

Accès aux soins des personnes autistes : bref aperçu des difficultés et des solutions



Vous avez des questions ?
Prenez contact avec LEA, la nouvelle Ligne d'Ecoute Autisme
0800 13 904
Pour plus d'informations cliquez [ici](#)



LEA, Ligne Écoute Autisme
0800 13 904 Chatbox lea-autisme.be

L'accès aux soins pour les personnes avec un trouble du spectre de l'autisme (TSA) représente un véritable défi, tant pour les patients que pour les professionnels. Les spécificités de communication, les besoins sensoriels et les réactions émotionnelles particulières des personnes autistes peuvent rendre les consultations médicales sources de stress et d'anxiété, entravant ainsi leur prise en charge efficace.

Pourtant, des solutions existent pour adapter l'environnement, les pratiques des soignants et les outils de communication afin de favoriser une prise en charge sereine et respectueuse des besoins de chacun.

Cette brochure a pour objectif de mettre en lumière les difficultés courantes rencontrées par les personnes autistes dans le cadre de l'accès aux soins et de proposer des solutions concrètes pour les surmonter.

En travaillant ensemble, professionnels de santé, familles et institutions, nous pouvons créer des conditions plus inclusives, permettant à chaque personne avec un TSA de recevoir les soins appropriés dans un environnement rassurant et adapté.

Difficultés d'accès aux soins : pourquoi ?

L'accès aux structures de soins de santé pour les personnes autistes peut être entravé par de nombreuses difficultés, parmi lesquelles :

- > **Sensibilité sensorielle** : Les environnements médicaux peuvent être accablants pour les personnes hypersensibles. Les bruits (comme les machines), les lumières vives, les textures ou les odeurs médicales peuvent provoquer une surcharge sensorielle et rendre l'expérience médicale insupportable. Par exemple, des bruits comme celui d'une fraise dentaire ou la sensation d'un stéthoscope froid peuvent être particulièrement angoissants.

Pour mieux comprendre les particularités sensorielles des personnes autistes, vous pouvez consulter les pages internet dédiées sur le site internet Participate en cliquant [ici](#)

- > **Difficultés de communication** : Les personnes autistes peuvent avoir du mal à exprimer leurs symptômes, leur douleur ou leurs besoins, ce qui complique le diagnostic et la prise en charge. Ce manque d'expression renforce souvent la frustration et le sentiment d'incompréhension, rendant les soins plus difficiles.

Pour mieux comprendre les difficultés de communication des personnes autistes, vous pouvez consulter les pages internet dédiées sur le site internet Participate en cliquant [ici](#)

- > **Difficultés de compréhension** :
 - Un langage médical complexe : Les termes techniques ou les explications rapides peuvent être difficiles à saisir.
 - Une pensée littérale : Les expressions figurées ou ambiguës ("ça ne fera qu'un petit pincement") peuvent être mal interprétées, créant confusion ou méfiance.
 - Un manque d'informations adaptées : L'absence de supports visuels, de démonstrations ou d'explications adaptées peut rendre les procédures incompréhensibles.
 - Difficultés à lire les indices sociaux : Les signaux non verbaux des soignants (ton de voix, expressions faciales) peuvent être mal interprétés, augmentant l'anxiété.

Pour mieux comprendre les difficultés de compréhension des personnes autistes, vous pouvez consulter les pages internet dédiées sur le site internet Participate en cliquant [ici](#)

- > **Perte de contrôle** : Les soins nécessitent souvent que la personne soit immobile, manipulée ou qu'elle subisse des interventions, ce qui peut être perçu comme une violation de l'autonomie. Les personnes autistes, qui ont souvent besoin de contrôler leur environnement, peuvent ressentir les soins comme une source d'impuissance.
- > **Anticipation de l'inconnu** : Le manque d'explications claires sur les soins à venir peut engendrer une forte anxiété. Les personnes autistes, notamment celles avec une pensée rigide, ont besoin de connaître précisément ce qui va se passer pour se sentir en sécurité.

- > **Attentes prolongées** : Les longues périodes d'attente dans des salles souvent bruyantes sont une source importante de stress et d'anxiété.
- > **Manque de formation des professionnels** : Beaucoup de professionnels de santé ne connaissent pas bien les spécificités du fonctionnement des personnes autistes. Cela peut entraîner une mauvaise interprétation des comportements et une prise en charge qui ne tient pas compte des besoins particuliers. Ce manque de sensibilisation empêche également l'adaptation des soins, ce qui peut intensifier le stress ou conduire au refus de soins.
- > **Sous-évaluation des besoins médicaux** : La difficulté de communication et l'expression atypique de la douleur rendent souvent difficile l'évaluation des besoins médicaux des personnes autistes. Leur douleur peut être mal interprétée comme un comportement autistique, ce qui peut mener à une prise en charge inappropriée ou insuffisante.
- > **Manque de coordination interdisciplinaire** : Les soins de santé nécessitent souvent la collaboration de plusieurs professionnels (médecins, psychomotriciens, orthophonistes), mais cette coordination est parfois insuffisante, ce qui nuit à une prise en charge optimale.
- > **Expériences négatives passées** : Si une consultation précédente a été douloureuse ou effrayante (par exemple, une vaccination ou un examen intrusif), la personne peut associer tous les soins médicaux à cette expérience, augmentant ainsi l'anxiété et le refus des soins.

Conséquences possibles :

- Refus d'aller chez le médecin de recevoir des traitements nécessaires.
- Risque de retard ou de non-traitement de problèmes de santé importants.
- Intensification de l'anxiété ou comportements d'évitement à chaque nouvel essai.

