

Carbolith^{MD} (lithium) pour la dépression

Le Lithium, qu'est-ce que c'est?

Le lithium est un stabilisateur de l'humeur. Il sert à soigner la dépression et la maladie affective bipolaire.

Dans votre cas, votre médecin vous l'a prescrit pour la dépression.

Il stabilise les cellules du cerveau pour diminuer leur agitation ou leur ralentissement.

Il est souvent utilisé avec d'autres médicaments pour traiter la dépression.

La dépression, qu'est-ce que c'est?

La dépression est un trouble de l'humeur. C'est une maladie qui se traite par un soutien psychologique et/ou des médicaments.

Pendant la dépression, les cellules du cerveau ne communiquent pas bien entre elles. Elles manquent de stimulation et causent un changement d'humeur. On peut se sentir triste, perdre le goût de faire des choses qu'on aime, mal dormir ou avoir d'autres effets. Chaque personne vit la dépression différemment.

Quels sont les effets positifs du Lithium?

Les effets de la dépression sont très différents pour chaque personne. Il se peut que vous ne les ressentiez pas tous. Le lithium va aider à contrôler seulement ceux que **vous** ressentez.

Le lithium est efficace pour aider à contrôler des effets comme:

- L'humeur triste
- Le manque d'intérêt pour les activités que vous aimez
- La difficulté à vous concentrer
- Le manque de motivation
- Le manque d'énergie
- Les idées noires
- L'irritabilité (frustration)
- La difficulté à dormir ou le sommeil qui dure trop longtemps
- Les douleurs, crampes ou maux de tête qui ne s'améliorent pas avec des traitements contre la douleur

Le Lithium ne cause pas de dépendance.

Le Lithium vous aidera à vous sentir mieux et plus en contrôle dans votre vie de tous les jours. Il aidera aussi à prévenir les rechutes.

Vous pourrez commencer à sentir les effets du lithium après 1 semaine environ.

Si vous ne ressentez pas assez d'effets bénéfiques pour vous sentir bien, contactez votre médecin.

Quels sont les effets secondaires du Lithium?

Il y en a plusieurs, mais vous ne ressentirez sans doute pas tous les effets secondaires. Il est même possible que vous n'en ressentiez pas du tout. Chaque personne réagit différemment aux médicaments.

Vous pourriez :

- Avoir de la diarrhée (solution : buvez beaucoup d'eau et appelez votre pharmacien si cela dure longtemps)
- Avoir des maux de tête, des vomissements ou des maux de coeur
- Avoir la bouche sèche ou plus souvent soif (solution : sucez des glaçons, mâchez de la gomme, buvez plus d'eau, ou des bonbons sans sucre)
- Avoir une envie plus fréquente d'uriner (surtout si vous buvez beaucoup)
- Être plus endormi, étourdi ou fatigué pendant la journée
- Avoir plus d'appétit et prendre du poids
- Avoir des tremblements

D'habitude, ces effets secondaires disparaissent avec le temps.

Si ils vous incommode, parlez-en à votre professionnel de la santé (pharmacien, médecin, infirmière ou infirmier), il vous aidera à trouver une solution.

Comment dois-je prendre le Lithium?

- Le plus souvent, on prend le lithium une ou plusieurs fois par jour.
- Suivez bien l'horaire que votre médecin vous a donné.
- Vous pouvez le prendre avec ou sans nourriture.
- Il est recommandé de boire beaucoup d'eau, surtout lorsque vous transpirez beaucoup, pendant toute la durée de votre traitement au Lithium. (environ 8 à 10 verres d'eau par jour).
- Vous devez le prendre tous les jours, à la même heure, pour qu'il soit efficace.
- Vous devez passer certaines prises de sang pour aider votre médecin à bien doser le Lithium.

Précautions

- Le lithium peut interagir avec quelques médicaments vendus sans prescriptions. Vous devriez toujours demander l'avis du pharmacien si vous voulez consommer un nouveau médicament. Si vous avez besoin d'un médicament pour la douleur, prenez du Tylenol (acétaminophène) plutôt que de l'Advil/Motrin (ibuprofène) ou de l'Aleve (naproxène).

Signes de surdosage

- Il est très important de ne pas dépasser la dose qui vous a été prescrite.
- Par contre, si vous avez pris trop de comprimés, si vous ne vous sentez pas bien et que vous êtes très endormi, très confus, si vous vous sentez affaibli, si vous tremblez beaucoup ou que vous avez de forts maux de cœur, des vomissements ou des diarrhées, ou si vous ressentez tout autre symptôme alarmant, contacter rapidement un intervenant.

Que dois-je faire si j'oublie de prendre mon Lithium?

- Si vous avez oublié de prendre votre lithium, prenez-le dès que vous y pensez, sauf s'il est bientôt l'heure de prendre la prochaine dose.
- **Ne doublez jamais votre dose, c'est important.**
- Si vous n'êtes pas certain(e) que vous pouvez prendre votre dose oubliée, appelez votre pharmacien.
- Si vous oubliez souvent des doses, parlez-en à votre pharmacien. Il vous aidera à trouver des solutions.

**Si vous désirez arrêter votre médicament, parlez-en à
votre pharmacien, médecin, infirmière ou infirmier.**

Il vous aidera à le faire de la bonne façon.