

Les médicaments **psychotropes**



MÉDICAMENTS PSYCHOTROPES

Les médicaments **psychotropes**

SOMMAIRE

Introduction	3
Quelques repères	3
Les anxiolytiques et les hypnotiques	5
Les antidépresseurs	6
Les stabilisants de l'humeur	6
Les neuroleptiques (dits aussi antipsychotiques)	7
Les correcteurs	8
Le vrai nom du médicament	9
Élaboration de la brochure	10
En savoir plus	10



Introduction

Les médicaments utilisés pour traiter les troubles psychiques sont appelés médicaments psychotropes. Ils sont un des moyens de traiter les troubles psychiques. Leur objectif premier est de soulager la souffrance de la personne et de diminuer les troubles psychiques afin d'avoir la meilleure vie possible.

Quelques repères

Qu'est-ce qu'un médicament psychotrope ?

Les médicaments psychotropes agissent sur le système nerveux central, en modifiant certains processus biochimiques et physiologiques du cerveau.

Les cellules nerveuses (neurones) synthétisent des substances appelées neuromédiateurs (ou neurotransmetteurs), principalement : la dopamine, la sérotonine et la noradrénaline. Ces neuromédiateurs interviennent dans le fonctionnement des neurones.

On observe une perturbation de ces neuromédiateurs dans certains troubles, comme les troubles dépressifs, les troubles bipolaires, les troubles anxieux ou les troubles schizophréniques.

Les médicaments psychotropes agissent sur ces neuromédiateurs. Ils ont aussi des effets autres que psychiques, ce qui explique d'ailleurs certains de leurs effets indésirables.

Ils sont habituellement classés en cinq grands groupes :

- 1. antidépresseurs,
- 2. neuroleptiques (dits aussi antipsychotiques),
- 3. anxiolytiques (tranquillisants),
- 4. hypnotiques (somnifères),
- 5. stabilisants de l'humeur (dits aussi régulateurs de l'humeur, thymorégulateurs, ou parfois normothymiques).

Des médicaments dits correcteurs sont parfois utilisés avec certains psychotropes, dans le but d'atténuer certains effets indésirables.

Qui est concerné ?

Il y aurait en France 3,8 millions de consommateurs réguliers de médicaments psychotropes et 8,9 millions de consommateurs occasionnels¹.

En 2010, 18 % des 18-75 ans ont déclaré avoir pris au moins un médicament psychotrope au cours des 12 derniers mois (10 % ont consommé un anxiolytique, 6 % un hypnotique, 6 % un antidépresseur, 0,7 % un régulateur de l'humeur et 0,9 % un neuroleptique).

La prise de médicaments psychotropes est plus importante chez les femmes (23 %) que chez les hommes (13 %).

¹ Synthèse thématique : médicaments psychotropes, OFDT, juin 2015.



Les bénéfices attendus d'un médicament psychotrope

L'objectif premier est de soulager la souffrance de la personne et de diminuer les troubles psychiques, afin d'avoir la meilleure vie possible. **L'objectif d'un traitement par médicament psychotrope n'est pas de normaliser la pensée ou de modifier la personnalité.**

Les médicaments ne résument pas le traitement

Le médecin, psychiatre ou généraliste, après avoir identifié les symptômes d'un trouble psychique, prescrit, si besoin, un traitement par médicament psychotrope. Il propose un accompagnement psychologique et médical pendant la durée du traitement (évaluation des effets bénéfiques et surveillance des effets indésirables).

Le traitement des troubles psychiques fait appel à de multiples moyens : contacts réguliers avec des soignants, psychothérapie, réhabilitation psychosociale, accompagnement social, entraide mutuelle, etc.

Le dialogue est essentiel

Il est parfois difficile de parler de ses troubles psychiques et de ses traitements. Pourtant, c'est essentiel pour être compris. Le rôle des soignants est d'aider les patients à obtenir une vie meilleure, en tenant compte de leur vécu et de leur savoir sur la maladie.

Un dialogue ouvert avec les soignants est essentiel à la prise en compte des besoins et des difficultés des patients.

