

Diagnostic

Trouble anxieux ≠ Plaintes anxieuses

- Anxiété disproportionnée ou persistante
 - entraînant une souffrance subjective permanente et/ou
 - entravant le fonctionnement de la vie quotidienne
- Formes mixtes et/ou tableau incomplet
- > 65 ans : probabilité d'affection somatique plus élevée

Thérapies cognitivo-comportementales

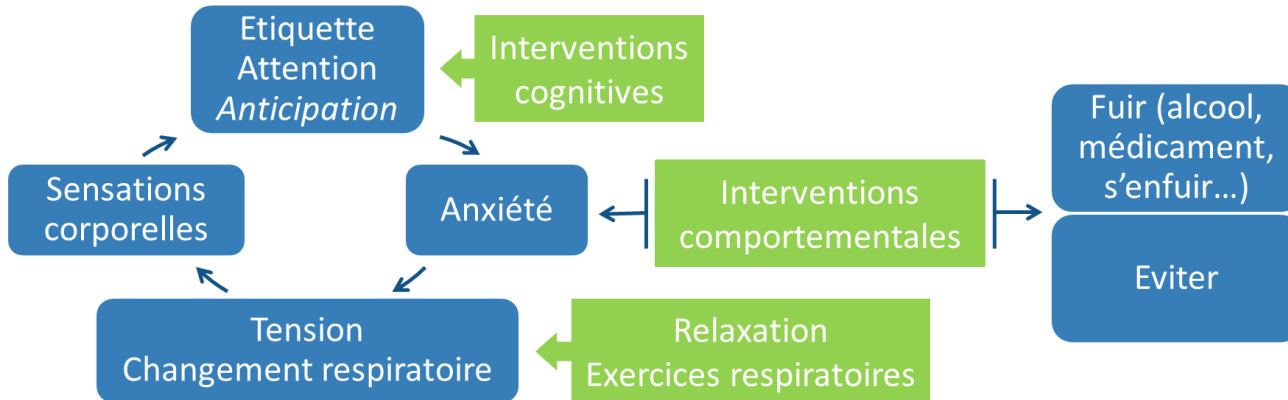
Efficaces

A proposer dans toute problématique anxieuse

- Au moins aussi efficaces qu'un médicament
- Effet plus durable après la fin de la thérapie (versus médicament)

Information du patient




= 1^{ère} étape



Médicaments

- Surtout preuves d'efficacité à court terme
- Peu d'études comparatives directes
- Peu d'études sur les associations de traitements
- **Antidépresseurs** = 1^{er} choix médicamenteux
 - Données insuffisantes pour poser un choix en matière d'efficacité
 - Préférence SSRI (recommandations UK & NL)
 - Mauvaise tolérance
- Benzodiazépines
 - Limiter l'usage
 - Limiter la dose
 - Limiter la durée (usage chronique : pas d'efficacité démontrée – dépendance)
 - Eventuellement en période de crise
- β-bloquants
 - Uniquement dans le trac
- Prégabaline
 - Uniquement dans l'anxiété généralisée
 - Alternative si SSRI/SNRI non-toléré (RBP UK)

Liens

- Farmaka : www.farmaka.be → Informations médecins généralistes → Troubles anxieux
- Recommandation Pays-Bas : www.nhg.org/standaarden/samenvatting/angst
- Thérapie comportementale et cognitive (informations et thérapeutes) : www.aemtc.ulg.ac.be
- Fédération belge des psychologues : www.bfp-fbp.be/fr
- Remboursement psychothérapie (en français pour les mutualités francophones) users.myonline.be/allemeesch/KlinPsy/Terugbetaling.htm#overzicht
- Grossesse/allaitement/tératogénicité : www.lecrat.org
- CBIP : www.cbip.be – Répertoire : interactions (introduction), RCP (enregistrement par indication) via , comparateur de prix via 
- AFMPS : www.fagg-afmps.be : notification d'effets indésirables , plan de gestion des risques, ...

	Antidépresseurs	Benzodiazépines
Sécurité - Généralités	Effets indésirables neuropsychiques dont vertiges et sédation → ! Interactions avec d'autres substances ayant le même type d'effet – Aptitude à conduire – Personnes âgées ! Symptômes de sevrage à l'arrêt du traitement → Schéma dégressif ! ! t _{1/2} vie court (paroxétine, venlafaxine, ...)	
Effets indésirables	<ul style="list-style-type: none"> • Sérotoninergiques • Anticholinergiques (surtout tricycliques et apparentés, paroxétine) • Troubles sexuels (surtout SSRI, duloxétine, venlafaxine) • ↗ anxiété en début de traitement (SSRI) • Risque suicidaire (jeunes adultes) • Gastro-intestinaux dont saignements (SSRI) • Hyponatrémie (surtout SSRI) • Allongement QT (tricycliques, (es)citalopram, venlafaxine) (autres SSRI ?) • ↘ seuil convulsif 	<ul style="list-style-type: none"> • Réactions paradoxales : ↗ insomnie, ↗ anxiété, agitation, agressivité et amnésies • A long terme : ↗ mortalité, troubles cognitifs persistants à distance de l'arrêt de la benzodiazépine • Tolérance • Risque d'abus
Précautions Contre-indications	<ul style="list-style-type: none"> • Effet tératogène non exclu (! paroxétine) • Tricycliques : hypertrophie prostatique, glaucome à angle fermé, trouble du rythme, infarctus 	<ul style="list-style-type: none"> • Grossesse et allaitement • Myasthénie grave, insuffisance respiratoire ou hépatique sévère, syndrome d'apnées du sommeil
Interactions	! Inhibiteurs enzymatiques ! (es)citalopram ou sertraline : faible risque d'interactions pharmacocinétiques	
	<ul style="list-style-type: none"> • Sérotoninergiques (dextrométorphane, tramadol, triptans, bupropion, dapoxétine, millepertuis, ...) • Anticholinergiques • AINS, AAS, antithrombotiques (SSRI) • Diurétiques (SSRI) 	<ul style="list-style-type: none"> • Alprazolam, clonazépan, diazépam, triazolam... = substrat du P450
Thérapies cognitivo-comportementales		Prégabaline
A noter: la relaxation peut déclencher des attaques de panique		Somnolence et vertiges très fréquents, risque d'abus, idées et comportements suicidaires