

Fiche d'information

Selegenine (Emsam®)

Antidépresseurs

Présentation

- Dispositif transdermique à 6.9 et 12 mg/24 heures

Quel bénéfice attendre de ce médicament ?

La sélégeline est prescrite pour soulager la tristesse, l'absence de motivation, le ralentissement psychomoteur, la perte de plaisir dans les activités quotidiennes et dans l'amélioration de la qualité du sommeil. Elle peut ainsi vous aider à retrouver un mieux-être. Il faut noter que les effets bénéfiques n'interviennent pas avant 2 à 4 semaines de traitement.

Le médicament est important car, en réduisant les symptômes liés à la maladie, il vous aidera à poursuivre vos activités personnelles et professionnelles. Mais le médicament à lui seul n'est pas suffisant pour votre rétablissement. Il est souvent nécessaire d'être soutenu par un accompagnement psychothérapique et de poursuivre des activités de votre choix. Enfin, ce médicament n'entraine pas de dépendance.

Comment prendre votre médicament ?

Il doit être pris en respectant la posologie prescrite sur votre ordonnance.

Les patchs sont à appliquer 1 fois par jour sur une peau propre, sèche et saine sur le haut du torse (sous le cou et au-dessus de la taille), le haut du dos, le haut de la cuisse ou la surface externe du haut du bras.

Si le patch a été oublié d'être enlevé après 24 heures, retirer ce patch et ajouter un nouveau patch sur une nouvelle zone et continuer le schéma habituel de prescription.

En cas d'oubli d'une prise, dans les 12h, vous pouvez appliquer le patch oublié.

Si l'oubli est constaté après ce délai, attendez la prise suivante à l'heure habituelle.

Ne jamais doubler les doses pour compenser un oubli de 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. Ces effets peuvent apparaître très rapidement, et certains régressent quelques semaines après le début du traitement. Il faut les connaître pour pouvoir les identifier ou les éviter et, dans tous les cas, parlez-en à votre médecin qui recherchera une solution pour les atténuer, voire les faire disparaître.
Cette fiche fait mention des effets indésirables les plus souvent rencontrés par les patients ; d'autres effets plus rares peuvent parfois apparaître ; Parlez-en avec votre médecin ou votre pharmacien.

Effets	Que dois-je faire ?
Somnolence, baisse de vigilance (e plus souvent transitoire et en début de traitement)	Evitez de conduire ou d'utiliser des machines qui pourraient s'avérer dangereuses. Parlez-en à votre médecin qui pourra éventuellement réévaluer les doses et leur répartition dans la journée.
Rougeur, irritation de la peau	Variez les sites de pose du dispositif transdermiques
Maux de tête, céphalées (le plus souvent transitoire et en début de traitement)	Reposez-vous. Evitez les substances pouvant favoriser vos maux de tête (excitants, café, chocolat...). Si les symptômes persistent, demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien.
Nausées, vomissements (le plus souvent transitoire en début de traitement)	Prenez de préférence votre médicament au milieu d'un repas. Ces symptômes diminuent avec le temps, s'ils persistent, demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien.
Diarrhée	Mangez du riz, des bananes des carottes. Evitez les fruits crus et les produits laitiers. Buvez suffisamment d'eau pour vous réhydratez. Prenez votre médicament au cours du repas. Si les symptômes persistent, parlez-en à votre médecin.

Effets	Que dois-je faire ?
Augmentation de l'appétit, prise de poids	Une augmentation de l'appétit peut apparaître dès le début du traitement. Certains patients grossissent, d'autres pas. Ceci nécessite une surveillance régulière de votre poids (1 fois par semaine le premier mois puis mensuellement). Evitez les sucreries, les boissons sucrées et les plats préparés. Réduisez les graisses. Pratiquez une activité physique adaptée.
Bouche sèche	Buvez souvent un peu d'eau. Mâchez une gomme sans sucre afin de stimuler la salivation. Vous pouvez vaporiser un spray de salive artificielle. Ayez une bonne hygiène dentaire.

Que surveiller pendant le traitement ?

La crise hypertensive : la consommation de certains aliments contenant de la tyramine, en même temps que votre médicament, peut déclancher une crise hypertensive.

Les signes d'alerte : maux de tête occipitaux (arrière de la tête) pouvant se proposer à l'avant, palpitations, raideur ou douleur de la nuque, nausées et vomissements, sudation, mydriase (dilatation de la pupille), photophobie (inconfort visuel à la lumière), tachycardie ou bradycardie (battement du cœur anormaux), douleur thoracique constrictive (sensation d'être pris dans un étau) à Signalement immédiat au médecin

Quelles précautions à observer ?

Conseils alimentaires pour les patchs de 9 et 12 mg/24h : Certains aliments contenant des quantités relativement importantes de tyramine doivent être consommés avec modération : fromage vieilli, choucroute charcuterie, bière, vin, gibiers. Attention aux aliments artisanaux, vieillis ou très fermentés.

Hygiène de vie : Faites une activité physique dans la journée, ou au moins un peu de marche ou bien participez à des activités telles que la relaxation, le yoga, la sophrologie ou toute autre activité pouvant vous aider à vous relaxer. Evitez certaines situations : manque de sommeil, consommation d'excitants (café, thé, cola, drogue).

Alcool : La prise d'alcool est déconseillée, car elle peut entraîner une somnolence excessive, augmenter les effets indésirables, le mal-être et l'angoisse.

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.

Médicaments : Ne prenez pas de médicaments non prescrits par votre médecin. Demandez l'avis de votre médecin ou pharmacien car des interactions avec votre traitement habituel peuvent apparaître. Soyez vigilant à la prise de phytothérapie ou de compléments alimentaires qui pourrait également interagir.

Conduite de véhicules et l'utilisation de machines : Soyez très prudent : Ne conduisez pas sans l'avis d'un professionnel de santé.

Projet de grossesse : Si vous envisagez une grossesse, parlez-en avec votre médecin. Lui seul sera à même d'évaluer la poursuite du traitement.

La régularité du traitement

La poursuite du traitement est indispensable pour obtenir une stabilité psychique. En revanche, une interruption brutale du traitement vous expose à un mal-être dans les jours qui suivent (rebond d'angoisse, tristesse, d'insomnie) et, à plus long terme, à une rechute.

La prise régulière du traitement conditionne son efficacité qui apparaît après quelques semaines.

L'arrêt du traitement doit toujours être décidé en accord avec votre médecin prescripteur. Il doit être progressif sur plusieurs semaines. Le traitement se prend souvent plus de 6 mois.

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 – **Dernière mise à jour de cette fiche : 19/05/2026**