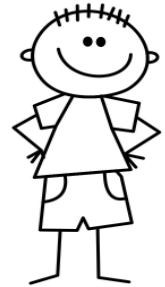
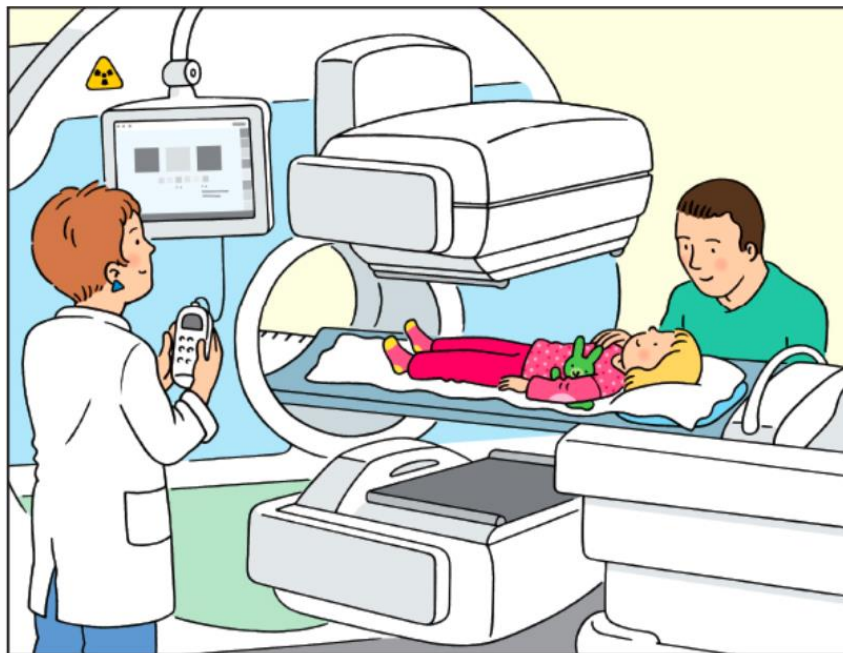




Guide pour préparer les enfants à un examen scintigraphique



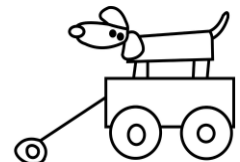
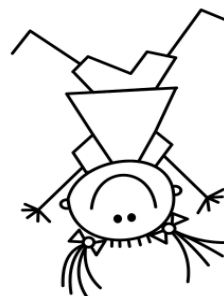
destiné aux parents



© SH - Association SPARADRAP

PÔLE IMAGERIE MÉDICALE
Service de MÉDECINE NUCLÉAIRE
Accueil et prise de rendez-vous

Tél : 04 42 33 90 37
Fax : 04 42 33 90 98
nucleaire@ch-aix.fr



Préambule

La plupart des enfants sont inquiets à l'idée de réaliser un examen médical. En effet l'enfant peut présenter une ou plusieurs des peurs suivantes en fonction de son âge :

- La peur de l'inconnu
- L'angoisse d'être séparé de ses parents
- La peur de la douleur
- La peur de l'atteinte à l'intégrité de son corps.

Lors d'un examen médical, il est donc important d'informer l'enfant sur le déroulement de celui-ci afin de "*favoriser leur bienveillance, les rassurer ainsi que leurs proches, éviter ou limiter leur douleur, améliorer les relations entre les familles et les soignants, faciliter leur parcours de soin à court et long terme*", comme l'énumère l'association *Sparadrap.

Il est primordial de prendre en compte les besoins de l'enfant afin de **diminuer son anxiété, et de lui permettre de se sentir acteur de la situation.**

Ce guide a donc pour vocation d'aider les parents dans l'information et la préparation de leur enfant avant et pendant un examen de scintigraphie en médecine nucléaire.

Il a été rédigé par un groupe travail constitué de membres du personnel médical et paramédical du service de médecine nucléaire du Centre Hospitalier Intercommunal Aix-Pertuis, en collaboration avec deux psychothérapeutes Cathia Dosseto et Régine Couillet.

