

La crise de nerfs

Les crises de nerfs touchent plus souvent les jeunes femmes et les adolescents. Néanmoins elles peuvent plus rarement concerner un adulte victime d'une contrariété plus ou moins importante.

Du fait d'une contrariété, et en présence de témoins, la victime présente des signes d'agitation, crie, pleure, s'exteriorise...

Mêmes si tous ces signes peuvent paraître bénins, il est important de ne pas les négliger afin de ne pas passer à côté d'un appel au secours, qui peut évoluer en l'absence de prise en compte vers des accidents psychiatriques aux conséquences plus inquiétantes.

Comment réagir ?

En tout premier lieu, face à une crise d'agitation, il est important d'isoler la victime. Pour cela, on se retire dans une pièce isolée avec la victime, ou bien on fait sortir l'ensemble des témoins du lieu où l'on se trouve avec la victime.

Dans tous les cas, rassurez la victime et demandez-lui :

- Prenez-vous un traitement ? Est-ce la première fois que cela vous arrive ?
- Êtes-vous suivi pour une maladie ?
- Depuis quand vous sentez-vous mal ?

Après avoir recueilli ces informations, appelez son médecin traitant. En son absence et si le malaise persiste, appelez le 15.

Donnez alors les indications suivantes :

- Le pourquoi de votre appel : " une personne qui présente un état d'agitation" ;
- Le numéro de téléphone d'où vous appelez ;
- La localisation précise du lieu où vous êtes : N°, rue, escalier, appartement, villa, digicode, etc.

Répondez aux questions qui vous seront posées par le médecin :

- Que ressent la victime ?
- Est-elle suivie pour une maladie psychiatrique ?
- Prend-elle de l'alcool ? A-t-elle cessé de boire récemment ?
- A-t-elle pris un produit toxique ? Une drogue ?
- Prend-elle des médicaments ?
- Quels sont les premiers gestes que vous avez effectués ?

Le message d'alerte achevé, attendez que le médecin vous demande de raccrocher. Dans tous les cas conformez-vous aux indications transmises par le médecin.

Pour éviter ça...

- Afin de pas aggraver un état d'agitation, il est important de montrer une écoute bienveillante à la victime ;
- Il ne faut pas chercher à maîtriser avec force la victime, surtout quand on est seul ; une altitude calme suffit souvent à rassurer la personne ;
- Ni claques, ni seau d'eau ne sont nécessaires !
- En cas absorption médicamenteuse, ne donnez ni à boire ni à manger ;
- Si la personne présente des intentions suicidaires, ne la laisser seule à aucun moment et dans tous les cas faites appel à un médecin (médecin traitant, centre 15).

Dr Pascal Cassan