

GUIDE pour les parents



Afin d'aider les parents d'enfants aux prises avec un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité à mieux réussir à l'école, voici quelques questions/réponses tirées d'un organisme réputé, des sites à consulter pour vous informer, des livres à lire, des associations qui pourraient vous soutenir et vous aider.

En espérant que ces informations vous aideront dans votre démarche face aux difficultés auxquelles fait face votre enfant.

L'équipe-école Saint-Louis

QUELS COMPORTEMENTS INDIQUENT QU'IL FAUT CONSULTER ? (MELS)

Le Ministère de l'éducation a publié une brochure qui suggère qu'il faut consulter lorsque le jeune :

- est très agité, peu importe l'endroit ou la situation (il a du mal à rester assis, à jouer calmement) ;
- est facilement distrait et oublie fréquemment des objets ou les tâches qu'on lui confie ;
- est incapable de rester concentré longtemps sur la même activité et a du mal à suivre les consignes et les explications ;
- a beaucoup de difficulté à retenir ses paroles ou ses gestes (il répond impulsivement aux questions, avant même qu'on ait fini de les lui poser, interrompt les conversations ou passe à l'action sans réfléchir).

Ces comportements ne sont pas exclusivement associés à l'hyperactivité et aux problèmes d'attention. Toutefois, lorsqu'on remarque plusieurs de ces comportements chez un jeune, il devient nécessaire de consulter rapidement une personne ressource compétente pour avoir une évaluation.

Questions & réponses Questions & réponses

**Tirées du site de l'Hôpital Douglas sur le déficit de l'attention.
(Voir référence plus bas)**

Existe-t-il des moyens autres que les médicaments pour lutter contre le déficit de l'attention ?

Oui, la psychoéducation pour les familles et certaines interventions éducatives qui hausseront les habiletés sociales chez les enfants sont importantes et parfois nécessaires. Cependant, l'efficacité de ces interventions est souvent plus importante en association avec le traitement pharmacologique.
-Ridha Joober, M.D., Ph.D. et Natalie Grizenko, M.D., 2008

Pensez-vous que tous ces enfants TDAH ont réellement besoin d'être médicamentés?

Le plus souvent, les enfants ont besoin d'être médicamentés. Les médicaments permettent aux enfants de mieux se concentrer et donc de mieux s'organiser dans la vie de tous les jours.
-Ridha Joober, M.D., Ph.D. et Natalie Grizenko, M.D., 2008

Est-ce que la prise de médication (Ritalin, Concerta) peut entraîner une dépendance?

La littérature indique que le Ritalin ou le Concerta ne conduisent pas à la dépendance. Le Concerta a le même principe actif que le Ritalin dont l'efficacité à long terme est établie.
-Ridha Joober, M.D., Ph.D. et Natalie Grizenko, M.D., 2008

Quels sont les effets secondaires à long terme de la prise de médicament contre le déficit de l'attention ?

Le Ritalin est utilisé en pratique clinique depuis plus de 60 ans, et il présente certains effets secondaires. On note surtout qu'il retarde l'assoupissement de quelques minutes. Il arrive parfois qu'il le retarde beaucoup plus longtemps. Chez certains enfants, le Ritalin réduit l'appétit.

À long terme, on peut aussi observer un retard de croissance de quelques centimètres. A part un retard de croissance, la littérature ne se prononce pas de manière unanime sur les effets secondaires à long terme. Malgré ces effets secondaires, les enfants qui ont beaucoup de difficulté à s'adapter à l'école en raison d'un déficit d'attention voient leur vie complètement transformée par ce médicament.

-Ridha Joober, M.D., Ph.D. et Natalie Grizenko, M.D., 2008

Est-ce que des médecins prescrivent le Ritalin comme panacée à des enfants qui ne souffrent pas de TDAH ?