**L'association Sparadrap a été créée par des parents et des professionnels de la santé dans le but d'aider les enfants à avoir moins peur et moins mal pendant les soins et à l'hôpital (www.sparadrap.org)*

1. Préparation de l'enfant à l'examen scintigraphique

❖ **Objectif** : préparer psychologiquement l'enfant afin qu'il se sente en confiance et rassuré le jour de l'examen

❖ **Méthode** :

➤ Quelques jours avant l'examen :

1. Expliquer avec des mots simples le déroulement de l'examen

Pour vous aider vous pouvez cliquer sur les liens ci-dessous:

☞ Vers le livret d'accueil pédiatrique de notre service (à télécharger):

<https://www.cjoint.com/c/KHEIxdVuoB>

☞ Vers une vidéo destinée aux enfants et aux parents :

<https://www.youtube.com/watch?v=OVy8dtPNW9k>

Il s'agit d'une vidéo réalisée dans notre service. L'enfant découvrira donc les locaux et la machine utilisée pour l'acquisition des images. De plus, l'actrice principale est une enfant qui utilise un vocabulaire adapté aux enfants ce qui contribue à réduire l'anxiété suscitée par l'inconnu.

Attention ! La vidéo décrit un parcours général de soin en scintigraphie. Les étapes peuvent différer selon l'indication de l'examen.

Si vous souhaitez avoir plus de renseignements sur l'examen prescrit, il existe des fiches d'information sur notre site internet :

<https://www.ch-aix.fr/scintigraphie-a-aix-en-provence-votre-examen/>

2. **Médiation par le jeu** : afin que l'enfant se sente **acteur de la situation**, proposez-lui de reprendre le déroulement de l'examen sous forme de jeu de rôles, le doudou devenant le patient, l'enfant le manipulateur en radiologie. Vous pourrez ainsi rejouer toutes les différentes étapes du parcours de soins visualisées sur la vidéo : l'accueil avec l'explication de l'examen, l'injection, les photos sous la caméra, et on n'oublie pas de féliciter doudou à la fin de l'examen !

3. Répondre le plus simplement aux questions de l'enfant sans leur mentir

Exemples :

- A la question « **Cela va faire mal ?** », répondez que l'examen en lui-même ne fait pas du tout mal mais pour faire cet examen il faudra faire tout d'abord une petite piqûre.

Il est également possible de se procurer en pharmacie une **crème anesthésique EMLA®** sur ordonnance afin de diminuer la douleur de l'enfant. Préférez la crème plutôt que les patchs pour les plus petits. Vous pourrez alors dire à votre enfant que vous allez utiliser une crème spéciale qui permet de moins sentir la piqûre.

- A la question « **Est-ce que ça va être long ?** », répondez qu'avant de pouvoir faire les photos il faudra attendre plusieurs heures afin que le médicament aille se fixer dans le corps. Mais pendant ce temps d'attente il pourra jouer, manger ou se promener.
- « **Combien de temps je devrais rester sous la caméra pour les photos ?** ». Les jeunes enfants n'ont pas de notion de temps donc au lieu de répondre simplement 20 minutes, essayez de trouver un équivalent qu'il puisse saisir comme par exemple « c'est l'équivalent de 2 épisodes du dessin animé que tu aimes tant ».

4. Rassurer l'enfant en lui rappelant que vous l'accompagnerez tout au long de l'examen et qu'il ne sera jamais seul afin de limiter l'angoisse de séparation.

5. Si vous sentez votre enfant très angoissé à l'idée de passer l'examen scintigraphique, vous pouvez lui faire réaliser des exercices de relaxation de manières répétées les jours précédents l'examen.

Voici ci-dessous des exemples d'exercices de relaxation :

- ✓ **Exercice de cohérence cardiaque (3mn par jour) :**
☞ <https://www.youtube.com/watch?v=R7tJmVtS4o8> (Cohérence cardiaque-relaxation enfants, Adelina La maman d'Alexandre)
- ✓ **Exercice du lâché de ballon (à télécharger) :**
<https://www.cjoint.com/c/KHfgUTHxvyB>

✓ **Audio d'hypnose/relaxation :**

☞ <https://www.youtube.com/watch?v=GICu6LZPx4A> (Méditation pour enfant : Anti - Stress, Pascale Picavet)

☞ <https://www.youtube.com/watch?v=bna0mdS4U0k> (Méditation pour les tout-petits, l'éveil de la petite grenouille dès 3 ans, éditions des Arènes)

La visualisation de la vidéo explicative et/ou les exercices de relaxations devraient idéalement être proposés régulièrement à l'enfant les jours précédant l'examen (en particulier la veille de l'examen).