Précautions particulières

Femme enceinte (ou susceptible de le devenir), femme allaitante : il est prudent de vérifier avec un professionnel de santé l'absence d'éventuels effets nocifs pour la grossesse ou l'enfant à naître. D'autres options peuvent être envisagées (pour aller plus loin www.lecrat.fr et www.ansm.sante.fr).

Personnes âgées : les posologies des médicaments sont souvent à adapter à l'état cardiovasculaire, cognitif, rénal et hépatique.

Les personnes âgées sont particulièrement sensibles aux effets indésirables des médicaments, ce qui justifie souvent des posologies plus faibles que celles utilisées habituellement.

Les anxiolytiques et les hypnotiques

Les anxiolytiques (ou tranquillisants), sont généralement utilisés pour soulager l'anxiété, les troubles anxieux, mais aussi les troubles du sommeil.

Les anxiolytiques sont principalement des benzodiazépines (et apparentés). Certains antidépresseurs, des antihistaminiques, des bêta-bloquants et certains neuroleptiques sont aussi utilisés pour soulager des symptômes anxieux.

Les hypnotiques (ou somnifères) sont utilisés pour traiter les troubles du sommeil (difficultés d'endormissement, réveil fréquent ou précoce). **Ils sont aussi principalement des benzodiazépines** (ou apparentés) et certains antihistaminiques.

Qui est concerné ?

En 2010, 6 % des Français de 18 à 75 ans ont déclaré consommer des hypnotiques².

Globalement, la consommation de benzodiazépines a un peu diminué depuis les années 2000, mais reste élevée. En 2015, environ 13,4 % de la population française a pris au moins une fois une benzodiazépine, contre l'anxiété ou pour dormir. Cette utilisation est plus fréquente chez les femmes (16,6 %) que chez les hommes (9,7 %). Elle augmente avec

l'âge et est maximale chez les femmes âgées de 80 ans et plus (38 %)³.

Quels effets ? Quelles précautions ?

Les benzodiazépines ne sont efficaces que sur de courtes durées. Au-delà, leur efficacité diminue et leurs effets indésirables persistent (troubles de la mémoire, chutes, surtout chez les personnes âgées, risque de démence, etc.).

Il est recommandé de ne pas dépasser quatre semaines de traitement pour les troubles du sommeil et douze semaines pour les troubles anxieux. Au-delà, on s'expose à un risque de dépendance physique et psychique, qui rend l'arrêt difficile.

L'arrêt de ces traitements doit être progressif et de préférence accompagné par un soignant ou une soignante.

Un programme d'actions pour favoriser le bon usage des benzodiazépines⁴ a été mis en place par le ministère de la Santé. Et la Haute autorité de santé (HAS) a publié **une fiche mémo pour aider les médecins à réduire les prescriptions⁵** au long cours des benzodiazépines, que ce soit dans l'anxiété ou dans l'insomnie.

² État des lieux de la consommation des benzodiazépines en France, ANSM 2017.

³ Synthèse thématique : médicaments psychotropes, OFDT, juin 2015.

⁴ Le bon usage des benzodiazépines par les professionnels de santé. www.solidarites-sante.gouv.fr

⁵ Arrêt des benzodiazépines et médicaments apparentés : démarche du médecin traitant en ambulatoire, HAS, juin 2015. www.has-sante.fr

Les antidépresseurs

Les antidépresseurs sont des médicaments psychotropes, principalement utilisés, depuis les années 1960, dans le traitement de la dépression. Ils sont aussi utilisés dans le traitement de troubles anxieux, de douleurs chroniques, et de phases dépressives dans les troubles bipolaires.

Qui est concerné ?

En 2010, 6 % des 18-75 ans déclarent avoir pris un antidépresseur.

Entre 2000 et 2015, la consommation d'antidépresseurs a augmenté d'environ 20 % en France, et elle a plus que doublé en Allemagne et au Royaume-Uni. En 2009 (dernières données connues), la France se situait au 18^e rang des pays de l'OCDE pour la consommation d'antidépresseurs⁶.

Quels effets ? Quelles précautions ?

Le but du traitement de la dépression est de soulager la souffrance et la tristesse, de diminuer les conséquences physiques, psychiques et relationnelles, ainsi que le risque suicidaire.

