiatement et plusieurs semaines de prises régulières sont souvent nécessaires avant de ressentir un mieux. Même après votre guérison complète, vous devrez continuer le traitement pendant quelque temps. Tout changement dans les doses doit être discuté avec votre médecin.

### Quels sont les différents types d'antidépresseurs ?

Plusieurs types d'antidépresseurs sont disponibles et il vous faudra peut-être en essayer différents types sous la surveillance de votre médecin avant de trouver celui qui vous convient le mieux.

### Quels sont les effets secondaires courants des antidépresseurs ?

Les effets secondaires varient d'un antidépresseur à un autre et d'une personne à une autre. Un effet secondaire est une réaction indésirable à un médicament.

Les antidépresseurs ne semblent pas causer d'effets secondaires à long terme et n'entraînent pas de dépendance.

### Types d'antidépresseurs et leurs effets secondaires

#### Antidépresseurs tricycliques

Les antidépresseurs tricycliques peuvent être très efficaces.

Nom générique	Marque
Amitriptyline	Endep
Clomipramine	Anafranil
Dothiépine	Prothiaden ou Dothep
Doxépine	Deptran
Imipramine	Tofranil
Nortriptyline	Allegron

Les effets secondaires courants des antidépresseurs tricycliques sont entre autres :

- Somnolence
- Sécheresse buccale
- Vision floue
- Troubles urinaires
- Vertiges (sensation d'avoir le tournis)
- Prise de poids
- Troubles sexuels
- Constipation (difficulté à aller à la selle)
- Rythme cardiaque rapide ou irrégulier

Vous devez impérativement respecter la posologie qui vous sera fixée par votre médecin. Ne changez pas les doses car les antidépresseurs tricycliques peuvent être dangereux au-delà de la dose prescrite.

#### Inhibiteurs sélectifs de la recapture de la sérotonine (ISRS)

##### Ses symptômes sont les suivants :

Ce type d'antidépresseur cible une substance chimique cérébrale spécifique, la sérotonine.

Nom générique	Marque
Citalopram	Cipramil
Escitalopram	Lexapro
Fluoxétine	Lovan, Prozac
Fluvoxamine	Luvox
Paroxétine	Aropax
Sertraline	Zoloft

Les effets secondaires courants des inhibiteurs sélectifs de la recapture de la sérotonine sont entre autres :

- Nausées et vomissements
- Indigestion (gêne dans le haut de l'abdomen, éructation ou sensation désagréable de satiété pendant le repas)
- Douleur abdominale
- Diarrhée
- Constipation (difficulté à aller à la selle)
- Éruptions cutanées
- Transpiration excessive
- Anxiété
- Céphalées
- Insomnies ou somnolence
- Tremblements
- Troubles sexuels

#### Inhibiteurs de la recapture de la sérotonine et de la noradrénaline (IRSN)

Les inhibiteurs de la recapture de la sérotonine et de la noradrénaline ciblent deux substances chimiques cérébrales : la sérotonine et la noradrénaline.

Nom générique	Marque
Venlafaxine	Effexor XR
Desvenlafaxine	Pristiq
Duloxétine	Cymbalta
Réboxétine (NARI)	Edronax

Les effets secondaires courants des inhibiteurs de la recapture de la sérotonine et de la noradrénaline sont entre autres :

- Nausées et vomissements
- Vertiges (sensation d'avoir le tournis)
- Insomnies
- Rêves inhabituels
- Transpiration excessive
- Constipation (difficulté à aller à la selle)
- Tremblements
- Anxiété
- Céphalées
- Troubles sexuels

#### Antidépresseurs noradrénergiques et sérotoninergiques spécifiques (ANSS)

Ce type d'antidépresseur est prescrit pour combattre l'anxiété et l'insomnie. Il cible deux substances chimiques spécifiques du cerveau : la sérotonine et la noradrénaline.

Les effets secondaires courants des antidépresseurs noradrénergiques sélectifs et des antidépresseurs sérotoninergiques spécifiques sont entre autres :

- Somnolence
- Augmentation de l'appétit et prise de poids

Nom générique	Marque
Mirtazapine	Avanza

#### Inhibiteurs de la monoamine-oxydase (IMAO)

Les antidépresseurs inhibiteurs de la monoamine-oxydase sont moins fréquemment prescrits que les autres antidépresseurs.

Leur action peut varier avec l'alimentation, aussi ne mangez pas n'importe quoi. Si vous prenez ce médicament, faites très attention à ce que vous mangez. Votre médecin vous remettra la liste des aliments à éviter pendant le traitement.

Faites également attention si vous prenez d'autres médicaments, y compris des remèdes traditionnels ou à base de plantes. Parlez-en à votre médecin.

Nom générique	Marque
Phénelzine	Nardil
Tranlycypromine	Parnate
Moclobémide (inhibiteur réversible de la MAO)	Aurorix, Mohexal

Les effets secondaires courants des antidépresseurs inhibiteurs de la monoamine-oxydase sont entre autres :

- Vertiges (sensation d'avoir le tournis)
- Changements de la tension artérielle
- Somnolence
- Insomnies
- Céphalées
- Rétention d'eau dans l'organisme (par exemple, gonflements des pieds et des chevilles)
- Vision floue
- Prise de poids

### Puis-je arrêter de prendre mon médicament si je commence à me sentir bien ?

Vous devez toujours prendre votre médicament suivant les indications de votre médecin. Ne changez pas la dose prescrite. Avant d'arrêter le traitement, parlez-en impérativement à votre médecin. L'interruption soudaine d'antidépresseurs peut provoquer une maladie grave.