

JE PRENDS UN ANTIDÉPRESSEUR

Mon médecin m'a prescrit un antidépresseur :

- parce que je souffre d'une dépression et l'insomnie est un symptôme fréquent de la dépression.
- ou bien parce que je souffre d'une insomnie chronique et il vaut mieux prendre des antidépresseurs que des hypnotiques au long terme.
- ou bien parce que je suis en période de sevrage des hypnotiques et les antidépresseurs vont m'aider pendant cette période difficile.

Les antidépresseurs sont des médicaments qui agissent sur l'humeur.

- Il faut savoir que leur effet sur la dépression demande un délai de 2 à 4 semaines et que leur effet sur le sommeil est plus rapide (quelques jours).
- Contrairement aux hypnotiques (somnifères) et aux anxiolytiques (« anti stress »), il n'y a **pas de dépendance** avec les antidépresseurs et il n'est donc pas dangereux d'en prendre pendant une longue durée.
- Pour éviter les rechutes, ce médicament doit être pris pendant au moins 4 mois.
- Selon le type d'antidépresseur, la dose nécessaire peut être atteinte en plusieurs jours, ou sur 3 à 4 jours ou bien d'emblée. Par contre, l'arrêt de l'antidépresseur sera toujours très progressif pour éviter le risque de réaction de sevrage avec certains antidépresseurs.
- La prise en charge psychologique est fondamentale

Les effets indésirables :

Ils dépendent de la classe à laquelle ils appartiennent. Les antidépresseurs les plus prescrits actuellement agissent sur les récepteurs à la sérotonine et ont souvent comme effets indésirables : nausée, vomissement, fatigue, diarrhée ou constipation, maux de tête, sécheresse buccale, sueurs, troubles visuels, palpitations, modification du poids, sédation et somnolence.

Cette liste n'est pas exhaustive et il faut se référer à la notice du médicament. **Ces effets indésirables sont généralement transitoires (2 semaines).**

Ce traitement peut modifier vos capacités d'attention, de réaction, et votre vigilance au volant et au travail

L'absorption de boissons alcoolisées est fortement déconseillée durant toute la durée du traitement à cause de l'augmentation de l'effet sédatif et de l'altération de la vigilance.