Les solutions concrètes : bref aperçu

Pour faciliter l'accès aux soins des personnes autistes, plusieurs solutions peuvent être mises en place, visant à adapter l'environnement, les pratiques et les compétences des professionnels de santé. Voici quelques propositions concrètes :

> **Amélioration de l'environnement médical :**

- **Création d'espaces apaisants** : Concevoir des salles d'attente et des espaces de consultation tranquilles, avec une lumière tamisée, des bruits limités et des matériaux non irritants.
- **Horaires dédiés** : Offrir des créneaux spécifiques pour les consultations des personnes autistes afin de réduire le stress lié aux périodes de forte affluence.
- **Réduction des stimuli sensoriels** : Utiliser des casques antibruit, des lunettes de soleil ou d'autres dispositifs pour diminuer la surcharge sensorielle.

> **Formation des professionnels de santé :**

- **Sensibilisation à l'autisme** : Former les professionnels de santé à reconnaître et à comprendre les spécificités des personnes autistes, notamment en matière de communication, de comportements et de besoins sensoriels.
- **Compétences spécifiques** : Apprendre aux soignants à reconnaître les besoins des patients autistes et à ajuster les pratiques pour diminuer leur anxiété.
- **Gestion du stress** : Enseigner aux soignants à repérer les signes de stress chez les patients autistes et à mettre en place des stratégies de soutien, comme proposer des pauses ou respecter le besoin de contrôle.

> **Communication :**

- **Supports visuels** : Utiliser des pictogrammes, des vidéos ou des diagrammes pour illustrer les étapes des soins et faciliter la compréhension.
- **Langage clair et simple** : Utiliser un vocabulaire concret et direct, en évitant les métaphores et en répétant les informations pour s'assurer de la bonne compréhension.
- **Démonstrations** : Réaliser des simulations des soins pour familiariser la personne avec les gestes, les outils et les sensations associées.
- **Communication augmentative** : Utiliser des phrases simples et des outils comme des tablettes ou des pictogrammes pour favoriser l'expression et la compréhension.

> **Méthodes non-pharmacologiques** : Les méthodes non pharmacologiques visent à atténuer la douleur et réduire l'anxiété, souvent exacerbée chez les personnes autistes. Elles permettent une prise en charge plus douce, complémentaire aux traitements médicamenteux. Voici quelques exemples :

- **Distraction** : Utiliser des techniques pour détourner l'attention du soin, comme des jeux, de la musique ou des objets sensoriels.
- **Relaxation** : Encourager la pratique de la respiration profonde ou de techniques de relaxation pour apaiser le stress et diminuer la perception de la douleur.
- **Massage** : Le toucher rassurant, comme le massage, peut aider à réduire la tension et offrir une sensation de sécurité.
- **Objets réconfortants** : L'utilisation d'objets familiers, tels que des doudous ou des objets fétiches, peut apporter un sentiment de contrôle et de sérénité.

> **Solutions pharmacologiques** : Dans certains cas, des solutions pharmacologiques peuvent être utilisées pour faciliter l'accès aux soins des personnes autistes, notamment lorsque l'anxiété, la douleur ou la nécessité d'immobilité sont difficiles à gérer.

- > **Renforcer la prévisibilité** : Informer la personne des étapes à venir (par exemple, via des vidéos sociales ou des explications simples) pour la préparer mentalement et réduire l'incertitude. Proposer des visites préalables des locaux pour s'habituer à l'environnement et expliquer les soins étape par étape avec des pauses pour l'adaptation.
- > **Prises en charge personnalisées** :
 - **Planification des soins** : Élaborer des plans de soins personnalisés pour les traitements complexes, prenant en compte les besoins individuels.
 - **Référent unique** : Désigner un professionnel de santé comme référent, garantissant une continuité dans les soins.
 - **Temps adapté** : Prévoir des consultations plus longues pour éviter de brusquer la personne.
- > **Prise en charge des expériences passées** :
 - **Approche progressive** : Adopter une approche douce et rassurante pour les personnes ayant eu des expériences médicales négatives, en associant les consultations futures à des expériences positives.
 - **Renforcement positif** : Encourager la personne à venir en consultation grâce à des renforcements positifs pour réduire les comportements d'évitement.
- > **Stratégies d'accompagnement familial** :
 - **Information et soutien** : Fournir aux familles des informations claires et des ressources pour les aider à naviguer dans le système de santé. Cela inclut des informations sur les droits, les aides disponibles, et les démarches à suivre pour accéder aux soins.
 - **Accompagnement pour les rendez-vous médicaux** : Offrir la possibilité d'avoir un accompagnateur lors des consultations (famille ou professionnel formé) pour soutenir la personne autiste et faciliter la communication.
- > **Coordination et collaboration interdisciplinaire** :
 - **Collaboration entre professionnels** : Assurer une coordination entre les différents soignants (médecins, psychologues, psychomotriciens, orthophonistes, etc.) pour offrir une approche globale et cohérente.
 - **Suivi médical intégré** : Développer des parcours de soins intégrés et personnalisés, avec un suivi régulier et une mise à jour des besoins médicaux spécifiques à chaque patient autiste.
- > **Utilisation de la téléconsultation** : La téléconsultation peut être une solution pour éviter les déplacements, réduire le stress lié aux environnements médicaux, et rendre les soins plus accessibles, notamment pour ceux qui vivent dans des zones rurales.

Faciliter l'accès aux soins des personnes autistes nécessite une approche personnalisée, une meilleure formation des professionnels de santé, et la création d'environnements adaptés. En mettant en place ces solutions, on peut améliorer significativement leur prise en charge, leur confort et leur bien-être, tout en favorisant un suivi médical plus efficace et moins anxiogène.