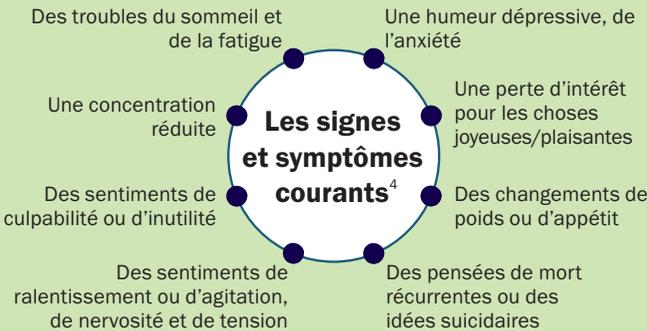


La dépression post-partum peut être un problème de santé mentale maternelle dévastateur



Qu'est-ce que la dépression post-partum?

- Il s'agit d'un épisode de trouble dépressif majeur, qui peut commencer pendant ou après la grossesse¹.
- Il s'agit d'une maladie grave dont les symptômes nuisent au fonctionnement et peuvent être dévastateurs^{2,3}.
- Elle peut entraîner des conséquences à court et à long terme sur la santé maternelle, le développement du fœtus et la santé physique et mentale à long terme¹.



a. Le Manuel Diagnostique et Statistique des Troubles Mentaux (DSM-5-TR) précise que les symptômes doivent être présents pendant au moins deux semaines et comprendre au moins cinq symptômes.

La dépression post-partum se distingue du syndrome du troisième jour (baby blues)^{3,4,5}

Syndrome du troisième jour par rapport à **Dépression post-partum**

- Syndrome du troisième jour**
 - Symptômes légers
 - Point culminant ayant lieu pendant la première semaine suivant l'accouchement
 - Se résout sans traitement dans les deux semaines après l'accouchement
 - Ne cause pas de déficience fonctionnelle
- Dépression post-partum**
 - Sentiment de tristesse, anxiété ou fatigue extrêmes
 - Apparition des symptômes pouvant se produire pendant la grossesse ou après l'accouchement^{6,7}
 - Peut durer des mois ou même des années
 - Cause une déficience fonctionnelle



Dans quelle mesure la dépression post-partum est-elle courante?

Elle peut affecter jusqu'à **une femme sur cinq** qui a accouché⁸.



Elle est la complication la plus courante de la maternité⁹.

Elle est sous-diagnostiquée en partie à cause de la stigmatisation et du manque de sensibilisation¹⁰.

Pourquoi la dépression post-partum exige-t-elle une intervention immédiate?

Coûts humains	Coûts économiques
L'amélioration tardive des symptômes peut aggraver considérablement les résultats pour les patientes et leurs bébés ⁵	On estime que la dépression post-partum coûte environ 150 000 \$ par cas au Canada ¹²
Les cas non traités ou mal gérés peuvent entraîner une dépression chronique chez les patientes enceintes et leurs partenaires, de l'automutilation chez la mère, un faible poids à la naissance, une naissance prématurée et un mauvais développement du nourrisson ¹	Dans l'ensemble, les problèmes de santé mentale maternelle ont coûté au Canada environ 6,7 milliards de dollars en coûts directs et indirects, soit 30 % pour la mère et 70 % pour le bébé ¹¹
Le suicide est la quatrième cause de décès maternel au Canada ¹¹	Environ un cinquième des coûts sont liés à la santé et aux services sociaux, tandis que près des quatre cinquièmes sont liés à la société, notamment la qualité de vie, la perte de productivité au travail, l'absentéisme et le chômage ¹¹

Illustrations : i3BF (dépression), ekanah, yankov, iStock (complicated)

Que peut-on faire pour gérer la dépression post-partum?

Les nouvelles directives cliniques canadiennes recommandent une thérapie de première intention en psychoéducation, en psychothérapie, en pharmacothérapie ou une combinaison de celles-ci.^{1,8}

Références

- Society of Obstetrician and Gynaecologists of Canada (SOGC). "Guideline No. 454: Identification and Treatment of Perinatal Mood and Anxiety Disorders." *J Obstet Gynaecol Can*, vol. 46, no.10, 2024, pp. 4-9.
- National Institutes of Mental Health. *Perinatal Depression*. Consulté le 5 avril, 2023. <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/perinatal-depression>
- Thurgood S, et al. "Post-Partum Depression." *AM J Clin Med*, vol. 6, no. 2, 2009, pp.17-22".
- Centre for Addiction and Mental Health (CAMH). *Postpartum Depression*. Consulté en avril 2025". <https://www.camh.ca/en/health-info/mental-illness-and-addiction/index/postpartum-depression>
- Campbell SB, et al. "Depression in first-time mothers: Mother-infant interaction and depression chronicity." *Dev Psychol*, vol 31, no. 3, 1995, pp.349-357".
- American Psychiatric Association. "Depressive Disorders." *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 5th ed., Text Revision. APA Publishing, 2022".
- Thompson KS, Fox JE. "Post-partum depression: a comprehensive approach to evaluation and treatment." *Ment Health Fam Med*, vol. 7, no. 4, 2010, pp.249-257".
- Vigod SN, Frey BN, Clark CT, et al. *Guide de pratique 2024 du Canadian Network for Mood and Anxiety Treatments pour le traitement des troubles de l'humeur, des troubles anxieux et des troubles connexes périnataux*. *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2025;0(0). doi:10.1177/07067437241303031.
- Centre for Addiction and Mental Health (CAMH). *Postpartum Depression: A Guide for Front-line Health and Social Service Providers, Chapter 1 - Clinical Overview*. Consulté en avril 2025". https://www.camh.ca/-/media/files/spd/_clinical_overview.pdf.pdf
- Sharma V, Sharma P. "Postpartum Depression: Diagnostic and Treatment Issues." *J Obstet Gynaecol Can*, vol. 34, no. 5, 2012, pp. 436-442".
- The Canadian Perinatal Mental Health Collaborative (CPMHC). *Written Brief for Pre-Budget Consultations in Advance of the 2023 Budget*. octobre 2022". <https://www.ourcommons.ca/Content/Committee/441/FINA/Brief/BR12111533/br-external/jointly28-e.pdf>
- BC Reproductive Mental Health Program. *Screening For Perinatal Depression in Canada*. Consulté en avril 2025". <https://www.ourcommons.ca/Content/Committee/441/HESA/Brief/BR12614230/br-external/BCReproductiveMentalHealthProgram-e.pdf>
- *disponible en anglais seulement

CONTENU PARTENAIRE

Commandité par

