

# L'HABITUATION AUX SOINS

## Un enjeu de santé publique pour les autistes



Christiane BOYER



### L'habituatation : Définition

L'habituatation est un soin à part entière. Elle comprend des séquences évolutives et régulières en fonction de la personne et de ses difficultés. L'habituatation doit permettre à une personne de dépasser ses craintes et de les apprivoiser.

### L'habituatation : pour qui ? Pourquoi ?

L'habituatation s'adresse à toute personne qui rencontre des difficultés pour se faire soigner, quelle qu'en soit la raison : un trouble de la communication, un handicap physique, un handicap mental, une pathologie chronique, un trouble du spectre autistique...

### L'habituatation : quel enjeu de santé publique

L'habituatation est un enjeu de santé publique : les statistiques prouvent que les personnes porteuses de handicap ont une espérance de vie largement inférieure à la moyenne, par défaut de soin souvent dû à un manque de coopération de la personne, entraînant un « renoncement » au soin dans le milieu ordinaire. Le rôle du médico social serait de préparer ces personnes à être mieux accueillies et à mieux comprendre et participer à leur santé.

### Je dois voir le médecin

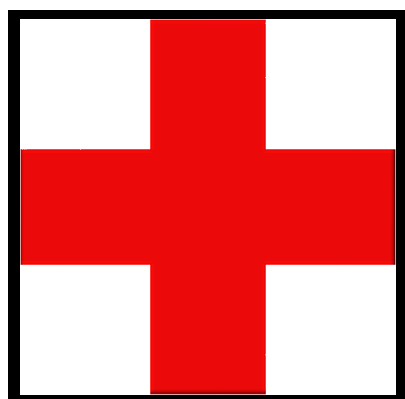
Bonjour, je m'appelle Victor, j'ai 15 ans et j'ai vraiment très peur du médecin.

Quand j'ai peur ou que je ne comprends pas, je saute sur place et je me mords la main, je peux aussi me mettre en colère et refuser qu'on m'approche et qu'on me fasse un examen médical



Voilà comment les personnes de mon IME ont réussi à m'aider !

1. J'ai rendez vous tous les jeudis avec les infirmières et parfois le médecin : c'est dans mon emploi du temps
2. J'ai un petit picto croix rouge comme le grand de la porte du cabinet médical : je sais où je vais



3. J'apprends un « instrument à la fois : aujourd'hui je n'ai plus peur du stéthoscope, de l'appareil à tension, et du MEOPA (surtout le masque)



4. Pour cela, j'ai d'abord appris avec mes éducateurs qui m'ont montré les photos des objets dont j'ai peur, ensuite je suis allé avec ma croix rouge et la bonne photo au cabinet médical. Quand j'arrive à l'infirmierie toujours à la même heure j'attends dans la salle d'attente puis je vais dans le cabinet médical où l'Infirmière n'utilise que cet instrument et quand je n'ai plus peur le médecin vient me voir.

5. Le cabinet est sobre comme ça je peux rester concentré sur ma tâche.



6. Aujourd'hui j'ai encore peur de beaucoup de choses mais j'apprends à faire confiance aux personnes qui me soignent.

### L'habituatation au MEOPA

L'habituatation se passe en plusieurs temps :

1. Je viens une première fois à l'infirmierie et l'infirmière me montre le matériel (je repars avec un masque)
2. La deuxième fois je respire dans le masque et si je me sens prêt j'inspire un peu de gaz pour le « goûter ».
3. A partir de la troisième fois, je suis allongé et j'aurai autant de séances nécessaires pour éprouver l'effet de ce mélange : je dois respirer tranquillement au moins 3 minutes.
4. Le jour où je fais l'exercice correctement, je suis prêt pour la prise de sang, l'Électrocardiogramme, l'injection...

### Je dois faire une prise de sang

Je ne supporte pas la vue des aiguilles, et malgré une habituatation, je n'ai pas réussi à me contenir pour que l'Infirmière puisse me faire une prise de sang.

Heureusement qu'il existe un gaz que l'on respire et qui aide à se détendre. L'infirmière m'a proposé d'essayer ce gaz (MEOPA) plusieurs fois pour que je comprenne que c'est rassurant.

Aujourd'hui, je suis prêt, l'infirmière me fait respirer le gaz pendant trois minutes, puis une autre personne me fait la prise de sang, je ne sens rien et je n'ai pas peur.

Tout s'est bien passé et je suis récompensé pour ma bonne coopération

### J'ai un examen à l'extérieur

La préparation pour une consultation à l'extérieur est primordiale

1. Le travail d'habituatation et de confiance se fait déjà depuis plusieurs mois
2. J'ai une réglette qui m'explique chaque détail de l'examen



3. J'effectue une visite au cabinet médical lors d'un moment calme, je vois la salle d'attente l'appareil à Electro-encéphalogramme, la secrétaire, le médecin... L'éducateur prend des photos.

4. Mon RDV est prévu à un horaire où il n'y a pas d'attente (un premier RDV). Mon angoisse monte si je dois attendre trop longtemps.

5. Je révise chaque jour ce qui va se passer jusqu'à l'examen. Sauf si cela m'angoisse trop, à ce moment là je préfère réviser le jour même seulement.

6. Lors du RDV tout se passe bien si les étapes sont respectées et je peux me contenir le temps de l'examen