



La douleur de l'enfant mieux soulagée

Des médicaments adaptés à tous les âges, des thérapies spécifiques comme l'hypnose et la relaxation et surtout la prise en compte du facteur émotionnel : en vingt ans, le traitement de la souffrance chez l'enfant a énormément évolué. Explications.

AVEC L'HYPNOSE, LES CRISES DE MIGRAINE SE PRODUISENT UNE FOIS PAR MOIS CONTRE CINQ AUPARAVANT.

En 1987, les médecins considéraient que le nouveau-né ne ressentait pas la douleur. Il faut attendre l'an 2000 pour que la Haute Autorité de santé affirme que « *dès sa naissance, l'enfant est susceptible de (la) ressentir* ». Depuis, tout est allé très vite : médecins, personnels soignants et associations travaillent en étroite col-

laboration pour soulager la souffrance des enfants et des adolescents. En commençant par le plus important : donner confiance aux jeunes malades lorsqu'ils doivent subir des soins douloureux.

« *La douleur a plusieurs composantes* », explique Catherine Devoldère⁽¹⁾, présidente de Sparadrap. « *La composante sensorielle permet de localiser et me-*

sur l'intensité de la douleur. La composante émotionnelle se traduit par la perception désagréable de cette douleur et peut induire la peur des soins. Quand un enfant a moins peur, il a moins mal. » Depuis 1993, l'association Sparadrap réunit parents et professionnels de santé pour améliorer la prise en charge de la douleur des enfants. Les traitements adaptés à l'âge et à l'intensité du mal sont aujourd'hui mieux connus. Passage en revue de sept d'entre eux.

→ **Grâce à la crème anesthésiante**, fini le traumatisme des piqûres, vaccins, mais aussi de gestes plus lourds comme les ponctions. Composée de deux anesthésiques locaux, cette crème, qui s'applique une à deux heures avant l'acte, peut être administrée dès la naissance. « Elle ne suffit pas lorsque la peau est touchée à plus de 5 mm et ne convient pas pour les brûlures », précise Catherine Devoldère. « Elle est de plus en plus utilisée pour toutes effractions cutanées et connue du grand public. »

→ **Le Meopa** (mélange équimoléculaire oxygène protoxyde d'azote), plus connu sous le nom de "gaz hilarant", est lui aussi largement utilisé. « Il joue un rôle contre l'anxiété et la douleur », explique Catherine Devoldère. « Il peut aussi être associé à l'hypnose (voir ci-après) car, dans l'imaginaire, le produit fait "partir" et favorise l'induction hypnotique. » Le Meopa est utilisé dès la naissance.

→ **Le paracétamol** est prescrit pour les douleurs et fièvre dès la naissance.

→ **Les anti-inflammatoires non-stéroïdiens**, comme l'ibuprofène, sont administrés à partir de 3 mois pour des douleurs légères à modérées. « Contrairement à

d'autres pays d'Europe, on a tendance à moins en prescrire en France par crainte d'hémorragies digestives et d'atteintes rénales », constate Catherine Devoldère. Le tramadol n'est commercialisé pour les enfants que depuis 2004 en France. Il est prescrit à partir de 3 ans, contrairement à d'autres pays où il est administré dès l'âge de 1 an. Il est réservé à des douleurs modérées à sévères.

→ **La codéine** est interdite depuis avril 2013 chez les enfants de moins de 12 ans. Des accidents et des décès sont survenus aux États-Unis depuis 1969 chez des enfants opérés des amygdales et traités à la codéine.

→ **La morphine**, longtemps réservée pour les soins en fin de vie, est aujourd'hui utilisée en cas de fortes douleurs. Elle est autorisée officiellement dès l'âge de 6 mois, principalement en milieu hospitalier. « Il faut une ordonnance spéciale », précise Catherine Devoldère. De plus, son conditionnement fait qu'elle n'est pas facile à utiliser par les parents. Elle est conditionnée en gros flacons ou en dosettes dans lesquelles il faut prélever la quantité nécessaire. »

→ **L'hypnose** permet de distraire les jeunes patients (à partir de 6 ans), de leur faire avoir moins peur et donc d'avoir moins mal. On connaît le plus souvent les interventions chirurgicales sous hypnose, mais cette méthode soulage d'autres maux. En 2002, une étude⁽²⁾ a été réalisée auprès de malades souffrant de douleurs chroniques. L'hypnose a réduit la douleur de moitié en quatre semaines. Cette méthode montre de bons résultats dans le traitement de la migraine. « 75 % des migraines ont pour facteur déclenchant le stress et l'émotion », affirme Catherine Devoldère. Avec

l'hypnose, les crises se produisent une fois par mois contre cinq auparavant. Et, contrairement à ce qu'on pourrait penser, la réticence ne vient pas du milieu médical, mais parfois des patients eux-mêmes : « Certaines familles connaissent surtout l'hypnose de spectacle, explique Catherine Devoldère. Un ado va penser que je veux lui faire faire des choses contre son gré. Il a peur d'être dominé et il a besoin de garder le contrôle. L'hypnose lui permet de découvrir ses ressources. » Catherine Devoldère propose ensuite à ses jeunes patients d'apprendre l'autohypnose, le meilleur moyen d'être autonome pour lutter contre une migraine au moment où survient une crise. »

ISABELLE BOYAVALLE

(1) Pédiatre, responsable du Centre Activité Services en onco-hématologie pédiatrique au CHU d'Amiens.

(2) « Differential effectiveness of psychological interventions for reducing osteoarthritis pain : A comparison of Erickson hypnosis and Jacobson relaxation », M.-C. Gay, P. Philippot et O. Luminet, European Journal of Pain, 2002.

LE RÔLE DÉTERMINANT DES PARENTS

Quel que soit le moyen de lutter contre la douleur des enfants, le rôle de leurs parents est essentiel. L'association Sparadrap met à leur disposition des documents pour répondre à toutes les questions qu'ils se posent au sujet de la santé de leurs enfants. Des fiches spécifiques sont également proposées aux enfants et adolescents, notamment sur la migraine et les piqûres.

À télécharger sur le site : www.sparadrap.org.

INFOS



© Shutterstock

Allergènes : peut mieux faire

Plus d'un an après le décret qui oblige les commerces à informer les consommateurs sur la présence de produits allergisants, il reste beaucoup à faire. Selon une étude menée

par l'UFC-Que choisir, 75 % des boulangers, restaurateurs et traiteurs ne respectent pas la loi. 30 % ne donnent qu'une information orale et 45 % n'en fournissent aucune.

