

L'Association canadienne pour la santé mentale définit les troubles de l'humeur comme une condition où les personnes affectées vivent des émotions intenses et prolongées qui affectent négativement leur bien-être mental, leur santé physique, leurs relations et leur comportement. L'humeur influence la perception que les personnes ont d'elles-mêmes, leurs relations avec les autres et leur interaction avec le monde environnant.

La dépression est un type de trouble de l'humeur qui peut avoir un impact sur chaque composante de la vie d'un individu, et qui est fréquente chez les personnes atteintes de la maladie de Huntington (MH). La dépression n'affecte pas uniquement la personne atteinte de la MH ou qui est à risque de la développer, mais peut également se manifester chez les membres de la famille et les aidants.

Un grand nombre de personnes atteintes de la MH vivront une dépression à un moment ou un autre de leur vie. La dépression est souvent un symptôme qui se manifeste aux premiers stades de la MH, mais elle peut apparaître à n'importe quelle étape de la maladie. Deux raisons expliquent sa fréquence :

1. Circonstancielle : en réaction à un événement de la vie, comme le diagnostic de la MH, la perte de rôles au sein de la famille et en-dehors, la perte de la capacité de travailler ou de s'occuper de sa famille, la perte du permis de conduire ou de la maîtrise de son propre corps.
2. Biologique : les neuropsychiatres attribuent les troubles de l'humeur à des facteurs biologiques; des recherches sont en cours dans ce domaine.

Signes et symptômes les plus fréquents

Les symptômes suivants ne se manifestent pas tous en même temps ou chez tout le monde. Les types de symptômes et leur gravité varient d'une personne à l'autre.

- Sentiment persistant de tristesse, d'anxiété et de vide
- Perte d'intérêt et manque de plaisir à l'égard d'activités appréciées auparavant, dont le sexe
- Sentiment de désespoir
- Changements au niveau de l'appétit et gain ou perte de poids
- Troubles du sommeil (insomnie, réveil précoce, sommeil excessif)
- Perte d'énergie
- Sentiments de nullité et de culpabilité
- Agitation, irritabilité, colère
- Manque de concentration
- Difficultés à prendre des décisions
- Réclusion
- Pensées morbides et suicidaires
- Symptômes physiques constants, comme les maux de tête, les troubles de digestion et des douleurs chroniques

Diagnostic de dépression

Un grand nombre de symptômes de la MH ressemblent aux symptômes de la dépression et peuvent donc les masquer. On peut citer la perte de mémoire, le manque de concentration, l'apathie, la perte de poids et les troubles de sommeil. Il est difficile de dire si les symptômes dont souffre une personne MH sont attribuables à la MH, à la dépression ou à un mélange des deux. Lorsqu'une personne atteinte de la MH présente plusieurs des symptômes précités pendant une longue période, il est préférable de demander une évaluation médicale (par un psychiatre).

Traitement de la dépression

Les personnes atteintes de MH qui souffrent de dépression doivent être traitées par un médecin pouvant prescrire un plan de traitement adéquat à la lumière des autres symptômes et des interactions possibles avec les médicaments de la MH. Un mélange des options de traitement suivantes peut fournir les meilleurs résultats :

- Médicaments
- Psychothérapie (c.-à-d., thérapie cognitivo-comportementale)
- Groupes de soutien
- Soutien par les pairs
- Modification du style de vie (exercices, méditation, alimentation saine, activités valorisantes, abstention de la consommation d'alcool et de drogues)
- TEC (thérapie électro convulsive) – utilisée dans certains cas

Le traitement réussi de la dépression peut améliorer la qualité de vie. Les aidants et les membres de la famille peuvent contribuer au soutien de la personne atteinte de MH qui vit une dépression. Un des moyens de le faire est de détecter les signes de dépression (ou de rechute) et de communiquer avec le médecin de famille ou le psychiatre. Plusieurs professionnels peuvent aider les personnes dans cette situation et leur famille. Veuillez consulter la section Ressources de cette fiche.

Idées suicidaires

Une personne qui passe par une dépression pourrait envisager de mettre fin à ses jours. D'autres symptômes associés à la dépression, comme l'insomnie, peuvent contribuer à ces idées suicidaires. Une personne qui fait une tentative de suicide ou qui réussit à se suicider ne veut pas nécessairement mettre fin à sa vie, mais croit que c'est le seul moyen de dépasser les difficultés qu'elle vit.

Si vous avez des inquiétudes pour une personne quelconque, parlez-lui. Demandez-lui directement si elle pense à se suicider et si elle a un plan précis à cet égard. Parler du suicide à quelqu'un ne l'incitera pas à se suicider. Une personne qui envisage sérieusement le suicide sera soulagée de pouvoir en parler.

Si un être cher vous parle de ses idées suicidaires, prenez-le au sérieux et demandez de l'aide en appelant le 911 ou la ligne d'écoute de crise locale, ou bien en conduisant cette personne au service d'urgence de l'hôpital le plus proche.

Ressources

La Société Huntington du Canada offre, en continu, de l'appui, de l'éducation et de l'information. Une liste complète de l'équipe des services aux familles se trouve à la page www.huntingtonsociety.ca/family-services-team.

- [A Physician's Guide to the Management of Huntington Disease Understanding](#)
- [Behaviour in Huntington Disease: A Guide for Professionals](#)
- [Association canadienne pour la santé mentale](#)
- [ACSM - Dépression et trouble bipolaire](#)
- [Centre de toxicomanie et de santé mentale \(CAMH\)](#)
- [Ligne d'écoute téléphonique](#)
- [Société pour les troubles de l'humeur du Canada - Trouver de l'aide](#)

Fiches de renseignement sur divers thèmes, notamment : *Changements cognitifs et MH, Qu'en savez-vous sur la MH, Comportements réactifs, Conseils pour travailler avec une personne atteinte de la MH* www.hdfactsheets.ca.

L'usage exclusif de l'un ou l'autre genre dans certains passages du présent document ne vise qu'à en faciliter la lecture.