Même si le nombre d'ordonnances pour le TDAH a beaucoup augmenté ces dernières années, une proportion significative d'enfants atteints ne reçoivent encore aucun traitement. En effet, la prévalence du trouble est d'environ 5 % dans la population des enfants d'âge scolaire. Ceci semble vrai dans le monde entier. La proportion des enfants traités est fort probablement plus basse que celle des enfants atteints.

Les troubles psychiatriques varient au plan des symptômes, mais ils ont un critère en commun: la dysfonction. Si vous avez des hallucinations mais que vous n'êtes pas dysfonctionnel, elles importent peu. Si votre enfant souffre de TDAH mais qu'il n'est pas dysfonctionnel alors ce trouble importe peu. Cependant, si votre enfant souffre de TDAH et que son interaction avec vous devient un cauchemar, que ses interactions à l'école sont désastreuses, nous savons que la médication peut être très utile. Le problème est de savoir où tracer la ligne de démarcation. Qu'est-ce qu'un enfant fonctionnel? Qu'est-ce qu'un enfant dysfonctionnel? La question appelle une évaluation clinique et doit

être discutée entre les parents, l'école et l'enfant. Un enfant qui présente des problèmes de comportement ou qui n'acquiert pas ce dont il a besoin pour se développer normalement court plus de risques d'éprouver des difficultés comme la toxicomanie, l'abus de drogue, un rendement inférieur à l'école, un plus grand nombre de problèmes familiaux et professionnels, en plus d'accidents d'auto, etc. En traitant l'enfant très tôt, vous choisissez la prévention, tout aussi logiquement que vous le feriez face à des problèmes physiologiques.

Pourquoi y-a-t-il une controverse sur les bienfaits des psychostimulants dans le traitement du TDAH?

La plupart des articles médicaux reconnaissent que les médicaments actuels sont efficaces pour traiter le TDAH.
-Ridha Joober, M.D., Ph.D. et Natalie Grizenko, M.D., 2008

Quels sont les effets à long terme de Concerta et de Ritalin et comment réduire les doses?

Le dosage est essentiel avec les psychostimulants. On vise toujours la normalisation du comportement ou du moins une quasi-normalité. Les facteurs qui nous limitent sont les effets secondaires. On recherche donc toujours un équilibre entre les effets secondaires et les effets bénéfiques. Quelquefois, on obtient une rémission complète sans effet secondaire. Parfois, on est un peu limité par les effets secondaires qu'il faut alors gérer.

Dans certains cas, il s'agit d'un traitement à vie. D'autres personnes, au contraire, vont se développer et ne souffriront plus du trouble de l'attention à l'âge adulte.

À quel âge peut-on amorcer la médication?

En général, les médicaments sont instaurés à partir de la 1^{re} année. Dans de très rares cas, soit 2 ou 3 cas sur plus de 500, on commence la médication à l'âge préscolaire.
-Ridha Joober, M.D., Ph.D., École Mini Psy 2010

Sites à consulter :

HÔPITAL DOUGLAS : site qui répond à des questions de tous les jours sur la pose d'un diagnostic, la prise de médication, les craintes et les peurs, ...Les questions et réponses ci-haut sont tirées de ce site.

http://www.douglas.qc.ca/info_sante/troubles et voir la lettre D pour déficit de l'attention

ou encore taper :

http://www.douglas.qc.ca/expert_advices?category_id=5&sub_category=M%C3%A9dication

SITE D'ANNICK VINCENT : Auteure de livres sur le sujet, ce site offre des ressources, des réponses à des questions en lien avec l'adulte ou l'enfant ayant un TDAH; on propose des noms d'association pouvant aider les parents, des livres à consulter pour adultes et enfants, des vidéos sur le sujet, ...

<http://www.attentiondeficit-info.com/traitement-tdah.htm>

SITE DU MELS (ministère de l'éducation)

<http://www.mels.gouv.qc.ca/DGFJ/das/soutienetacc/cd-tdah/index.htm>