



Médicaments, libido et aspects interpersonnels

Jean Leblanc, m.d.
psychiatre
Clinique des troubles de l'humeur
Hôpital du Sacré-Coeur, Montréal

11 octobre 2011

Quelle est la différence entre l'ignorance et l'indifférence?

- Réponse: “Je ne le sais pas, et je ne veux pas le savoir...”

Pourquoi cette boutade?

- Il y a une différence dans les deux mots, qui fait référence au sujet de ce soir:
- **ignorance**: “je ne sais vraiment pas”, c’est un manque ou une absence de connaissance
- **indifférence**: la connaissance est présente, mais “je n’ai vraiment pas le goût” de faire l’effort d’y réfléchir

La libido, dans la dépression, est souvent diminuée ou absente

- elle peut être absente (p.ex. prendre un médicament qui affecte la libido)
- ou bien elle est là, quelque part, mais le déprimé n'a plus le goût, a perdu l'intérêt pour toutes choses, y compris l'intérêt sexuel
- c'est fréquent, mais on en parle peu, même avec son médecin ou son thérapeute
- est-ce vrai pour les deux sexes, les hommes et les femmes?
- ... et c'est quoi, au juste, la libido?

La libido...

- selon Freud, c'est l'énergie psychique à l'origine des pulsions de vie, c'est cette force qui porte les gens à se relier entre eux comme besoin fondamental (sexualité, mais aussi affection, attachement, amour filial, etc.)
- plus couramment, on l'associe au désir sexuel
- mais on lui attache aussi des éléments d'excitation: passion (amour passion, passion pour le jeu, trouver son excitation dans la domination, etc.)

1- Éléments biologiques de la libido

- c'est le côté "pulsionnel" de la libido, une force interne qui porte l'individu à se reproduire, qui est influencé par plusieurs facteurs (hormones, etc.) (cf autres espèces animales)
- peut être augmenté par des substances (ecstasy), l'environnement (vacances sous les tropiques...), des signaux extérieurs (séduction, musique)
- ou diminué par des facteurs de même nature: substances (certains médicaments), les saisons, la fatigue, etc.

1- Éléments biologiques

- des maladies ont une influence sur la libido
- l'hypomanie ou la manie augmentent la libido
- la dépression diminue la libido

Critères de l'épisode de dépression majeure

Mental

- humeur triste
- perte d'intérêt / plaisir
- concentration
- estime de soi/ culpabilité
- idées de mort

Physique

- ◆ perte d'énergie
- ◆ appétit/poids
- ◆ sommeil
- ◆ ralentissement psycho-moteur

Critères de l'épisode de dépression majeure

Mental

- humeur triste
- perte d'intérêt / plaisir
- concentration
- estime de soi/ culpabilité
- idées de mort

Physique

- ◆ perte d'énergie
- ◆ appétit/poids
- ◆ sommeil
- ◆ ralentissement psycho-moteur

2- Éléments psychologiques et interpersonnels de la libido

- beaucoup de facteurs affectent la libido:
 - estime de soi (confiance en soi)
 - préoccupations extérieures, soucis
 - capacités relationnelles (tenir compte de l'autre, "estime de l'autre")
 - conflits interpersonnels
 - capacité d'être stimulé ("excité") par le partenaire, par l'environnement
 - ... et beaucoup d'inconnu, d'impondérables

Comment modifier les obstacles psychologiques au bien-être relationnel (car la libido c'est comme le tango: "takes two to tango"!)?

- on comprend la dépression selon le modèle suivant:

Dépression \longleftrightarrow stressseurs

- donc, on peut modifier la dépression, on n'est pas seulement victime de la dépression

Comment modifier les obstacles psychologiques au bien-être relationnel (car la libido c'est comme le tango: "takes two to tango"!)?

- on comprend la dépression selon le modèle suivant:

Dépression \longleftrightarrow stressseurs

- donc, on peut modifier la dépression, on n'est pas seulement victime de la dépression

Donc, la personne déprimée et son entourage ont un rôle à jouer, si la dépression s'accompagne de perte de libido

- reconnaître que la \Downarrow de libido est un symptôme de la dépression et non, p.ex., un manque d'intérêt pour le(la) partenaire,
- qu'elle est temporaire,
- qu'elle est améliorée par toutes les mesures qui luttent contre la perte d'intérêt, la diminution d'énergie et le ralentissement psychomoteur, et ensuite par \Rightarrow

⇒ ... par des mesures spécifiques:

