



Canada's source for  
HIV and hepatitis C  
information

La source canadienne  
de renseignements sur  
le VIH et l'hépatite C

From *Le VIH au Canada : Guide d'introduction pour les fournisseurs de services*

## La santé mentale

### Points clés

- Les problèmes de santé mentale sont des facteurs de risque de transmission du VIH.
- Les problèmes de santé mentale peuvent compromettre la santé générale des personnes vivant avec le VIH.
- La dépression peut nuire à la santé générale des personnes vivant avec le VIH.
- Les personnes vivant avec le VIH peuvent souffrir d'un certain nombre de troubles de l'anxiété, et ceci à des taux plus élevés que la population générale.

La recherche nous montre que les personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale sont plus à risque de contracter le VIH. En tout et selon les estimations, 0,17 % de Canadiens vivaient avec le VIH en 2016; cependant des études montrent un taux beaucoup plus élevé de VIH chez ceux aux prises avec des problèmes de santé mentale : des études montrent qu'entre 5 % et 23 % des personnes ayant des problèmes de santé mentale chroniques auraient le VIH. Le risque de transmission du VIH est plus élevé chez les personnes ayant des problèmes de santé mentale, principalement parce qu'elles sont plus susceptibles de s'engager dans des activités à haut risque liés au sexe et à la drogue.

Les personnes vivant avec le VIH risquent aussi d'éprouver des problèmes de santé mentale, surtout la dépression et l'anxiété. De nombreux problèmes de santé mentale peuvent nuire à l'état de santé générale des personnes vivant avec le VIH. Entre autres, ces problèmes risquent de compromettre leur capacité d'obtenir des soins et de faire l'objet d'un suivi continu, ainsi que leur aptitude à suivre fidèlement leur traitement contre le VIH une fois qu'il commence. C'est pourquoi les personnes vivant avec le VIH devraient passer un dépistage de problèmes de santé mentale.

La dépression est une affection médicale grave qui a un impact négatif sur la manière dont une personne se sent, agit et pense. La dépression peut interférer avec la routine quotidienne et réduire la qualité de vie des personnes touchées. Certaines recherches suggèrent que près d'un quart des personnes vivant avec le VIH souffrent de dépression à un moment donné dans leur vie. Traiter la dépression peut être complexe pour les personnes vivant avec le VIH. Le traitement efficace de la dépression peut consister en un counseling individuel ou de groupe, une thérapie cognitivo-comportementale et l'administration d'antidépresseurs.

L'anxiété est une réaction physique et émotionnelle normale à une menace perçue. Lorsque l'anxiété commence à interférer avec le fonctionnement normal de la personne, on la caractérise alors comme trouble clinique. Il existe de nombreux et différents types de troubles anxieux : le trouble panique, l'agoraphobie, la phobie sociale et les autres phobies, le trouble obsessionnel-compulsif, le trouble de stress post-traumatique (TSPT), le trouble anxieux généralisé (TAG), le trouble de stress aigu et le trouble anxieux résultant d'un problème de santé général. Les personnes vivant avec le VIH sont sujettes à tous les troubles anxieux ci-dessus mentionnés. Les taux de certains de ces troubles chez les personnes vivant avec le VIH sont comparables à ceux qui prévalent dans la population générale, alors que d'autres sont exacerbés par le VIH.

Il est possible de traiter les troubles anxieux par des remèdes pharmacologiques ou non pharmacologiques.

### Ressources

[Le VIH et le bien-être émotionnel](#)

[CAMH - Centre de toxicomanie et de santé mentale](#)

[Association canadienne pour la santé mentale](#)

