

La dépression ce n'est pas que dans la tête, c'est à la fois des symptômes émotionnels et physiques

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.

La dépression entraîne un « ralentissement » dans tous les registres de la vie quotidienne: vie affective, fonctionnement intellectuel, forme physique, mécanismes vitaux et corporels. Ce ralentissement se décline en multiples symptômes, tant émotionnels que physiques, qui persistent pendant une longue durée (au-delà de quinze jours).



La dépression fait mal psychiquement et physiquement

Le diagnostic de la dépression fait une large part aux symptômes psychiques de la dépression : tristesse intense, incapacité à éprouver du plaisir, pensées négatives, culpabilité, etc. Les symptômes physiques ne doivent pas être négligés, fatigue, troubles de l'appétit, ... font en effet parti du cortège de symptômes.

Les douleurs corporelles comme des maux de tête ou des souffrances dans les articulations sont souvent retrouvées chez les patients dépressifs, et peuvent n'avoir aucune cause organique identifiée: elles font alors parti de la symptomatologie complexe de la dépression.

Symptômes émotionnels et cognitifs

- Irritabilité, culpabilité
- Anxiété, tristesse
- Douleur morale
- Difficulté à prendre des décisions
- Perte de la capacité à ressentir des émotions positives, idées noires
- Repli sur soi
- Perte d'intérêt
- Ruminations obsessives
- Troubles de la concentration et de la mémoire

Symptômes physiques

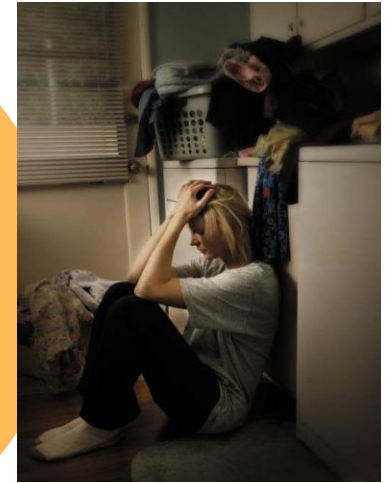
• NON DOULOUREUX

- Insomnie ou hypersomnie
- Plaintes sexuelles : altération de la libido, troubles érectiles, anorgasmie
- Palpitations
- Sensations de fourmillement
- Troubles digestifs
- Asthénie
- Troubles de l'appétit, modifications pondérales

Les conséquences de ces symptômes dépressifs sur le fonctionnement quotidien de la personne sont considérables.

Même si les symptômes sont bien présents, la personne qui souffre de dépression a souvent du mal à les repérer. L'évaluation par un professionnel de santé est donc indispensable pour établir le diagnostic et trouver une solution adaptée.

Parmi les patients présentant des symptômes dépressifs en consultation de médecine générale, jusqu'à **60%** se plaignent de douleurs corporelles lors de l'admission (Bair 2003)



• DOULOUREUX

- Douleurs corporelles diverses
- Douleur des épaules et les articulations
- Céphalées
- Tensions musculaires
- Raideurs ou pesanteurs dans les membres

Pourquoi les douleurs psychiques et physiques ?



La relation entre douleur corporelle et dépression semble se faire dans les deux sens. La douleur pourrait favoriser l'apparition d'une dépression et la dépression pourrait sensibiliser à la douleur.

La douleur chronique est un facteur de risque de dépression et multiplierait par deux le risque d'épisode dépressif majeur. Une douleur qui retentit sur la qualité de vie est un facteur de risque de survenue d'une dépression;

Inversement, l'exposition prolongée à la dépression augmente la sensibilité à la douleur et constituerait un facteur de risque de douleur chronique.



Lilly

Références

1. Olié JP, Poirier MF, Lôô H, Les maladies dépressives 2ème édition. Médecine-Sciences Flammarion
2. OMS. La classification des maladies mentales. CIM 10. 1994;131-7
3. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders : DSM IV TR (Washington DC 2000)
4. La dépression, en savoir plus pour en sortir. INPES Août 2007.
5. AFSSAPS. Bon usage des médicaments antidépresseurs dans le traitement des troubles dépressifs et des troubles anxieux de l'adulte. Argumentaire. Octobre 2006
6. Lépine JP, Briley M. The epidemiology of pain in depression. Hum Psychopharmacol Clin Exp 2004 ;19 :S3-S7.