- important de garder vivante la capacité de plaisir, d'excitation, et donc, chaque jour, se réserver un moment agréable, pour soi, même si c'est un tout petit moment;
- important aussi d'avoir des liens interpersonnels, de sentir qu'on n'est pas seul, de reconnaître la valeur qu'on attache à ces liens, même si on pense (à cause de la dépression) qu'on n'a pas de valeur pour les autres, qu'on est un fardeau, etc, (car dépression ⇒ diminution d'estime de soi)

... des mesures d'activation

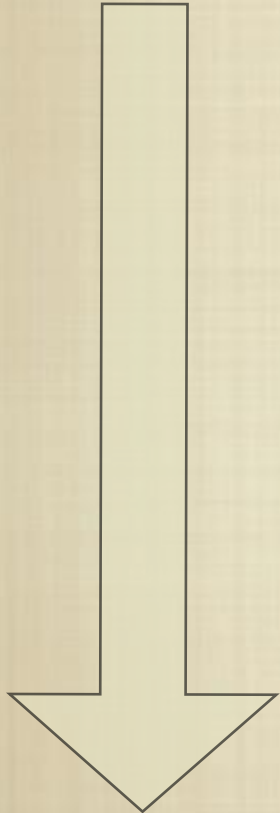
- parce que l'activation motrice contribue au bien-être physique et émotionnel
- améliore la tonicité musculaire (si on bouge peu, la masse musculaire diminue et \Rightarrow accentue la sensation de fatigue)
- et la sensation de bien-être, par la production d'une hormone interne appelée endorphine;
- l'exercice à l'extérieur apporte le bénéfice supplémentaire de la stimulation par la lumière \Rightarrow effet positif sur la dépression

Les médicaments ont-ils un effet sur la libido?

- **Oui,**
 - certains la diminuent parfois
 - d'autres l'augmentent
 - et certains sont neutres

1- Diminution de la libido

- la plupart des **antidépresseurs** (fréquence variable, et selon la dose):
 - les tricycliques: Élavil, desipramine, etc.
 - les ISRS (ceux qui agissent sur la sérotonine): Prozac, Paxil, etc.
 - les doubles mécanismes (sérotonine et nor-épinephrine): Effexor, Cymbalta, Pristiq (à cause de l'effet sur sérotonine).



1- Diminution de la libido

- les **antipsychotiques** (utilisés soit comme antidépresseurs, soit comme potentialisateurs des antidépresseurs, ou soit comme stabilisateurs de l'humeur) diminuent parfois la libido:
 - les classiques: Haldol, Stélazine, Trilafon
 - ceux de 2ème génération: Zyprexa, Risperdal, Seroquel, Clozaril
- par contre, les derniers arrivés (Zeldox, Abilify), sont plutôt neutres



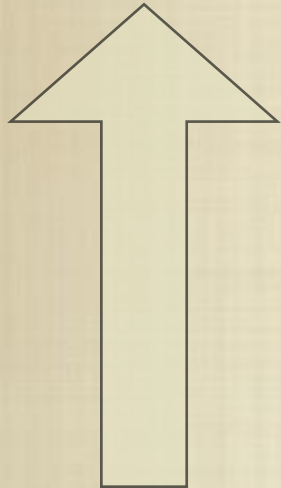
±

2- augmentation de la libido

- Certaines dépressions se transforment en hypomanie ou en manie sous l'effet d'un traitement antidépresseur, un des symptômes est alors une augmentation de libido (+ accélération de la pensée et du discours, irritabilité, etc.)

Il s'agit alors d'un effet secondaire sérieux, qui révèle l'existence d'un trouble bipolaire latent

- le traitement consiste alors à ajouter un stabilisateur de l'humeur



Certains antidépresseurs n'ont pas d'effet négatif sur la libido

- les inhibiteurs réversibles de la monoamine-oxydase A: Manerix (moclobemide)
- le Desyrel (trazodone): peut même causer du priapisme à forte dose
- le Remeron (mirtazapine)
- le Wellbutrin (bupropion)



En pratique:

- difficile de savoir si la perte de libido provient de la dépression ou de la médication
- quoi faire?
 - faire l'histoire de l'apparition de la \Downarrow libido
 - si on conclut qu'il s'agit probabl. de la médication, il faudra faire un choix:
 - p.ex. modifier la dose
 - changer de médicament (mais attention: l'autre peut avoir d'autres effets indésirables, p.ex. gain de poids)
 - envisager, chez l'homme, Viagra, Cialis

En pratique:

- même si c'est un effet possible de la médication, ce n'est jamais vrai à 100%
- la maladie dépressive est aussi en cause
- nous n'en sommes pas uniquement des victimes,
- et des mesures d'activation, de travail sur soi-même et sur ses relations aux autres et au contexte de vie sont efficaces
- de sorte qu'on ne sort pas affaibli de la dépression, mais plutôt enrichi d'une expérience de vie



Merci de votre attention