Soigner l'hyperactivité

Les médicaments à eux seuls sont insuffisants pour traiter une hyperactivité avec déficit de l'attention. L'enfant et sa famille ont besoin d'être accompagnés pour gérer le trouble.

Accompagnement

Les différents aspects du trouble doivent être envisagés, ce qui suppose que les parents, le médecin, les enseignants et les psychothérapeutes travaillent ensemble.

Selon la présence de retard du développement et des apprentissages, l'enfant doit consulter le psychologue et psychomotricien, l'orthophoniste, l'ergothérapeute. Poursuite de la scolarité et insertion sociale sont les priorités.

Des groupes de soutien et des associations de malades existent. Il est important que les parents partagent leur expérience avec d'autres familles.

Thérapies

Deux thérapies sont surtout pratiquées pour le THDA : thérapie familiale et thérapie cognitive-comportementale (la TCC). La première semble cependant moins efficace que la seconde. Dans la mesure où l'hyperactivité présente un axe cognitif et un axe comportemental, la TCC va permettre de travailler sur toutes les dimensions du trouble.

Le psychologue aide l'enfant à identifier ses agissements qui posent problème, de même qu'il aide l'entourage à y réagir calmement et positivement. Le renforcement progressif des bonnes habitudes permet au jeune patient à retrouver le contrôle.

La psychothérapie est généralement pratiquée en interaction avec les médicaments, ce qui permet des progrès rapides. Il s'agit ensuite d'éviter les rechutes vers des comportements impulsifs, hyperactifs ou inattentifs.

Certains parents flanchent face à un enfant « impossible » qui accentue les dissensions au sein du couple. Ils doivent s'en ouvrir au psychologue et suivre eux-mêmes une thérapie adaptée. Car le jeune patient a plus que jamais besoin de repères solides et stables.