2. Accueil en médecine nucléaire

❖ **Avant de quitter votre domicile :**

- Penser à **prendre doudou, sucette, ou autre objet rassurant...**



Images par Victoria Borodnova et dsaiko de Pixabay

- Vous pouvez également **apporter un livre ou télécharger sur votre portable une vidéo** appréciée par votre enfant (du fait de la présence de plomb dans les murs du service de médecine nucléaire, le réseau est peu accessible).



Images par OpenClipart-Vectors de Pixabay

- Si vous vous êtes procuré la **crème EMLA®**, voici le protocole à réaliser 1h30 et 2h avant l'heure de rendez-vous :

☞ Vérifier auparavant les contre-indications, mises en garde et précautions d'emploi sur :

<http://agence-prd.ansm.sante.fr/php/ecodex/rcp/R0189456.htm>

☞ Appliquer la crème en couche épaisse **sur une peau saine** sans l'étaler sur le dos de chaque main et plis du coude



- ☞ Recouvrir d'un pansement occlusif type Tégaderm®
- ☞ 15 mn avant l'heure du rendez-vous, retirer les pansements et essuyer à l'aide d'une compresse ou d'un mouchoir l'excédent de crème.

Remarque : l'ordonnance d'EMLA® peut être réalisée par le médecin traitant de l'enfant ou le médecin prescripteur de la scintigraphie. Si besoin, vous pouvez également demander une ordonnance en contactant le secrétariat du service de médecine nucléaire.

- Une vidéo sur l'accès du service de médecine nucléaire est disponible sur le lien suivant :

https://www.youtube.com/watch?v=Q7j4chV_xC0

- ❖ **En salle d'attente pédiatrique à l'arrivée dans le service :** en attendant la prise en charge de l'enfant, il est possible de réaliser un exercice court de relaxation (cohérence cardiaque/ lâché de ballon en salle d'attente). La salle d'attente présente également des jeux pour faire patienter les plus jeunes.



3. Déroulement de la scintigraphie

- ❖ **Choisir le bon accompagnant :** L'enfant peut ressentir l'angoisse des parents donc il est préférable dans la mesure du possible que ce soit le parent le moins stressé qui accompagne l'enfant tout au long de l'examen.
- ❖ **L'injection :** Essayer un maximum de **détourner l'attention de votre enfant** durant l'injection à l'aide d'un jouet, lecture ou vidéo (il est possible d'emprunter un jouet de la salle d'attente si besoin).

A la fin de l'injection dites à votre enfant qu'il a été courageux ! Il aura même le droit à un **diplôme du courage** !



- ❖ **Attente** : Rassurer l'enfant sur la suite de l'examen qui sera totalement indolore. Il ne restera plus qu'à faire les photos sous une caméra ! En attendant il peut jouer en salle d'attente ou vous pouvez sortir vous promener.



Acquisition :

- Nous avons à votre disposition dans 2 salles sur 3 des écrans permettant de diffuser des **vidéos** que l'enfant pourra regarder en portant des lunettes spéciales durant l'acquisition sous la caméra.



Lunettes à prismes



- Pour les plus petits qui ne voudraient pas mettre les lunettes ou les enfants qui le préfèrent nous pouvons **diffuser en audio des histoires racontées, berceuses ou bruits de la nature relaxants** au choix.
N'hésitez pas à leur laisser **doudou et sucette**. Vous pouvez rester au côté de votre enfant durant toute l'acquisition afin qu'il soit rassuré.



- Il est aussi possible de diffuser une **audio de relaxation** à partir de 3 ans.



Calme et attentif comme une grenouille de Eline Snel
(éditions Les Arènes)

- **Pour les tout-petits**, les bruits de la nature tels que le **bruit des vagues** peuvent avoir un effet relaxant.

Si vous souhaitez que votre enfant bénéficie d'un de ces dispositifs, n'hésitez pas à en faire la demande auprès du manipulateur en radiologie qui s'occupera de votre enfant.

4. Après examen

- ☞ **Félicitez votre enfant !**
- ☞ Cet examen ne nécessitant qu'une très faible quantité de produit radioactif, il n'existe pas de danger pour les autres membres de la famille. **Aucune mesure d'éviction particulière n'est recommandée pour l'entourage**, y compris les enfants en bas âge et les femmes enceintes.