

## LES ANTIDEPRESSEURS IMAO

### Pourquoi m'a-t-on prescrit un antidépresseur IMAO ?

Une personne sur cinq environ est dépressive à un moment de sa vie. Elle va alors se sentir triste et démotivée, manquer de punch ou perdre tout intérêt et plaisir pour le travail ou les loisirs. Elle éprouvera des difficultés à s'endormir ou se réveillera plus tôt que d'habitude. Elle pourra aussi souffrir de troubles de l'appétit, de l'attention, de la mémoire ou de la concentration.

La dépression n'est pas un manque de volonté. C'est une maladie qui nécessite le recours à un traitement par un antidépresseur.

Les antidépresseurs IMAO sont aussi utilisés dans la maniaque-dépression

### Que sont les IMAO ?

Les IMAO ne sont ni des tranquillisants ni des somnifères. Ce sont des antidépresseurs.

Les IMAO (Inhibiteur de la Monoamine-Oxydase) représentent un des groupes de médicaments disponibles pour traiter la dépression. Ils sont indiqués dans la dépression résistante, lorsque les autres traitements ont échoué.

Parmi les IMAO, on trouve: la Nardelzine<sup>®</sup>.

### Les IMAO sont-ils sans danger ?

Les IMAO sont habituellement d'un usage sûr si vous respectez votre prescription médicale et un régime alimentaire adéquat.

Si vous souffrez de certaines pathologies, il est important que vous le signaliez à votre psychiatre et/ou à votre médecin pour qu'il(s) vérifie(nt) que vos différents traitements restent compatibles entre eux . Par exemple :

- a) si vous souffrez de diabète, d'épilepsie, d'hyperthyroïdie, de troubles cardiaques ou hépatiques.
- b) si vous prenez d'autres médicaments, vérifiez le paragraphe "médicaments à éviter".
- c) si vous êtes enceinte, désireuse de l'être, ou si vous allaitez.
- d) si vous ne respectez pas de régime particulier.

### Comment dois-je prendre les antidépresseurs IMAO ?

Il faut respecter les posologies prescrites. Prenez vos médicaments régulièrement avec un grand verre d'eau. Ne modifiez pas la dose vous-même; si vous avez oublié une prise, prenez-la dès que vous vous en apercevez, pour autant qu'il n'y ait que quelques heures de retard. Sinon ne doublez jamais les prises, prenez simplement la suivante .

## **Doit-on éviter certains aliments ou certaines boissons ?**

Les IMAO peuvent réagir avec une substance (la tyramine) présente dans certains aliments et provoquer de l'hypertension artérielle.

### A éviter :

- boissons alcoolisées: Chianti, Porto, vin rouge et blanc (un vin blanc jeune peut être autorisé), bière, whisky et liqueurs.
- légumes: épinard, choucroute, fève des marais.
- fromages: tous sauf fromages blancs.
- poissons fumés, marinés, hareng, anchois, crevettes.
- extraits protéiniques: cubes de bouillon, oxo.
- levures et extraits de levure.
- viandes: saucisson, salami, foie, abat, rognon, corned beef.

### A consommer modérément :

- le café
- le chocolat
- les avocats
- les framboises
- fruits secs: cacahuètes, noix de coco.

Si la rigueur n'est pas observée, des sueurs, un flush du visage, des maux de tête peuvent apparaître. Prévenez directement votre médecin.

## **Doit-on éviter certains médicaments ?**

Dans tous les cas :

- évitez toute automédication
- prévenez votre médecin, votre pharmacien, votre dentiste de votre traitement aux IMAO car la prudence s'impose lors de l'association avec des médicaments utilisés dans le traitement de l'hypotension (ex. Effortil), des antitussifs (ex. sirops contenant du dextrométophane), des médicaments utilisés dans les cas de rhumes des foins (gouttes pour le nez) ou de refroidissement, des antidouleurs, d'autres antidépresseurs...

## **Que puis-je ressentir avec un antidépresseur IMAO?**

Dès le début, vous pourriez constater une amélioration mais la plupart des études cliniques contrôlées montrent que les traitements médicamenteux des dépressions produisent une amélioration qui n'est généralement sensible et mesurable qu'après deux à trois semaines au minimum. La stabilisation peut demander plusieurs mois, il est important de continuer le traitement.

## **Les IMAO et l'alcool ?**

Comme avec la plupart des médicaments, la prise d'alcool avec les antidépresseurs IMAO est déconseillée.

Il faut absolument éviter l'alcool au cours de la première semaine de traitement.

Par la suite, une consommation modérée d'alcool peut être permise si vous vous sentez bien. Discutez en avec votre médecin mais surtout n'arrêtez pas votre traitement si vous avez simplement l'intention de consommer une boisson alcoolisée. Dans ce cas, la conduite d'un véhicule est fortement déconseillée.

## **Si je me sens mieux, puis-je arrêter le traitement ?**

Surtout pas ! Ceci peut être dangereux et provoquer une rechute. Les traitements sont longs et doivent souvent durer plusieurs mois ou même années mais ne provoquent pas d'accoutumance. L'arrêt du traitement doit toujours être décidé en accord avec votre médecin.

<b>EFFETS SECONDAIRES POSSIBLES</b>	<b>QUE FAIRE ?</b>
Hypotension. Vous pouvez avoir des vertiges en vous levant.	Ce malaise n'est pas dangereux; ne vous levez pas trop brusquement; évitez de conduire. Parlez-en à votre médecin qui seul peut vous prescrire un traitement adéquat si nécessaire.
Somnolence.	Évitez de conduire un véhicule ou d'utiliser des machines; demandez à votre médecin si vous ne pouvez pas prendre votre médicament le soir.
Bouche sèche.	Sucez des bonbons sans sucre. Buvez de l'eau régulièrement.
Constipation.	Mangez d'avantage de fruits, de légumes, de son, de fibres. Buvez de l'eau abondamment. Faites plus de marche. Si nécessaire, demandez à votre médecin ou pharmacien un laxatif doux.
Maux de tête.	Vous pouvez prendre un médicament à base d'aspirine ou de paracétamol.
Gonflement des chevilles.	Consultez votre médecin.
Transpiration abondante.	Consultez votre médecin.
Insomnies.	Consultez votre médecin.
Troubles de la vision et de l'accommodation. Rare.	C'est peut-être passager. Évitez de conduire. Consultez votre médecin en cas d'aggravation.
Rétention urinaire. Rare.	Contactez rapidement votre médecin.
Eruption cutanée. Rare.	Arrêtez de prendre votre médicament et contactez votre médecin immédiatement.

*Cette information est destinée à vous aider à mieux comprendre votre traitement. Ce n'est pas une notice officielle émanant d'une firme pharmaceutique.*

*Adapté de: United Kingdom Psychiatric Pharmacy Group*

*Groupe Belge des Psychopharmaciens avec la collaboration du Docteur A. Moinet (Psychiatre)*