

*Fiche d'information*

# Normothymiques

## Quel bénéfice attendre de ce médicament ?

Appelés aussi thymorégulateurs ou normothymiques, ces médicaments sont utilisés pour soigner un épisode dépressif ou maniaque survenant dans le cadre de troubles bipolaires.

Ils sont utiles aussi pour prévenir la récidive, qu'elle soit dépressive ou maniaque, des épisodes de cette pathologie.

Ces traitements permettent de réduire la fréquence, la durée, l'intensité des épisodes. Il en résulte une amélioration du fonctionnement global de votre santé.

Il s'agit le plus souvent d'un traitement au long cours.

## Quels sont les médicaments ?

Le plus ancien de ces médicaments est à base de lithium.
Certains antipsychotiques et certains antiépileptiques sont indiqués également dans les troubles bipolaires.

En cas de résistance à ces traitements, le médecin prescripteur peut être amené à associer les régulateurs de l'humeur entre eux.

| Famille | Dénomination commune internationale | Nom du princeps | Présentations |
|---|---|---|---|
| Sels de lithium | Carbonate de lithium | TERALITHE® | Comprimé à 250 mmg sécable<br>Comprimé à 400 mg sécable à Libération Prolongée (LP) |
| Valproate et dérivés | Divalproate de sodium | DEPAKOTE® | Comprimés à 250 mg et 500 mg |
| | Valpromide | DEPAMIDE® | Comprimé à 300 mg |
| Antipsychotiques | Aripiprazole | ABILIFY® | Comprimés orodispersibles à 10 et 15 mg<br>Comprimés à 5 et 15 mg |
| | Olanzapine | ZYPREXA® | Comprimés orodispersibles à 5, 10, 15 et 20 mg<br>Comprimés à 5, 7.5, 10 mg cp |
| | Quétiapine | XEROQUEL® | Comprimés LP à 50, 300 et 400 mg cp |
| | Rispéridone | RISPERDAL® | Comprimés à 1, 2 et 4 mg<br>Solution buvable à 1mg/ml<br>Comprimés orodispersibles à 0.5, 1, 2, 3, 4 mg |
| Autres antiépileptiques thymorégulateurs | Carbamazépine | TEGRETOL® | Comprimé sécable à 200 mg et 400mg à Libération Prolongée (LP)<br>Comprimé sécable à 200 mg<br>Suspension buvable à 20 mg/ml |
| | Lamotrigine | LAMICTAL® | Comprimés à croquer ou dispersibles à 25, 50, 100 et 200 mg |

## Comment prendre votre médicament ?

Les médicaments doivent être pris chaque jour à heure(s) régulières(s), en respectant les posologies prescrites sur votre ordonnance. Vous pouvez préparer un semainier pour vous aider à prendre votre traitement.

## Que faire en cas d'oubli d'une prise ?

*Pour le lithium : se référer à la fiche spécifique de ce produit*

Si le retard est de **moins de deux heures**, prenez immédiatement le médicament.

Au-delà de deux heures, sautez la prise et prenez la quantité prescrite la fois suivante.
En cas de prise unique, si vous avez oublié la prise unique du matin, vous pouvez la prendre dans la journée. Si vous avez oublié la prise unique du soir, attendez la prise prévue le lendemain.

**Ne doublez jamais les doses pour compenser l'oubli d'une prise.**

## Quels effets indésirables peuvent apparaître ?

Ces effets indésirables peuvent ne jamais apparaître et sont différents d'une personne à l'autre.
Dans leur grande majorité, ils ne sont pas graves. Certains régressent, dès les premières semaines du traitement. Il faut les connaître pour pouvoir les identifier ou les éviter et, dans tous les cas, en parler à votre médecin qui recherchera une solution pour les atténuer, voire les faire disparaître.

Pour plus d'information, merci de bien vouloir vous référer aux fiches spécifiques de chaque médicament régulateur de l'humeur.

## Que surveiller pendant le traitement ?

La surveillance pendant le traitement est variable en fonction de chaque médicament. Nous vous recommandons pour cette partie de vous reporter aux fiches spécifiques de chaque médicament régulateur de l'humeur.

## Quelles précautions à observer ?

**L'hygiène de vie**
Evitez les situations répétées de manque de sommeil et la consommation d'excitants comme le café, thé, cola et drogues.

**L'alcool**
La prise d'alcool est contre indiquée, surtout en début de traitement, car elle peut entraîner une somnolence excessive, augmenter les effets indésirables, le mal-être et l'angoisse. Par la suite, une consommation très modérée est possible. Parlez-en avec votre médecin.

**Les drogues**
La consommation de ces produits peut favoriser une réapparition des troubles liés à votre maladie, de plus elle s'oppose à la réussite de votre traitement.

**Les médicaments**
Ne prenez pas de médicaments non prescrits par votre médecin. Demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien car les régulateurs de l'humeur peuvent présenter des interactions avec d'autres médicaments courants.

**La conduite de véhicules et l'utilisation de machines**
Soyez très prudent : ne conduisez pas après avoir pris un hypnotique. demandez l'avis d'un professionnel de santé.

**Projet de grossesse**
La prise de certains régulateurs de l'humeur pendant la grossesse entraine un risque important de malformations et de troubles graves du développement qui peuvent se révéler lourdement handicapant pour l'enfant à naitre. Aussi, si vous êtes une femme en âge de procréer, vous devez utiliser une contraception efficace pendant votre traitement. Si vous envisagez une grossesse, n'arrêtez pas votre contraception, vous devez en discuter avec votre médecin spécialiste qui évaluera la conduite à tenir.

**Cas du valproate et dérivés**
**il est contre-indiqué chez les femmes en âge de procréer (sauf si toutes les conditions du programme de prévention de la grossesse sont remplies) : nécessité de la signature d'un accord de soins et contraception efficace obligatoire.**
**Se référer à la fiche spécifique du produit pour plus d'informations.**

Cette fiche d'information a été réalisée par les professionnels de santé du Réseau P.I.C. (Psychiatrie- Information - Communication).
Toutefois, cette fiche est un support d'information non exhaustif qui doit vous permettre d'en parler plus largement avec votre médecin ou pharmacien.
© Copyright réseau PIC – 2026