

# LA DÉPRESSION

GÉNÉRALITÉS

La **dépression** est une **maladie à part entière** caractérisée par **des troubles de l'humeur** dont les **causes peuvent être diverses**. Elle a notamment pour origine un **dysfonctionnement des systèmes cérébral et immunitaire** qui se traduit entre autre par **une réaction inflammatoire** et **une perturbation dans le processus de fabrication, de transmission et de régulation de neuromédiateurs**. Elle touche **tous les âges de la vie**, concerne environ **15 à 20% de la population générale** et elle est **potentiellement mortelle**. Il est donc important de connaître les symptômes pour pouvoir déceler cette maladie à temps afin de prendre **la voie de la guérison durable** et éviter le risque de rechute voir même de suicide.

## FACTEURS DE RISQUE

- Facteurs biologiques : Système immunitaire dérégulé, insuffisance de neurotransmetteurs et d'acides gras polyinsaturés )
- Facteurs socio-démographiques : (genre, âge, niveau social et économique etc.)
- Facteurs contextuels : (traumatisme, vécu professionnel etc.)
- Les facteurs liés à l'histoire personnelle : (dépression parentale, maltraitance etc.)

## MANIFESTATIONS CLINIQUES

- Humeur dépressive,
- Diminution de l'intérêt,
- Evolution du poids,
- Troubles du sommeil,
- Troubles cognitifs,
- Evolution de comportement psychomoteur,
- Fatigue,
- Sentiment de dévalorisation,
- Idées noires, etc.

PRISE EN CHARGE



## CONSEILS & PRÉVENTION

- Consulter un professionnel de santé
- Pratiquer régulièrement une activité physique,
- Choisir une méthode de relaxation (yoga, méditation en pleine conscience etc.)
- Avoir une alimentation équilibrée et riche en oméga-3
- Exprimer ses émotions (parler, se confier, interagir avec d'autres etc.)



## TRAITEMENTS HABITUELS

- Psychothérapie,
- Médicaments : antidépresseurs types imipraminiques, IMAO, ISRS, IRSN etc.)
- Luminothérapie,
- Électroconvulsivothérapie,
- Stimulation magnétique transcrânienne,
- Kétamine à faible dose
- Phytothérapie : millepertuis, rhodiola, actée à grappes noires.

## MICRO-IMMUNOTHÉRAPIE

## Formule DEP

Les substances immunomodulatrices en **faibles doses** permettent de **moduler à la hausse, à la baisse, ou de maintenir leur activité biologique** dans l'organisme.

### LA COMPOSITION DE LA FORMULE



**IL-4, NT3, NT4, TGF- $\alpha$ , TGF- $\beta$ , EPO**  
**IL-2, IL-10**  
**IL-1, IL-6, IL-12, IFN- $\gamma$ , CRF, TNF- $\alpha$ , SNA $\textcircled{R}$ -DEPa, SNA $\textcircled{R}$ -DEPb, SNA $\textcircled{R}$ -DEPc**

### LES OBJECTIFS DE LA FORMULE



- ✓ Vise à rééquilibrer la réponse immunitaire et le fonctionnement du système cérébral,
- ✓ Soulage les symptômes et évite le risque de rechute,
- ✓ Bien tolérée, elle peut être associée à la prise d'antidépresseurs.

### LES ACTIONS DE LA FORMULE



- ✓ Freine la réponse inflammatoire et rétablit l'équilibre TH1-TH2-TH3,
- ✓ Régule le fonctionnement de l'axe hypothalamo-hypophyso-surrénalien en freinant la libération de CRF,
- ✓ Stimule la neurogenèse et la plasticité synaptique.

POSOLOGIE

## Formule DEP

### Troubles dépressifs



**2 gélules/jour** jusqu'à l'amélioration des symptômes.

### Traitement de fond



**1 gélule/jour** de 3 à 6 mois puis 10jours/mois.

Les prises doivent être **réparties au cours de la journée, en dehors des repas** et avec au moins **2 heures d'intervalle** entre chacune.

**Pour un résultat optimal :**  
la première le **matin à jeun**  
la dernière **avant 18h.**

