Santé

AU SECOURS, MON ENFANT EST HYPOCONDRIAQUE !

Il pose des questions sur le tétanos, demande l'orthographe de « salmonelle »... Comment aider votre enfant dans son rapport aux maladies ? Réponses de spécialistes ●

PAR **RAPHAËLLE ELKRIEF**

L'hypocondrie est décrite comme la « crainte excessive d'avoir une maladie ». « C'est effectivement un trouble psychopathologique qui peut survenir chez les enfants, mais de manière beaucoup plus rare que chez l'adulte », relève la Dre Véronique Lesage, médecin anesthésiste réanimatrice au CHU pédiatrique de Tours et membre de l'association Sparadrap*. « Le corps est un récepteur des angoisses des enfants », explique la pédopsychiatre Marie Touati-Pellegrin, et il peut devenir un moyen d'exprimer leurs peurs sur bien d'autres sujets (attentats, guerres...).

GÉNÉRATION PANDÉMIE

Des tout-petits jusqu'aux adolescents, les enfants n'ont pas été épargnés par la question sanitaire ces dernières années. La maladie a fait irruption dans les foyers via la pandémie de Covid-19 qui les a confinés dans leur chambre. « Ils ont été plongés dans une angoisse sans commune mesure, note la Dre Touati-Pellegrin. Même s'ils ne risquaient pas forcément grand-chose pour leur santé, on leur a quand même fait comprendre qu'ils étaient potentiellement dangereux pour leur famille en transmettant le virus. Du coup, ils portaient une forme de responsabilité. Aujourd'hui, certaines angoisses profondes persistent chez de nombreux patients. »

COMMENT LES AIDER ?

Inutile de s'alarmer dès que votre enfant vous redemande un énième épisode d'« Il était une fois... la vie ». À l'instar de l'astronomie ou des sciences de la vie, la santé « est un sujet de questionnement permanent pour eux et dans leur rapport à l'autre », explique Agnès Besson, autrice d'« Explique-moi les bobos et les maladies » (éd. Larousse). Une curiosité qui peut être bénéfique pour des enfants ayant besoin de canaliser leurs angoisses par la connaissance. En posant des mots rassurants sur l'absence de danger dans leurs tracas quotidiens, on devrait rapidement balayer leurs craintes. Notamment en travaillant sur nos propres angoisses de parents par rapport à leurs maladies. « Un enfant qui croit toujours être malade, c'est bien souvent parce qu'il voit dans son entourage des adultes concernés par cette question », avance la Dre Lesage. « Il faut tenter de le faire parler pour l'aider à chercher les causes ailleurs, poursuit la Dre Touati-Pellegrin. « Si rien ne parvient à apaiser l'enfant, il devient nécessaire de consulter un spécialiste afin de l'accompagner au mieux », conclut la médecin.

***Depuis trente ans, l'association Sparadrap aide l'enfant et sa famille à comprendre et à mieux vivre toutes les situations de soins. sparadrap.org**