Quel que soit le niveau de dépression, la prise en charge repose en premier lieu sur un soutien psychologique qui peut être conduit par le médecin traitant, un psychologue ou un psychiatre pour les cas complexes et/ou sévères. Il suffit parfois à surmonter un épisode dépressif léger ou modéré.

Les médicaments antidépresseurs sont à envisager en cas de dépression sévère ou prolongée⁷.

Dans les troubles anxieux, les traitements non médicamenteux (thérapies cognitivo-comportementales (TCC), relaxation, etc.) sont à privilégier. Les antidépresseurs sont à envisager lorsque ces thérapies ne suffisent pas ou ne sont pas disponibles.

Tous les antidépresseurs peuvent causer des effets indésirables.

Ces effets varient en fonction des médicaments et des personnes et apparaissent souvent en début de traitement. Certains effets indésirables sont graves, mais ils sont rares. Certains sont communs à tous les antidépresseurs, mais chaque groupe d'antidépresseurs a aussi des effets indésirables particuliers. Les détecter permet souvent d'en limiter les conséquences, d'où l'importance d'un dialogue ouvert entre patients et soignants. Certaines précautions permettent d'éviter beaucoup d'effets indésirables, en particulier en limitant les associations avec d'autres médicaments.

Les stabilisants de l'humeur

Les stabilisants de l'humeur (dits aussi régulateurs, thymorégulateurs ou normothymiques) sont des médicaments psychotropes utilisés dans le traitement des troubles bipolaires et de certains troubles dépressifs.

⁶ Statistiques de l'OCDE sur la santé 2017, in Panorama de la santé 2017.

⁷ Épisode dépressif caractérisé de l'adulte : prise en charge en soins de premier recours, HAS, octobre 2017.

Qui est concerné ?

Les stabilisants de l'humeur sont principalement utilisés pour prévenir les récurrences d'épisodes maniaques ou dépressifs chez les personnes souffrant de trouble bipolaire⁸.

Quels effets ? Quelles précautions ?

Le lithium est le stabilisant de l'humeur de référence. Certains antiépileptiques sont aussi utilisés pour leur effet stabilisant de l'humeur : la carbamazépine (Tégréol[®] ou autres), le valproate de sodium (Dépakine[®] ou autres) et le valpromide (Dépamide[®]), deux dérivés de l'acide valproïque, et la lamotrigine (Lamictal[®] ou autres). Une association de plusieurs stabilisants de l'humeur est parfois utilisée.

Chacun de ces médicaments expose à des effets indésirables et nécessite une surveillance et des précautions, en particulier en cas de prise d'autres médicaments, qui peuvent augmenter ou diminuer leurs effets.

Le lithium est un médicament dont le dosage dans le sang est à surveiller régulièrement pour éviter des surdoses, aux conséquences parfois graves. Son association avec certains autres médicaments est à éviter.

Vigilance : femme enceinte ou pouvant le devenir

Chez la femme enceinte, les dérivés de l'acide valproïque, le lithium et la carbamazépine exposent l'enfant à naître à des malformations et à divers troubles cognitifs, autistiques et comportementaux : d'autres options sont possibles⁹.

Une contraception efficace est nécessaire pendant le traitement. La lamotrigine (Lamictal[®] ou autres) nécessite des précautions particulières.

Les neuroleptiques (dits aussi antipsychotiques)

Les neuroleptiques ont été utilisés pour la première fois en psychiatrie dans les années 1950. Ils ont changé radicalement le traitement des troubles dits psychotiques (par exemple idées délirantes ou hallucinations), en soulageant notamment des angoisses profondes, des perturbations du fonctionnement psychique et des états d'agitation.

Qui est concerné ?

En 2010, 0,9 % des Français de 18 à 75 ans ont déclaré avoir pris un neuroleptique¹⁰. La France se situe dans la consommation moyenne des 6 pays européens étudiés (France, Italie, Allemagne, Pays-Bas, Belgique, Espagne).

⁸ Patient avec un trouble bipolaire : repérage et prise en charge initiale en premier recours, Haute autorité de santé (HAS), 2015.

⁹ Trouble bipolaire & épilepsie – Les alternatives au valproate, HAS 2019.

¹⁰ Synthèse thématique : médicaments psychotropes, OFDT, juin 2015.

Quels effets ? Quelles précautions ?

