

# ANXIOLYTIQUES

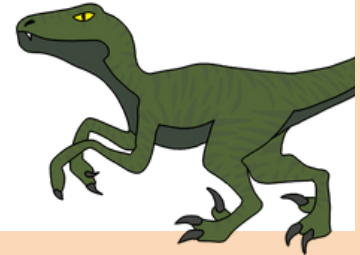
"Prend un Xanax"

Les plus connus font partie de la classe des **benzodiazépines**, dont les premiers ont été commercialisés dans les années 1960. La famille des **anxiolytiques** est très hétérogène et les mécanismes d'action au niveau du cerveau très différents.

En France, ces médicaments sont prescrits à **7,5 % de la population** !



Chez les personnes de plus de 65 ans, c'est presque **1 personne sur 3** !



## CONTEXTE

Les anxiolytiques sont des médicaments destinés à traiter les symptômes psychologiques et/ou somatiques de **l'anxiété**.

## EFFETS RECHERCHÉS

Soulager rapidement les symptômes de l'anxiété, au niveau **émotionnel et physique**.

## EFFETS INDÉSIRABLES

Les effets les plus communément retrouvés sont la **somnolence**, les **troubles de la mémoire** et un **risque de dépendance**.

## DURÉE DU TRAITEMENT

La durée maximale d'un traitement par anxiolytique est de **12 semaines**, afin de limiter au maximum le risque de dépendance au produit. Au-delà, la prise doit être scrupuleusement contrôlée.

# HYPNOTIQUES

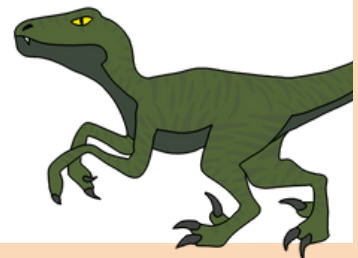
Les "Somnifères"

On appelle hypnotique toute substance capable d'induire et/ou de maintenir le sommeil.

4 millions de français.e.s  
(6 %) sont concerné.e.s !



Et il faut encore une fois  
faire attention au risque  
de pharmacodépendance !



## CONTEXTE

Les hypnotiques sont utilisés dans le cas des troubles du sommeil (difficultés d'endormissement ou réveils précoces), après avoir essayé d'autres approches (ex : modification des habitudes).

## EFFETS RECHERCHÉS

Induire la somnolence chez la personne, sédater, endormir.

## EFFETS INDÉSIRABLES

On retrouve une altération de la vigilance, des troubles de la mémoire à court terme, un risque d'apnée du sommeil...  
A l'arrêt, on peut même observer un rebond d'insomnie !

## DURÉE DU TRAITEMENT

Le risque de dépendance nécessite de nombreuses précautions. La durée maximale préconisée est ainsi de 4 semaines, et il faut réduire progressivement les doses, avec un.e médecin !

# ANTI-PSYCHOTIQUES

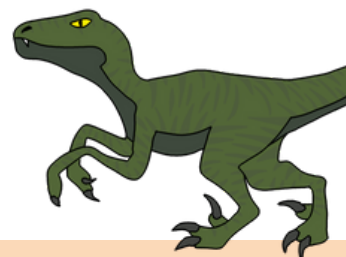
Anciennement  
"neuroleptiques"

Au début des années 50, le premier antipsychotique synthétisé révolutionnait la psychiatrie et tout spécialement la prise en charge des personnes souffrant de psychose (i.e. schizophrénie).

En 2010, 0,9 % des français.e.s ont déclaré avoir pris un antipsychotique.



Sur ce plan, la France se situe dans la moyenne des pays européens !



## CONTEXTE

Les antipsychotiques s'utilisent majoritairement pour traiter les symptômes productifs de la schizophrénie (délires/hallucinations), mais ils peuvent s'utiliser dans d'autres cas (i.e. trouble bipolaire)..

## EFFETS RECHERCHÉS

Sédation, réduction des symptômes productifs de la schizophrénie, réduction de l'anxiété

## EFFETS INDÉSIRABLES

Les antipsychotiques peuvent fréquemment provoquer des troubles moteurs, qui se contrent avec l'ajout d'un médicament "correcteur", des troubles métaboliques (prise de poids, diabète).

## DURÉE DU TRAITEMENT

Contrairement aux précédents traitements évoqués, les antipsychotiques ne comportent pas de risque de dépendance. L'arrêt sera toutefois à encadrer, car il y a un risque de sevrage.

