



## Dépression associée à d'autres troubles psychiatriques

🕒 paru le 08/07/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

### Quelle est sa fréquence et comment la reconnaître ?

La [dépression](#) est un trouble de l'humeur. Les principaux symptômes sont l'humeur triste et la perte d'intérêt ou de plaisir vis-à-vis de presque toutes les activités. Parfois, la dépression s'accompagne d'un ou de plusieurs autres troubles psychiatriques, tels que l'abus de substances (1 à 3 personnes dépressives sur 10), des troubles anxieux (1 personne dépressive sur 2) ou des troubles de la personnalité (1 personne dépressive sur 2).

#### Dépression et abus de substances

L'abus de substances, souvent de l'[alcool](#), peut se manifester avant que la véritable dépression ne se développe ou pendant un épisode de dépression. Chez les femmes, l'abus de substances précède le plus souvent la dépression, tandis que chez les hommes l'abus de substances se manifeste lorsque la dépression est déjà présente. L'abus de substances augmente le risque de suicide.

#### Dépression et troubles anxieux

Les [troubles anxieux](#) regroupent généralement le trouble panique et le trouble anxieux généralisé. On rencontre aussi des phobies spécifiques, comme l'agoraphobie et le délire de persécution.

#### Dépression et troubles de la personnalité

Les personnes atteintes d'un trouble de la personnalité pensent autrement que les autres et réagissent d'une autre manière aux sensations. Les troubles de la personnalité « borderline » se caractérisent notamment par de violentes sautes d'humeur, avec une impulsivité difficilement contrôlable, une mauvaise estime de soi avec anxiété de séparation, des tendances suicidaires...

#### Double dépression

Dans environ 10 à 20 % des cas de dépression, celle-ci est précédée d'une longue période de tristesse ( [dépression chronique ou dysthymie](#)). La double dépression est de mauvais pronostic en termes de guérison complète.

#### Dépression hivernale ou trouble affectif saisonnier

La dépression hivernale est un trouble dépressif (récurrent) qui survient principalement en automne et en hiver. Les troubles affectifs sont des troubles des émotions et de la vie émotionnelle, par exemple dans la relation conjugale, avec les enfants, les amis... En outre, il y a souvent des symptômes atypiques, comme un besoin accru de sommeil, de la fatigue en journée, un appétit augmenté et une prise de poids.

### Que pouvez-vous faire ?

Les troubles psychiatriques ne guérissent pas tout seul. Un accompagnement professionnel est nécessaire, en plus du soutien de l'entourage. N'attendez pas que ça passe tout seul, mais demandez de l'aide. Si vous souffrez de tristesse et que vous vous reconnaissez dans les symptômes décrits, parlez-en avec vos proches et/ou consultez un professionnel. Votre médecin généraliste vous guidera dans la recherche du professionnel qui convient et du traitement approprié.

### Que peut faire le médecin ?

Le traitement dépend de l'affection psychiatrique qui est présente en même temps. La dépression et ces affections s'influencent mutuellement. Cela complique souvent le traitement et a des conséquences sur les possibilités fonctionnelles dans la vie quotidienne. Il faut donc un traitement qui agit à la fois sur la dépression et sur le trouble psychiatrique.

#### Dépression et abus de substances

En cas d'abus de substances, une thérapie de sevrage ciblée sera nécessaire en plus des antidépresseurs classiques. L'arrêt brutal de l'alcool peut provoquer des symptômes de sevrage, comme des palpitations. Ces symptômes peuvent être dangereux. C'est la raison pour laquelle on choisit parfois une admission dans un service spécialisé.

#### Dépression et troubles anxieux

Les antidépresseurs sont efficaces aussi bien pour la dépression que pour la plupart des troubles anxieux (à l'exception des phobies spécifiques). Parfois, on a aussi recours à des neuroleptiques (ou antipsychotiques) en cas de trouble anxieux généralisé, de stress post-traumatique et de trouble obsessionnel compulsif (TOC) (caractérisé par l'apparition répétée de pensées intrusives et un comportement compulsif). Il est généralement utile, en plus du traitement par médicaments, de commencer une psychothérapie. Pour cela, le médecin vous adressera à un psychologue.

#### Dépression et troubles de la personnalité

Ici aussi, on a souvent recours aux antidépresseurs. La psychothérapie entreprise dans ce cas peut durer plusieurs années.

#### Double dépression

Le traitement est comparable à celui d'une dépression classique, mais une attention particulière est accordée aux autres symptômes et à un bon suivi.

#### Dépression hivernale ou trouble affectif saisonnier

Le médecin peut prescrire une photothérapie. La personne est exposée à une lumière vive d'une longueur d'onde déterminée, plus précisément vert/bleu/jaune.

### En savoir plus ?

- [Dépression – Discutons santé](#)
- [Dépression : médicaments ou psychothérapie ? – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Thérapie cognitivo-comportementale \(TCC\) – AEMTC – Association pour l'Étude, la Modification et la Thérapie du Comportement](#)
- [Antidépresseurs – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Antipsychotiques – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Alcool, le point sur votre consommation – Stop ou encore ?](#)
- [Somnifères et calmants, réfléchissez avant de consommer – AFMPS – Agence Fédérale des Médicaments et Produits de Santé](#)

*Vous cherchez une aide plus spécialisée ?*

- [Services de Santé Mentale – Le guide social](#)
- [Trouver un thérapeute – AEMTC – Association pour l'Étude, la Modification et la Thérapie du Comportement](#)
- [Trouver un psychologue – Commission des psychologues](#)

- [Aide alcool – Le Pélican & Le centre ALFA](#)
- [Infor-Drogues – Une autre écoute](#)

**Source**

[Guide de pratique clinique étranger 'Traitement de la dépression en association avec d'autres troubles psychiatriques' \(2000\), mis à jour le 25.08.2017 et adapté au contexte belge le 24.03.2020 – ebpracticenet](#)