Comment faire le diagnostic de dépression?

1ère étape :
En première ligne, il convient d'être attentif aux signes et aux plaintes de dépression chez vos patients (GRADE 1C).

2ème étape :
Si vous suspectez une dépression, posez les deux questions suivantes pour vous orienter. Si la réponse à l'une de ces deux questions est positive, poursuivez vos investigations (GRADE 1B):
1. « Le mois dernier, avez-vous été fréquemment gêné dans votre vie quotidienne par des sentiments dépressifs ou par du désespoir ? »
2. « Le mois dernier, avez-vous été fréquemment gêné par un manque d'intérêt ou de plaisir dans les choses que vous avez faites ? »

3ème étape :
Établissez un plan diagnostique et rassemblez des arguments pour ou contre le diagnostic de dépression en vous posant les questions suivantes (GPC):

1. Y a-t-il d'autres problèmes psychiatriques sévères que la dépression et/ou mettant la vie en danger, peuvent-ils être traités ?
2. Y-a-t-il d'autres problèmes somatiques qui peuvent être traités et se manifester par des symptômes dépressifs ?
3. Y-a-t-il des problèmes psychologiques ou psychiatriques qui peuvent être traités s'accompagnant de symptômes dépressifs ou de dépression mais qui nécessitent une approche thérapeutique spécifique appropriée?
4. Y-a-t-il des facteurs déclenchants ou des facteurs de risque connus pouvant renforcer la suspicion de dépression?

4ème étape :
Explorez la sphère ICE (ideas, concerns, expectations = idées, préoccupations, attentes) du patient et ses mécanismes de défense. Posez-lui des questions explicites pour évaluer le risque suicidaire (GPC).

5ème étape :
Posez le diagnostic de dépression sur la base des quatre étapes ci- dessus. Si nécessaire, référez-vous aux critères diagnostiques du DSM-5.

6ème étape :
Evaluez la gravité de la dépression (GPC). Pour cela, évaluez :
- Le degré de souffrance vécue par le patient ;
- L'impact de la dépression sur la vie quotidienne/le fonctionnement du patient.

Source : Recommandation de Bonne Pratique – La dépression chez l'adulte réalisée par Domus Medica - Tom Declercq, Jan Callens, Hanne Cloetens, Jan De Lepeleire, Hilde Habraken, Hans van den Ameele
http://www.ssmg.be/images/ssmg/files/Recommandations_de_bonne_pratique/RBP_Depression_SSMG.pdf