



Formes particulières de dépression

[Deutsch](#)[Italiano](#)[Âgé](#) | [Masculine](#) | [SPM](#) | [Saisonnrière](#) | [Chez l'enfant et les jeunes](#) | [Postnatale](#)

Dépression après un accouchement – Dépression postnatale

[Babyblues - Dépression postnatale – Psychose postnatale](#)[Que peuvent faire les parents?](#)[Quels sont les traitements envisageables?](#)

Babyblues – Dépression postnatale – Psychose postnatale

Après l'accouchement (on appelle cette période les suites des couches, le post-partum ou période postnatale), beaucoup de femmes sont victimes de troubles dépressifs divers de l'humeur qui peuvent fortement varier entre eux et que l'on répartit (en simplifiant) en différentes catégories.

- Le baby blues désigne les crises de larmes et le vague à l'âme de courte durée qui survient dès le deuxième ou le troisième jour et qui est déclenché par les modifications hormonales massives et le bouleversement des conditions de vie. Il touche près de la moitié des mères, ne nécessite aucun traitement et disparaît après quelques jours.
- La dépression postnatale survient au cours de l'année qui suit l'accouchement et touche à peu près 20 % des mères. Ses symptômes sont proches de ceux de la dépression ordinaire mais comme ils s'installent insidieusement et sont d'abord généralement attribués à la surcharge habituelle de travail, on ne réalise souvent pas qu'il s'agit d'une maladie psychique (passagère) que l'on peut traiter. Les symptômes éprouvés par les femmes sont multiples. Une tristesse, de la fatigue, un sentiment de vide, des sentiments de culpabilité, une perte d'intérêts, une absence de désirs sexuels, des troubles de la concentration et du sommeil, des maux de tête ou d'autres ennuis de ce genre, de l'irritabilité, des angoisses, des crises de panique, des sentiments ambivalents envers l'enfant et même des idées de suicide.
- La psychose postnatale concerne 2 femmes sur 1000 environ et survient dans les deux semaines qui suivent l'accouchement. Il s'agit d'une situation psychique grave au cours de laquelle les femmes touchées perdent le contact avec la réalité. Une telle psychose peut s'exprimer par des idées délirantes, une hyperactivité extrême, des angoisses graves et un repli sur soi. Le traitement est indispensable.



Que peuvent faire les parents?

Même si on considère qu'il convient de nager dans le bonheur après une naissance, il est important d'être attentif aux troubles de l'humeur chez la mère et de l'aider à les supporter. Vous pouvez, vous-mêmes, envisager différentes possibilités selon les cas.

- Discutez-en avec d'autres mamans et d'autres papas. Cela vous soulagera en tant que mère ou cela vous permettra d'aider la mère si vous savez à l'avance qu'un peu de déprime est chose normale après une naissance.
- Informez-vous sur les variations postnatales de l'humeur et les moyens d'y remédier (voir liens ci-dessous).
- Libérez-vous. Libérez-vous de ce sentiment que vous devez être une mère parfaite. Libérez-vous des charges que vous imposent le bébé, les autres enfants et les travaux du ménage et professionnels.
- Déchargez-vous temporairement de vos obligations et demandez qu'on vous aide.
- Parlez-en à votre médecin si la déprime ne s'améliore pas après quelques jours.



Quels sont les traitements envisageables?

La psychose postnatale est une maladie grave qu'il faut impérativement traiter. Un traitement par antidépresseurs et psychothérapie peut toutefois aussi être mis en œuvre en cas de dépression postnatale. Le but du traitement est que la mère se rétablisse et se sente à son aise dans sa nouvelle vie. Cela n'est utile à personne si la mère continue à souffrir en silence. Une psychothérapie peut l'aider à s'adapter à sa nouvelle vie, à clarifier ses questionnements personnels et à se repositionner. Il existe des antidépresseurs qui portent secours au système des messagers naturels du cerveau et aide ce système à se remettre d'aplomb. Les avis sont partagés concernant l'opportunité de donner des antidépresseurs à une mère qui allaite. Quelques études ont révélé qu'avec certains antidépresseurs (ISRS, voir [traitement](#)) on n'observait pas de concentrations dommageables du médicament chez le bébé nourri au sein mais la durée du traitement joue aussi un rôle. Par mesure de prudence et en raison de l'absence d'études plus larges, les notices des médicaments indiquent qu'ils ne peuvent pas être administrés pendant l'allaitement. Voyez donc avec votre médecin ou la personne qui vous conseille pour votre allaitement si un traitement médicamenteux est indiqué pour vous et acceptable pour votre bébé.

www.angelfire.com/de2/depressionpregnancy/breastfeeding.html

Résumés d'articles en anglais (études scientifiques) traitant du traitement de la dépression par médicaments pendant l'allaitement.



[Vue d'ensemble](#) | [Infos de base](#) | [Auto-évaluation](#) | [Formes particulières](#) | [Forum](#) | [Infos](#)

A propos du site depression.ch - dernière actualisation 26.9.2002 - webmaster@depression.ch