

## Comment arrêter son traitement et que va-t-il se passer ?

*Cette rubrique a pour but d'offrir à l'internaute des informations médicales de qualité. Néanmoins, les informations fournies sont destinées à améliorer, non à remplacer, la relation qui existe entre le patient et son médecin.*

Certaines personnes, qui sont rassurées par le médicament, se sentent parfois inquiètes au moment de l'arrêter : c'est tout à fait normal.

Si votre médecin décide d'arrêter votre traitement antidépresseur, c'est qu'il estime que votre guérison est acquise : ce n'est pas seulement une consolidation, une amélioration de surface, mais une guérison en profondeur. La "béquille médicamenteuse" que représentait l'**antidépresseur** n'est donc plus nécessaire.

**Le médicament que j'ai pris pendant des mois va-t-il laisser des traces dans mon organisme ?**

Il n'y a pas de risque particulier à prendre un **traitement antidépresseur** durant plusieurs mois. A l'arrêt du traitement, le médicament sera éliminé progressivement de votre organisme.

**Est-ce que je ne risque pas de rechuter rapidement ?**

Pas si votre traitement a été assez long (au moins 6 à 9 mois, parfois plus). Votre médecin sait évaluer le meilleur moment : il ne tient pas, lui non plus, à vous voir rechuter dans la dépression!  
Même si le risque est faible, une rechute peut survenir à l'arrêt du traitement. Si vous avez le sentiment que des signes de dépression réapparaissent ou qui n'ont jamais vraiment disparu, n'hésitez pas à en parler à votre médecin

**Quels sont les risques d'arrêt brutal ?**

Le syndrome de sevrage apparaît quand le traitement est diminué ou arrêté trop brutalement.

Il peut se manifester par un certain degré de **tension nerveuse**, une anxiété ou une **irritabilité**, par des **troubles du sommeil** (cauchemars, insomnies), par des sensations de vertiges ou par des signes pouvant faire évoquer une grippe (comme des douleurs dans les muscles, des nausées, de frissons...). L'apparition d'un **syndrome de sevrage** ne signifie pas que vous êtes dépendant aux antidépresseurs. Les traitements antidépresseurs n'entraînent pas de dépendance.

**Pendant combien de temps, doit-on diminuer les doses de médicaments ?**

Plus la durée de traitement aura été longue et plus la période de diminution des doses doit être prolongée. Le traitement sera arrêté progressivement en quelques semaines.

**Et si je le gardais, au lieu de l'arrêter ?**

La grande majorité des dépressions ne nécessitent pas un traitement à vie. Garder votre antidépresseur peut donc vous rassurer, mais passé un certain temps, il est inutile.

## Le traitement doit être arrêté progressivement

Le traitement doit être arrêté progressivement pour deux raisons. D'une part, pour éviter ce que l'on appelle un syndrome "d'arrêt" ou syndrome "de sevrage". D'autre part, un arrêt progressif permet de continuer à voir régulièrement son médecin qui pourra ainsi surveiller (avec votre aide) que les signes de dépression ne réapparaissent pas

Vous devez faire part de la survenue de ces signes à votre médecin mais ne vous inquiétez pas, ils disparaissent en général spontanément en quelques jours. Si nécessaire, votre médecin peut décider de ré-augmenter transitoirement les doses d'antidépresseur puis de les diminuer à nouveau encore plus progressivement.

# Références

1. La dépression, en savoir plus pour en sortir. INPES Août 2007.  
[www.info-depression.fr](http://www.info-depression.fr)
2. AFSSAPS. Antidépresseurs Bon usage des médicaments antidépresseurs dans le traitement des troubles dépressifs et des troubles anxieux de l'adulte. Argumentaire. Octobre 2006