## Sources

1. Organisation mondiale de la Santé [OMS]. *VIH/sida et santé mentale*. Geneva: OMS; 20 novembre 2008. Disponible à l'adresse : [http://apps.who.int/gb/archive/pdf\\_files/EB124/B124\\_6-fr.pdf](http://apps.who.int/gb/archive/pdf_files/EB124/B124_6-fr.pdf) [Consulté le 19 juillet 2016]
2. Agence de la santé publique du Canada. *Résumé : Estimations de l'incidence et de la prévalence du VIH, et des progrès réalisés par le Canada en ce qui concerne les cibles 90-90-90 pour le VIH, 2016*. Agence de la santé publique du Canada, 2018. Disponible à l'adresse : <https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/diseases-conditions/summary-estimates-hiv-incidence-prevalence-canadas-progress-90-90-90.html>
3. American Psychiatric Association. *HIV Mental Health Treatment Issues: HIV and Clinical Depression*. Disponible à l'adresse: <https://www.psychiatry.org/File%20Library/Psychiatrists/Practice/Professional-Topics/HIV-Psychiatry/FactSheet-Depression-2012.pdf>
4. American Psychiatric Association. *What is Depression?* Disponible à l'adresse: <https://www.psychiatry.org/patients-families/depression/what-is-depression>
5. Association canadienne des troubles anxieux. *Trouble d'anxiété généralisée*. Disponible à l'adresse: <https://www.anxietycanada.com/adults/generalized-anxiety-disorder>
6. Association canadienne pour la santé mentale. *Les troubles anxieux*. Disponible à l'adresse: <https://cmha.ca/fr/les-troubles-anxieux>
7. American Psychiatry Association. *HIV Mental Health Treatment Issues: HIV and anxiety*. Disponible à l'adresse : <https://www.psychiatry.org/File%20Library/Psychiatrists/Practice/Professional-Topics/HIV-Psychiatry/FactSheet-Anxiety-2012.pdf>

## Produit par:



La source canadienne  
de renseignements sur  
le VIH et l'hépatite C

555, rue Richmond Ouest, Bureau 505, boîte 1104  
Toronto (Ontario) M5V 3B1 Canada  
téléphone : 416.203.7122  
sans frais : 1.800.263.1638  
télécopieur : 416.203.8284  
site Web : [www.catie.ca](http://www.catie.ca)  
numéro d'organisme de bienfaisance : 13225 8740 RR

## Déni de responsabilité

Toute décision concernant un traitement médical particulier devrait toujours se prendre en consultation avec un professionnel ou une professionnelle de la santé qualifié(e) qui a une expérience des maladies liées au VIH et à l'hépatite C et des traitements en question.

CATIE fournit des ressources d'information aux personnes vivant avec le VIH et/ou l'hépatite C qui, en collaboration avec leurs prestataires de soins, désirent prendre en mains leurs soins de santé. Les renseignements produits ou diffusés par CATIE ou auxquels CATIE permet l'accès ne doivent toutefois pas être considérés comme des conseils médicaux. Nous ne recommandons ni n'appuyons aucun traitement en particulier et nous encourageons nos utilisateurs à consulter autant de ressources que possible. Nous encourageons vivement nos utilisateurs à consulter un professionnel ou une professionnelle de la santé qualifié(e) avant de prendre toute décision d'ordre médical ou d'utiliser un traitement, quel qu'il soit.

CATIE s'efforce d'offrir l'information la plus à jour et la plus précise au moment de mettre sous presse. Cependant, l'information change et nous encourageons les utilisateurs à s'assurer qu'ils ont l'information la plus récente. Toute personne mettant en application seulement ces renseignements le fait à ses propres risques. Ni CATIE ni aucun de ses partenaires ou bailleurs de fonds, ni leurs personnels, directeurs, agents ou bénévoles n'assument aucune responsabilité des dommages susceptibles de résulter de l'usage de ces renseignements. Les opinions exprimées dans le présent document ou dans tout document publié ou diffusé par CATIE ou auquel CATIE permet l'accès ne reflètent pas nécessairement les politiques ou les opinions de CATIE ni de ses partenaires ou bailleurs de fonds.

L'information sur l'usage plus sécuritaire de drogues est offerte comme service de santé publique pour aider les personnes à prendre de meilleures décisions de santé et ainsi réduire la propagation du VIH, de l'hépatite virale et de toute autre infection. Cette information n'a pas pour but d'encourager ni de promouvoir l'utilisation ou la possession de drogues illégales.

## La permission de reproduire

Ce document est protégé par le droit d'auteur. Il peut être réimprimé et distribué dans son intégralité à des fins non commerciales sans permission, mais toute modification de son contenu doit être autorisée. Le message suivant doit apparaître sur toute réimpression de ce document : *Ces renseignements ont été fournis par CATIE (le Réseau canadien d'info-traitements sida). Pour plus d'information, veuillez communiquer avec CATIE par téléphone au 1.800.263.1638 ou par courriel à [info@catie.ca](mailto:info@catie.ca).*

© CATIE

La production de cette revue a été rendue possible grâce à une contribution financière de l'Agence de la santé publique du Canada.

Disponible en ligne à  
<https://www.catie.ca/fr/vih-canada/7/7-4>