



SOINS SOMATIQUES

Les troubles somatiques sont fréquents chez les personnes avec autisme.

Il est nécessaire de veiller à une bonne hygiène de vie au quotidien :

- une alimentation équilibrée (par exemple, la personne peut refuser des aliments ayant une texture ou un goût particuliers en lien avec une hypersensibilité sensorielle)
- une bonne hygiène corporelle et dentaire
- des vêtements confortables et adaptés aux températures extérieures
- un sommeil de qualité et des temps de repos



Détecter les signes d'alerte et traiter les problèmes de santé chez les patients porteurs d'autisme peut s'avérer très difficile en raison de leur trouble de l'interaction sociale et de la communication, des anomalies sensorielles, de leurs difficultés d'adaptation, leurs comportements extrêmes de même que la peur et l'anxiété face aux examens médicaux, à l'imagerie du diagnostic et à toute autre forme d'intervention.

Tout changement dans le comportement habituel de la personne, qu'il soit positif ou négatif, a une signification. Celle-ci peut être d'origine somatique.

En effet une personne avec autisme peut :



- ne pas savoir dire quand elle a mal
- ne pas identifier la douleur d'une pathologie grave ou non (et inversement ressentir une douleur lors d'un frôlement de peau)
- avoir des conduites comportementales particulières pour « déplacer une douleur »
- présenter des problèmes de communication pour exprimer un inconfort ou un mal être
- être en difficulté pour prendre des rendez-vous (dentiste, médecin, gynécologue, etc.) et les honorer
- avoir des difficultés pour gérer les temps d'attente

Dès lors, il existe des risques importants de retard dans le diagnostic, voire de méconnaissance des maladies. Outre l'inconfort physique et psychologique qui en résulte, les conséquences sur le plan somatique peuvent être extrêmement graves.

Afin de prévenir ces risques, il est important de ne pas négliger le suivi médical de base régulier, de bénéficier d'une consultation dentaire annuelle et d'un suivi régulier des pathologies associées (dépression, problèmes digestifs, épilepsie, etc.).

L'entourage proche de la personne arrive plus facilement à **repérer une douleur en décryptant un comportement ou en décelant tout signe de gêne**. Les parents sont le plus souvent à même d'aider les professionnels à poser un diagnostic.

Quelques recommandations pour faciliter les soins :

- éviter de changer trop souvent de médecin : permettre un suivi de bonne qualité, éviter de devoir s'adapter à de nouvelles personnes et de nouveaux lieux
- éviter l'attente : prendre RDV en début de plage horaire du médecin
- instituer une routine pour les consultations, si besoin
- assurer un accompagnement
- constituer un dossier médical (comptes rendus de bilan, d'hospitalisation, vaccination, etc.)
- mettre en place un calendrier ou des outils de suivi des soins et examens médicaux : planifier dans un agenda/téléphone/ordinateur, prévision des RDV à l'avance
- aide mémoire visuel : planning, pictogramme

