

Journée mondiale de la santé, aujourd'hui La dépression : parlons-en !

Anita J. TSOUMBA

Libreville/Gabon

LA communauté internationale célèbre ce vendredi 7 avril, la journée mondiale de la Santé, sous le thème: "la dépression: parlons-en". C'est un appel à une plus grande mobilisation, afin que chaque personne atteinte, partout dans le monde, cherche à se faire aider et puisse obtenir cette aide. « La dépression est une affection courante. Elle diffère des sautes d'humeur habituelles et des réactions émotionnelles passagères face aux problèmes du quotidien. Quand elle perdure et que son intensité est modérée ou sévère, la dépression peut devenir une maladie grave», relève l'Organisation mondiale de la santé (OMS). La dépression est donc une affection qui peut entraîner une grande souffrance, altérer la vie professionnelle, scolaire et familiale de la personne atteinte. Dans le pire des cas, la dépression peut conduire au suicide (2e cause de mortalité chez les 15-29 ans). C'est donc une pathologie en passe de devenir un pro-



Photo : AJT

L'hôpital psychiatrique de Melen, unique centre du pays où sont orientés des cas de dépression.

blème de santé publique, notamment au Gabon où la connaissance de la dépression et sa prise en charge sont mal perçues. « Au sein des familles, la dépression est perçue comme la folie. Ce ne sont pas des mots ou expressions qui figurent dans nos

coutumes. C'est pour cela que tout trouble comportemental chez nous est perçue d'une façon assez spéciale. On parle de folie», renseignent les spécialistes. Le manque de soutien aux personnes affectées, les préjugés, le manque

criant d'investissement dans la santé mentale, l'insuffisance de personnels soignants qualifiés et la stigmatisation sociale liée aux troubles mentaux sont, entre autres, les freins à l'encadrement et à la prise en charge de cette affection, bien qu'il

existe des traitements connus et efficaces pour combattre la dépression. La dépression est en tête des causes de morbidité et d'incapacité dans le monde, avec plus de 300 millions de personnes atteintes en 2015, selon les chiffres de l'Organisation

mondiale de la santé. Soit une augmentation de plus de 18% entre 2005 et 2015. Il faut noter que les activités commémoratives de l'édition 2017 de la Journée mondiale de la santé au Gabon ont été reportées au 21 avril prochain.

Un mal, plusieurs manifestations

Prissilia.M.MOUIY

Libreville/Gabon

LA dépression est un trouble comportemental qui touche les personnes de tous âges, de tous les horizons et dans tous les pays. La pauvreté, le chômage, les événements de la vie tels que le décès d'un proche ou une rupture sentimentale, la maladie et les problèmes dus à la consommation d'alcool ou de drogue illicites seraient, entre autres, les facteurs de risque qui déclenchent cette pathologie. Généralement, on dit d'une personne qu'elle est dépressive lorsqu'elle présente une tristesse persistante, une perte d'intérêt pour les activités qui, normalement, procurent du plaisir et une incapacité à accomplir les tâches quoti-

diennes. « Cette maladie provoquerait chez les personnes, qui en souffrent, une détresse morale et une incidence sur leur aptitude à effectuer les tâches de la vie quotidienne avec, parfois, de très graves conséquences sur les relations avec les proches et les amis», explique M. Mbouity Ikapi, psychologue. Il y a, en outre, des manifestations courantes qui, généralement, se traduisent, entre autres, par une perte d'énergie, la modification de l'appétit, l'insomnie, l'anxiété, la déconcentration, des difficultés à prendre des décisions, l'agitation, le désespoir, des pensées autour de l'automutilation ou du suicide. Ces signes seraient visibles chez les personnes atteintes de dépression mélancolique : un type de dépression qui survient dans la plupart des cas,

suite à la perte d'un être cher. Selon M. Mbouity Ikapi, la dépression ne serait pas un signe de faiblesse et il serait possible d'en guérir. C'est une étape transitoire que tout individu pourrait vivre. « Pour

venir à bout de la dépression, les spécialistes de la santé mentale préconisent aux patients d'éviter l'isolement, d'en parler et de faire un dépassement de soi. C'est, là, le premier pas vers le traitement et la guérison», poursuit le

psychologue. Cela sous-entend que la guérison du malade passe non seulement par son accompagnement régulier, via des séances de thérapie par la parole, mais aussi par un traitement antidépresseur.

Il faut noter qu'une dépression non traitée peut empêcher les personnes qui en souffrent de travailler et de participer à la vie de famille et de la communauté. Dans le pire des cas, la dépression peut conduire au suicide.

Erratum

UNE erreur s'est glissée dans notre livraison d'hier portant sur l'atelier des médecins de la prise en charge des personnes vivant avec le VIH/Sida. Il fallait plutôt lire 18 000 perdus de vue depuis la création des centres de Pec en 2001, et non au cours de l'année 2016. Durant l'année écoulée, il y a eu plutôt 597 perdus de vue. De plus, le Dr Fernand Ngomanda n'est pas médecin-chef du CTA du CHUL, mais un médecin traitant. Toutes nos excuses à nos lecteurs et au concerné.

**RESULTAT DU TIRAGE AU SORT
DU GRAND SONDAGE LECTEURS**
L'union
www.lunion.ga

NOM ET PRENOMS	RANG	DESIGNATION
EYANG MBA RAISSA	1	Télévision LG L E D 42 Pouces avec jeux TV - 106 CM
MOUNONGOU ERIC	2	Cuisinière ELBA 4 Feux Gaz C/B
EKOME RICHARD	3	Cuisinière ELBA 4 Feux Gaz C/B
NGOUBOU BENJAMIN	4	Cuisinière ELBA 4 F simple
NGUEMA LENNY	5	Cuisinière ELBA 4 F simple
MENGOU ME PATRICK	6	Micro Onde LG 20 L Blanc
LEBIYA AUDREY	7	Micro Onde LG 20 L Blanc
EMBO NATACHE	8	Fer à repasser BEKO
LEKOUKOU BOVEL	9	Fer à repasser BEKO
MEBIAME KENCEE	10	Fer à repasser BEKO
MBIRA GUY	11	Fer à repasser BEKO
IPOMO SATURNIN	12	Fer à repasser BEKO
MAYOMBO NZOUBA BEN FRIDOLIN	13	Fer à repasser BEKO
PEMBA LUCE LESLY	14	Fer à repasser BEKO
MBOUMESSIEYI ANTHONY PAUL	15	DVD LG Multizone + DIVX
DIMA BIESSIELOU PHENIX	16	DVD LG Multizone + DIVX
MBA WILDAS	17	DVD LG Multizone + DIVX
MOUKILEKOKA FRANCOIS	18	DVD LG Multizone + DIVX
MALOMBE NDONG LAURE	19	DVD LG Multizone + DIVX

1er Prix
Téléviseur LG

2e au 3e Prix
une gazinière

4e au 5e Prix
micro-onde 20L

6e au 12e Prix
fer à repasser

13e au 17e Prix
lecteur DVD MULTIZONE