Le but des neuroleptiques, intégrés dans une prise en charge globale, est de diminuer la souffrance de la personne, d'améliorer son fonctionnement psychique du point de vue affectif, relationnel et social, et de diminuer le risque suicidaire. Les neuroleptiques ont aussi des effets autres que psychiques, ce qui explique certains effets indésirables et certaines utilisations.

Le terme général « médicaments neuroleptiques (ou antipsychotiques) » regroupe des médicaments provenant de plusieurs familles chimiques. Globalement, leurs effets sont assez semblables. On distingue **deux grandes catégories** de neuroleptiques : ceux dits de première génération ou classiques et ceux dits de deuxième génération ou atypiques.

Les effets indésirables des neuroleptiques varient en fonction des médicaments et des personnes. Tel ou tel effet est plus ou moins fréquent, ou plus ou moins intense avec tel ou tel médicament : des troubles moteurs (raideur musculaire, tremblements, etc.) **plus fréquents avec les neuroleptiques dits classiques** ; des troubles métaboliques (prise de poids, diabète, etc.), **plus fréquents avec les neuroleptiques dits atypiques.**

Ces informations aident à choisir les médicaments à essayer en premier et les médicaments qu'il est préférable d'éviter.

Mais il existe aussi de grandes différences individuelles. L'expérience de la personne permet de savoir comment elle réagit à un neuroleptique donné.



Les correcteurs

Des médicaments dits correcteurs sont parfois utilisés avec certains médicaments psychotropes, dans le but d'atténuer certains de leurs effets indésirables.

Qui est concerné ?

Les personnes prenant un neuroleptique, surtout à forte dose, souffrent parfois d'effets indésirables neurologiques, dits parkinsoniens car ils ressemblent aux symptômes de la maladie de Parkinson : principalement tremblements et rigidité musculaire, lenteur et diminution des mouvements. Quand l'arrêt des neuroleptiques ou une diminution des doses n'est pas possible, l'ajout d'un médicament dit correcteur est parfois justifié, pour diminuer la gêne occasionnée par ces effets indésirables.

Quels effets ? Quelles précautions ?

Les médicaments dits correcteurs réduisent principalement les tremblements et la rigidité musculaire. Ils ont des effets indésirables, notamment neuropsychiques qui peuvent s'ajouter à ceux d'autres psychotropes.

Vous vous posez des questions sur un médicament en particulier ?

Vous pouvez consulter les informations officielles sur le site base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr du ministère de la Santé. Vous y trouverez : le résumé des caractéristiques du produit (RCP), dont les utilisations thérapeutiques autorisées, précautions d'emploi, contre-indications, prix, taux de remboursement, la notice d'utilisation dans sa version la plus récente, FAQ médicament, etc.

Vous souhaitez déclarer un effet indésirable d'un médicament ?

Qu'il soit mentionné ou non dans le résumé des caractéristiques du produit (RCP) ou dans la notice du médicament, tout effet indésirable suspecté d'être dû à un médicament doit être déclaré aux autorités compétentes. Que vous soyez patient, proche de patient, association de patients ou professionnel de santé, vous pouvez faire cette déclaration sur le site Signalement-sante.gouv.fr.

Le vrai nom du médicament

La dénomination commune internationale (DCI) est le vrai nom du médicament, différent du nom de marque sous lequel il est commercialisé. Utiliser la DCI permet d'éviter des confusions, telles que la prise du même médicament sous deux noms commerciaux différents.

La DCI est déterminée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). En général, certaines syllabes indiquent la famille du médicament : en les lisant, les professionnels de santé du monde entier ont alors une idée des propriétés de la substance. Par exemple, tous les médicaments dont la DCI se termine par *-pride*, *-péridone* ou *-péridol* sont des neuroleptiques. Tous les médicaments dont la DCI se termine par *-oxétine* ont, entre autres, une action sur la sérotonine analogue à celle la fluoxétine.

Où lire la DCI

La DCI est indiquée dans le paragraphe « composition », sur la boîte ou dans la notice du médicament, et en principe, depuis le 1^{er} janvier 2015 sur l'ordonnance. Parfois, en particulier quand il s'agit d'un médicament générique, la DCI est intégrée dans le nom commercial figurant en gros sur la boîte.

