



# La dépression, l'anxiété et l'apathie dans la maladie de Parkinson : les points essentiels pour les patients

## EST-CE QUE LA MALADIE DE PARKINSON AFFECTE L'HUMEUR?

Oui, la maladie de Parkinson (MP) peut causer un éventail de problèmes non-moteurs (c'est-à-dire sans rapport avec le mouvement) en plus des symptômes moteurs. Les troubles de l'humeur sont des symptômes fréquents et importants. Chez certains patients, ils peuvent altérer la qualité de vie plus que les problèmes moteurs.

## QUELS SONT LES TROUBLES DE L'HUMEUR LES PLUS FRÉQUENTS AU COURS DE LA MP?

Les troubles de l'humeur qui affectent fréquemment les patients ayant un MP sont la dépression, l'anxiété et l'apathie

- **La dépression:** est un état caractérisé par une humeur maussade, une tristesse, un désespoir avec parfois un sentiment de culpabilité et de vide.
- **L'anxiété:** est un sentiment de nervosité, d'inquiétude, de tension et de malaise. Les patients anxieux peuvent ressentir de la peur ou avoir des attaques de paniques.
- **L'apathie:** est un manque d'intérêt, d'enthousiasme ou de motivation à faire des activités ou à être avec d'autres personnes.

## QUAND CES SYMPTÔMES APPARAISSENT-ILS?

Ces symptômes peuvent apparaître à n'importe quel moment. Certains patients développent ces symptômes avant même l'apparition de problèmes moteurs. D'autres patients commencent à les ressentir après plusieurs années d'évolution de la MP. Certains patients remarquent que leurs troubles de l'humeur sont en rapport avec leur traitement dopaminergique. Par exemple : l'anxiété apparaît lorsque les taux des médicaments sont bas, durant les périodes « off ».

## COMMENT PUIS-JE RECONNAITRE CES TROUBLES DE L'HUMEUR?

La dépression et l'anxiété sont souvent accompagnées d'un manque d'énergie, d'un manque d'appétit, de fatigue, et de troubles du sommeil. Cependant, ces derniers symptômes peuvent apparaître de manière isolée, de telle sorte que le fait de les présenter ne signifie pas forcément que vous êtes déprimé. D'autres symptômes sont parfois plus évidents pour votre famille

ou vos amis qu'ils ne le sont pour vous. Ces symptômes incluent:

- Crainte excessive
- Irritabilité excessive
- Isolation sociale
- Manque de participation aux activités et événements familiaux

## COMMENT CES TROUBLES DE L'HUMEUR SONT-ILS DIAGNOSTIQUÉS?

Informez directement votre médecin des changements relatifs à votre humeur, appétit ou sommeil de telle sorte que vous puissiez être diagnostiqué et entamer un traitement. Votre médecin peut avoir besoin de savoir:

- A quand remonte le début des symptômes ?
- A quel point ils sont gênants ?
- S'il existe des signes associés ?
- Si ces symptômes ont un lien avec l'horaire de la prise de traitement ?

Si vous avez un(e) conjoint(e) ou un aidant, ceux-ci pourront aider en rapportant d'autres changements qu'ils ont notés dans votre comportement, sommeil ou humeur.

## POURQUOI CES TROUBLES DE L'HUMEUR APPARAISSENT?

La MP peut entraîner diverses modifications dans des régions cérébrales responsables du contrôle de l'humeur. La maladie peut réduire la quantité des messagers (neurotransmetteurs) tels que la dopamine, la sérotonine et la noradrénaline qui peuvent sous-tendre certains troubles de l'humeur. Votre attitude face à la maladie et certains facteurs psycho sociaux peuvent aussi entraîner ces symptômes.

## COMMENT SE TRAITENT LES TROUBLES DE L'HUMEUR DANS LA MP?

Il existe différents moyens de traiter les troubles de l'humeur incluant:

- Les antidépresseurs et les anxiolytiques pour traiter la dépression et l'anxiété
- Les traitements dopaminergiques qui améliorent les symptômes moteurs mais aussi la dépression et l'anxiété spécialement si ces dernières sont rythmées par les horaires des prises de médicaments.
- La psychothérapie qui peut améliorer la dépression et l'anxiété
- Les activités programmées, l'exercice physique et la socialisation peuvent aider à traiter l'apathie.



# *La dépression, l'anxiété et l'apathie dans la maladie de Parkinson : les points essentiels pour les patients*

- Mieux dormir et avoir un soutien social tout en évitant le stress peut s'avérer bénéfique.

## **EN SOMME**

- La dépression, l'anxiété et l'apathie peuvent être des symptômes de la MP et sont assez fréquents.
- Ils peuvent apparaître précocement, avant même les problèmes moteurs, ou se développer plus tard au cours de l'évolution de la maladie
- Parler de ces symptômes à votre médecin est important car vous disposez d'options thérapeutiques spécifiques.
- Le traitement médicamenteux, la psychothérapie et le soutien social sont les éléments essentiels dans le traitement de ces symptômes.