

Qui sont les personnes dépressives ?

Qui peut être touché par la dépression ?

Personne n'est à l'abri de la dépression. On peut avoir apparemment tout pour être heureux et souffrir d'une dépression sévère. Le mode de vie a une influence. Ainsi, la solitude affective (veuvage, divorce, séparation) constitue un facteur de risque, surtout pour les hommes, de même qu'un environnement professionnel générateur de stress (licenciement, chômage, pression dans le travail, surmenage). D'autre part, certains moments de la vie comme l'adolescence, la grossesse, l'accouchement ou la survenue d'une maladie grave fragilisent l'individu, le rendant plus vulnérable à la dépression.

La dépression est une maladie qui peut toucher tout le monde à tout âge, même si la dépression est plus fréquente chez les adultes jeunes (sept dépressifs sur dix ont moins de 45 ans). De plus, hommes et femmes ne sont pas égaux devant la dépression. La maladie touche en moyenne un homme sur dix et une femme sur cinq. La raison en est peut être que les dépressions féminines sont mieux dépistées, car les femmes demanderaient de l'aide plus facilement que les hommes. De plus, les hormones sexuelles pourraient jouer un rôle, ce qui expliquerait la plus grande fréquence de la dépression féminine durant certaines périodes de fluctuations hormonales (accouchement, ménopause).

Baby blues et dépression post-partum

Il ne faut pas confondre le célèbre baby blues avec la dépression du post-partum. Huit femmes sur dix ressentent les symptômes du **baby blues** entre le deuxième et le dixième jour après l'accouchement. Ces troubles dépressifs passagers (crises de larmes, vague à l'âme) ne durent que deux ou trois jours et disparaissent spontanément. Ils sont dus aux bouleversements hormonaux provoqués par l'accouchement, à la fatigue et à la prise de conscience du nouveau rôle de mère.

Moins fréquente que le baby blues, la **dépression du post-partum** touche une femme sur six. Elle se manifeste quelques semaines après l'accouchement. Ses symptômes sont ceux de la dépression : tristesse, perte d'intérêt et de plaisir, difficultés de concentration, troubles du sommeil. Un sentiment de culpabilité sur une supposée incompétence maternelle, une anxiété injustifiée quant à l'état de santé de l'enfant, ou au contraire un rejet du bébé peuvent également être ressentis.

Le traitement par antidépresseurs, associé à une psychothérapie, est efficace. Dans les cas de dépressions postnatales sévères, une hospitalisation peut être envisagée. Il existe en France quelques unités spécialisées dans l'accueil des nouvelles mères sévèrement déprimées.

Qui peut être touché par la dépression ?

Personne n'est à l'abri de la dépression. On peut avoir apparemment tout pour être heureux et souffrir d'une dépression sévère. Le mode de vie a une influence. Ainsi, la solitude affective (veuvage, divorce, séparation) constitue un facteur de risque, surtout pour les hommes, de même qu'un environnement professionnel générateur de stress (licenciement, chômage, pression dans le travail, surmenage). D'autre part, certains moments de la vie comme l'adolescence, la grossesse, l'accouchement ou la survenue d'une maladie grave fragilisent l'individu, le rendant plus vulnérable à la dépression.

La dépression est une maladie qui peut toucher tout le monde à tout âge, même si la dépression est plus fréquente chez les adultes jeunes (sept dépressifs sur dix ont moins de 45 ans). De plus, hommes et femmes ne sont pas égaux devant la dépression. La maladie touche en moyenne un homme sur dix et une femme sur cinq. La raison en est peut être que les dépressions féminines sont mieux dépistées, car les femmes demanderaient de l'aide plus facilement que les hommes. De plus, les hormones sexuelles pourraient jouer un rôle, ce qui expliquerait la plus grande fréquence de la dépression féminine durant certaines périodes de fluctuations hormonales (accouchement, ménopause).

Baby blues et dépression post-partum

Il ne faut pas confondre le célèbre baby blues avec la dépression du post-partum. Huit femmes sur dix ressentent les symptômes du **baby blues** entre le deuxième et le dixième jour après l'accouchement. Ces troubles dépressifs passagers (crises de larmes, vague à l'âme) ne durent que deux ou trois jours et disparaissent spontanément. Ils sont dus aux bouleversements hormonaux provoqués par l'accouchement, à la fatigue et à la prise de conscience du nouveau rôle de mère.

Moins fréquente que le baby blues, la **dépression du post-partum** touche une femme sur six. Elle se manifeste quelques semaines après l'accouchement. Ses symptômes sont ceux de la dépression : tristesse, perte d'intérêt et de plaisir, difficultés de concentration, troubles du sommeil. Un sentiment de culpabilité sur une supposée incompétence maternelle, une anxiété injustifiée quant à l'état de santé de l'enfant, ou au contraire un rejet du bébé peuvent également être ressentis.

Le traitement par antidépresseurs, associé à une psychothérapie, est efficace. Dans les cas de dépressions postnatales sévères, une hospitalisation peut être envisagée. Il existe en France quelques unités spécialisées dans l'accueil des nouvelles mères sévèrement déprimées.

Le cas des personnes âgées

La dépression chez les personnes âgées est souvent sous-estimée. Une idée répandue voudrait qu'avec l'âge il devienne normal d'être triste, fatigué, abattu. Pourtant, la dépression chez les personnes âgées est assez fréquente, pouvant s'exprimer par une agressivité, une irritabilité, des insomnies ou encore par des symptômes qui peuvent être confondus avec des signes de démence ou de sénilité, tels que pertes de mémoire ou confusion. Si la dépression est diagnostiquée, ces manifestations disparaissent avec le traitement.

©<http://www.eurekasante.fr/maladies/psychisme/depression-adulte.html?pb=qui>