Utiliser la DCI

Utiliser la DCI permet d'éviter des confusions, telles que la prise du même médicament sous deux noms commerciaux différents. Elle permet de mieux communiquer avec les soignants. Et elle est très utile en voyage, car les noms de marque changent, mais la DCI est la même dans tous les pays. Par exemple, en France, l'halopéridol a été commercialisé sous le nom Haldol®, mais dans d'autres pays européens, il a été commercialisé sous les noms Aloperidin®, Dozic®, Serenase®. La paroxétine a été commercialisée en France sous le nom Deroxat®, Seroxat® en Belgique, Paroxalon® en Allemagne ou Motivan® en Espagne.

Élaboration de la brochure

Cette brochure a été élaborée en 2018 et mise à jour en août 2020 par Aude Caria et Céline Loubières (Psycom), à partir des documents cités. Elles ont bénéficié des conseils de la P^{re} Agnès Sommet (pharmacologue, Équipe Pharmacoépidémiologie UMR INSERM 1027, Faculté de médecine de Toulouse) et de la P^{re} Hélène Verdoux (psychiatre, CH Charles Perrens, Université de Bordeaux, Équipe Pharmacoépidémiologie et santé des populations, INSERM 1219).

En savoir plus

- **Base de données publique des médicaments** : base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr
Vous vous posez des questions sur tel ou tel médicament ? Vous pouvez consulter les informations officielles sur ce site du ministère de la Santé, pour faire une recherche par médicament.
- **Portail de signalement des événements sanitaires indésirables** : Signalement-sante.gouv.fr
Patient, consommateur, usager, professionnel de santé peuvent participer à l'amélioration de la qualité et de la sécurité du système de santé en signalant sur ce portail les événements sanitaires indésirables suspectés d'être liés aux produits de santé, produits de la vie courante et actes de soins.

- **Agence nationale du médicament (ANSM)** : www.ansm.sante.fr
L'Agence nationale a pour mission de garantir la sécurité des produits de santé tout au long de leur cycle de vie, depuis les essais initiaux jusqu'à la surveillance après autorisation de mise sur le marché.
- **Haute autorité de santé (HAS)** : www.has-sante.fr
La HAS est chargée de rendre des avis sur le service rendu notamment par :
 - des médicaments déjà inscrits sur la liste des médicaments remboursables aux assurés sociaux ou sur la liste des médicaments agréés à l'usage des collectivités et divers services publics ;
 - des médicaments pour lesquels la procédure d'admission au remboursement est en cours (c'est-à-dire non encore commercialisés ou commercialisés en non remboursables).
- **Prescrire** : www.prescrire.org
« Un ensemble d'informations rigoureuses et fiables sur les traitements et les stratégies de soins. »



Rédactrice en chef : Aude Caria (Psycom)

Rédaction : Aude Caria (Psycom) et Céline Loubières (Psycom)

Relecture : Pr^e Agnès Sommet (Université de Toulouse) et Pr^e Hélène Verdoux (Université de Bordeaux)

©Psycom, tous droits réservés

Etat d'Esprit-Stratis

©Adobe Stock / ©Faune, Alice Savoie / Cnap

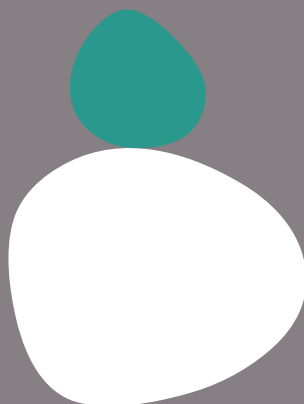
Impression Koba  **IMPRIM'VERT®**

Les médicaments psychotropes

Psycom, organisme public
qui informe, oriente et sensibilise
sur la santé mentale.

Psycom édite 6 collections
de brochures d'information :

- Santé mentale et...
- Troubles psychiques
- Psychothérapies
- Médicaments psychotropes
- Soins, accompagnements
et entraide
- Droits en psychiatrie



PSYCOM

11, rue Cabanis
75674 Paris Cedex 14
contact@psycom.org
www.psycom.org

PSYCOM

AVEC LE SOUTIEN
FINANCIER DE :