# ANTIDÉPRESSEURS

abrégé "AD"

Les antidépresseurs sont sur le marché depuis les années 60. Ils ne sont pas utilisés que dans le cas de la dépression, mais également pour d'autres troubles qui partagent certains symptômes (troubles anxieux, trouble bipolaire...).



En 2010, 6 % des français.e.s ont consommé un antidépresseur !



Et entre 2010 et 2015, la consommation d'AD en France a augmenté de 20 % !

## CONTEXTE

Ils sont à envisager lors de dépressions **sévères** ou **prolongées**, après **échec** ou **insuffisance** des autres types de thérapies.

## EFFETS RECHERCHÉS

Soulager la souffrance et la tristesse, diminuer les conséquences physiques, psychiques et relationnelles de la dépression, mais aussi réduire le risque suicidaire.

## EFFETS INDÉSIRABLES

La plupart sont généralement **peu gênants** et surviennent en **début de traitement**. Les **détecter** limite leurs conséquences !

## DURÉE DU TRAITEMENT

Lors d'un **premier épisode**, on **préconise** au moins **6 mois** de traitement pour éviter que la dépression ne revienne après l'arrêt. Après de multiples épisodes, le temps est prolongé.

# THYMORÉGULATEURS

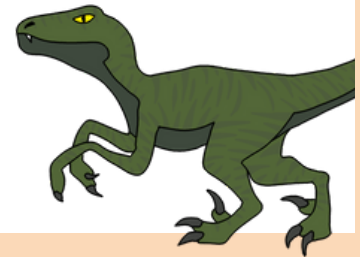
Ou "normothymiques"

En 1971, le lithium commence à être utilisé dans le traitement des troubles bipolaires. Longtemps le seul médicament utilisé dans ce cadre, il fut ensuite rejoint par les anticonvulsivants.

Si on considère tous les types de troubles bipolaires et tout le spectre de la maladie, 7 % des gens seraient touchés en France !



Et il faut en moyenne de 10 à 12 ans et 4 à 5 médecins différents pour qu'il soit nommé !



## CONTEXTE

Les thymorégulateurs sont utilisés pour traiter le trouble bipolaire, notamment pour prévenir la récurrence des épisodes maniaques et hypomaniaques et pour prévenir les épisodes dépressifs.

## EFFETS RECHERCHÉS

Réguler l'humeur et la stabiliser, afin de réduire la fréquence et l'intensité des épisodes de manie (humeur trop élevée) ou de dépression (humeur anormalement basse).

## EFFETS INDÉSIRABLES

Les effets indésirables retrouvés sont la soif, la prise de poids, les somnolences, les nausées ou encore une baisse de la libido.

## DURÉE DU TRAITEMENT

L'arrêt ne doit pas être envisagé avant une stabilité de 2 ans, et pour certain.e.s le traitement sera pris à vie.

# PSYCHOSTIMULANTS

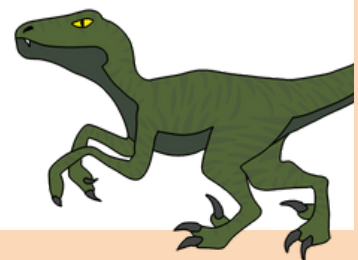
## L'exemple du méthylphénidate

"Psychostimulant" est un terme qui désigne une substance psychotrope agissant comme un excitant psychique, accélérant l'activité du système nerveux et stimulant l'humeur.

On estime que 5 % des enfants sont atteints par le TDA/H en France.



Le méthylphénidate est indiqué chez les enfants de plus de 6 ans, quand les autres méthodes sont insuffisantes !



## CONTEXTE

Le méthylphénidate est principalement utilisé pour traiter le trouble et déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H). On l'utilise également pour la narcolepsie ou l'hypersomnie.

## EFFETS RECHERCHÉS

Le méthylphénidate a un effet positif sur les composantes cognitives (inhibition, attention, mémoire de travail) et motrices, et permet de rétablir les actions adaptées vis-à-vis d'une consigne (ex : en classe).

## EFFETS INDÉSIRABLES

Les effets indésirables fréquents sont une nervosité, une insomnie, des douleurs abdominales ou des céphalées.

## DURÉE DU TRAITEMENT

En France, le traitement est prescrit en moyenne pour une durée de 3 ans et 6 mois. Il n'est en aucun cas prescrit à vie et n'est pas curatif. C'est plutôt une béquille !