

LA DEPRESSION REACTIONNELLE OU PSYCHOGENE

© <https://www.magicmaman.com/,qu-est-ce-que-la-depression-reactionnelle,3281164.asp>

Quand le chagrin s'installe et devient pathogène, la dépression réactionnelle n'est jamais très loin. Deuil, rupture amoureuse, accident, épuisement au travail...

Chacun d'entre nous traverse des épreuves difficiles tout au long de sa vie.

Mais pour certaines personnes, il est parfois plus difficile de s'en relever.

Quels sont les symptômes de cette dépression post-traumatique ?

Comment se guérit-elle ?

Comment détecter la dépression réactionnelle ?

Également qualifiée de dépression psychogène, cette forme particulière de dépression est généralement déclenchée par un événement pénible ou par un stress accru ressenti sur une longue période. La personne en proie à des difficultés psychiques sombre alors peu à peu dans un état de grande tristesse qui se manifeste souvent par des pleurs fréquents. Plus la morosité s'installe et plus l'individu perd confiance en lui, se dévalorise et s'épuise moralement. Les répercussions psychosomatiques ne tardent pas à paraître sous la forme d'une intense fatigue qui ne semble pas vouloir disparaître même avec du repos. Les troubles du sommeil grandissent au fur et à mesure que l'angoisse augmente. La personne dépressive parle de plus en plus de mort et de suicide comme pour signifier à son entourage qu'elle a besoin d'aide et de réconfort.

De quelle manière survient-elle ?

Caractérisée par les signes dépressifs classiques, la dépression réactionnelle peut survenir de manière brutale ou progressive et toucherait davantage les personnalités fragiles et hypersensibles. Les différents symptômes se manifestent variablement tout au long de la journée, avec une prédominance en début de soirée. Il existe de grandes disparités interindividuelles quant à la sévérité de ce type de dépression qui peut être légère, modérée ou intense. Il n'est pas rare, par exemple, qu'un individu souffre d'une dépression réactionnelle sévère alors que son entourage en juge les raisons particulièrement anodines.

Comment la traiter ?

Fort heureusement, la dépression réactionnelle ne constitue pas une forme grave de la pathologie psychique, à condition, bien sûr, d'être prise en charge précocement pour éviter qu'elle n'évolue vers une dépression chronique. Plus l'état dépressif est traité rapidement, plus les chances de guérison augmentent. En effet, le suivi d'une psychothérapie de soutien montre de bons résultats chez les patients touchés par ce trouble psychologique. Dans les formes modérées à sévères, un traitement à base d'antidépresseurs peut être préconisé afin de les aider à remonter plus facilement la pente. Ce type de médication a largement démontré son efficacité à partir du moment où les médicaments sont administrés de manière temporaire. Une fois les symptômes de la dépression atténués, le patient doit néanmoins réaliser un travail sur lui-même afin d'affronter le ou les événements qui ont favorisé son état dépressif et, ainsi, éviter les rechutes.