Le TDAH: Pourquoi prendre la médication les jours de congé ou durant les vacances?

Dr Richard Goulet

ini les crayons et les manuels scolaires...mais faut-il également en finir avec les comprimés contre le TDAH? Les vacances d'été commencent dans quelques semaines et les parents d'enfants aux prises avec le TDAH se demandent peut-être si leur enfant doit également prendre un « congé de médicament ». La question est de savoir si le traitement trouve son utilité à l'extérieur de l'école et la réponse est «oui ». Chez certains enfants, le traitement peut être encore plus important pendant les vacances d'été (et pendant les fins de semaine) que pendant l'année scolaire.

Pourquoi? Le TDAH entraîne des troubles du raisonnement qui ne disparaissent pas par enchantement une fois que l'école est finie. Avoir le TDAH, c'est comme écouter une radio mal réglée : il est difficile d'entendre quoi que ce soit à cause des parasites. Le médicament modifie le signal de sorte que le son devient clair et distinct : l'enfant est capable de tenir un raisonnement logique et de réfléchir aux conséquences de ses paroles et de ses actes. Ces capacités lui permettent d'éviter les accidents : il regarde des deux côtés de la rue avant de traverser ou de se fondre en toute sécurité dans la circulation à bicyclette. Bref, le médicament permet d'éviter des conséquences très fâcheuses, surtout chez les adolescents atteints du TDAH qui prennent le volant. Ainsi, les recherches indiquent que les jeunes conducteurs aux prises avec le TDAH courent un risque deux à quatre fois plus élevé d'être impliqués dans un accident de la circulation (la principale cause de décès parmi les adolescents) et trois fois plus élevé de subir des lésions que les adolescents qui ne souffrent pas de ce trouble. D'autres études montrent également que les personnes atteintes du TDAH sont beaucoup plus prudentes au volant lorsqu'elles suivent le traitement adéquat.

Le traitement permet également de freiner d'autres types de comportement dangereux et impulsifs, un bienfait d'autant plus important l'été puisque, dans nombre de cas, la surveillance est relâchée. À titre d'exemple, une étude de 2006 dont les résultats sont parus dans le *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* indique que les enfants qui ne reçoivent pas le traitement adéquat contre le TDAH ont leurs premiers rapports sexuels à un âge plus

précoce que l'adolescent moyen et sont nettement plus susceptibles de procréer (38 % par rapport à 4 %) ou de contracter une infection transmissible sexuellement (16 % par rapport à 4 %). Le traitement permet aux enfants atteints du TDAH de prendre des décisions réfléchies, ce qui les empêche de succomber à toutes sortes de tentations, comme l'alcool ou la drogue.

Mais cette raison n'est pas la seule à justifier la poursuite du traitement contre le TDAH à l'extérieur de l'école. L'effet le plus important du traitement tient sans doute dans le fait qu'il permet aux enfants atteints du TDAH de s'entendre avec les autres, que ce soit à l'école ou à l'extérieur de celle-ci : Être capable de respecter des règles et de réfléchir avant de parler au lieu de dire la première chose qui leur vient à l'esprit les rend « plus sympathiques ». Pourquoi est-ce si important? Être aimé des autres crée un sentiment de satisfaction personnelle. Or, un enfant qui possède une bonne estime de lui-même est moins susceptible de connaître des problèmes comportementaux à l'adolescence. C'est pouquoi les enfants qui prennent leur médicament contre le TDAH uniquement pendant l'année scolaire risquent, même si leurs résultats scolaires s'améliorent, de connaître à l'adolescence des problèmes comportementaux aussi graves que les enfants non traités, comme l'explique le Dr R. M. Bergh, auteur d'Explaining ADHD: A paediatrician talks to parents. Certains parents diront qu'ils ne veulent pas traiter leur enfant pendant les vacances d'été parce qu'ils sont capables de s'en occuper à la maison. Posezvous une simple question : « Qu'est-ce qui est mieux pour mon enfant : que papa et maman le prennent en charge ou qu'il apprenne à se prendre en charge lui-même? ». En tant que parents, il est de notre devoir d'aider nos enfants à apprendre progressivement à se prendre en main et à devenir leur propre maître. Si le TDAH peut rendre cet apprentissage particulièrement difficile, le traitement peut le faciliter en aidant l'enfant à faire preuve d'initiative, à organiser ses journées et à prendre ses propres décisions, tout au long de l'année. Une dernière chose : Les enfants acquièrent de nombreuses compétences, qui leur serviront beaucoup dans la vie, à l'extérieur de

Alors que la plupart des spécialistes s'entendent pour dire que les enfants aux prises avec le TDAH devraient suivre leur traitement tout au long de l'année, certains parents s'obstinent à vouloir l'arrêter pendant les vacances d'été. Si vous faites partie de ces parents, pensez à reprendre le traitement environ une semaine avant la rentrée scolaire pour aider votre enfant à partir du bon pied.

l'école. Il est tout aussi important d'être capable d'écouter, d'être attentif et de suivre les consignes lorsqu'on s'acquitte d'une corvée pour la première fois, lorsqu'on garde sa petite sœur, lorsqu'on pratique un sport comme le base-ball ou lorsqu'on prend un emploi d'été. Assumer ce genre de responsabilités et les mener à bien est précisément ce qui donne aux enfants la confiance dont ils ont besoin pour relever les défis plus importants que leur réserve la vie.

Le D' Goulet est un pédiatre de Québec (Québec) qui se spécialise dans le traitement des TDAH.

Ressource

Explaining ADHD: A paediatrician talks to parents, par le D^r R. M. Bergh. Gauvin Press, 2006.