



# RENCONTRE ET ÉCHANGE

*avec la docteure Thomas*

*Fourcoing,  
Biocentre,  
jeudi 7 mai,  
17h30.*

### *Juliette*

**Quelles sont les réactions ou les inquiétudes que vous observez le plus souvent chez les enfants avant une prise de sang ?**

**Est-ce que vous constatez cela régulièrement chez eux ?**

### ● *Docteur Thomas*

Alors les grosses inquiétudes, en fait, ce n'est pas les enfants, ce sont les parents. Quand les parents n'ont rien dit à leurs enfants, ceux-ci arrivent sans inquiétude particulière parce qu'ils ne savent pas ce que c'est.

Après, cela dépend toujours de l'âge des enfants. Passé un certain âge, il y a un effet « blouse blanche » parce qu'ils ont vu le pédiatre et les vaccins, alors quand ils voient une blouse blanche, ils sont parfois ● inquiets.

Mais sinon, les enfants d'une manière générale, ils ne verbalisent pas leurs inquiétudes. Ils les ● matérialisent : soit ils ne veulent pas rentrer dans la pièce, soit ils refusent de s'asseoir sur les genoux, ou ils pleurent. Il y a un peu de tout.

Un enfant qui est stressé, ça se voit tout de suite, il ne veut pas dire oui à tout. Et vous me parlez des enfants, mais il y a aussi des adultes pour qui c'est très, très compliqué.

### Adèle

**Le but de notre kit, justement, serait d'expliquer toutes les étapes de la prise de sang aux enfants.**

**Est-ce que vous avez déjà utilisé ou vu des supports comme celui-ci ?**

### ● Docteur Thomas

Il existe parfois des petites fiches, il y a des laboratoires qui donnent ça, on en a déjà vu.

Alors nous, on ne l'utilise pas parce qu'en fait on explique directement, comme on est là. Ce qui est important pour les enfants, c'est de ● communiquer. Donc même à un bébé, même d'une semaine, moi je lui parle.

Je vais lui dire qu'on s'installe, qu'on va faire une prise de sang, que je vais mettre le garrot, que cet élastique va serrer fort le bras. Moi, j'explique ● tout. Après, je prends un petit coton pour désinfecter, pour ne pas que ça s'infecte, et je dis que je vais piquer.

Donc nous, on ne donne pas de support parce qu'on a l'habitude; on travaille avec des maternités, donc on a l'habitude de piquer depuis toujours les bébés.

En général, j'y vais toute seule. Si je vois que l'enfant est trop turbulent, je demande à quelqu'un de venir nous aider pour bien le tenir pour ne pas qu'il bouge, mais j'essaie d'y aller toute seule, parce que plus on est nombreux dans la salle, plus c'est angoissant pour l'enfant.

*Adèle*

**Selon vous, qu'est-ce qui aide réellement un enfant à mieux vivre une prise de sang ?**

● *Docteur Thomas*

C'est les parents qui sont zens, le calme, et le fait de leur expliquer ce qu'on va faire, c'est vraiment de la ● verbalisation.

Après, nous, dans chaque pièce on a des images. Si on voit que les enfants ont du mal, pour capter leur attention, on leur demande de trouver les différences.

Ils se focalisent ainsi sur un support, on essaie de parler d'autres choses et ça les aide bien. Les parents, maintenant, sont très téléphones pour capter l'attention, mais moi, ce que je trouve formidable, c'est quand je dis aux parents de chanter une chanson.

Les enfants écoutent leurs parents chanter et, du coup, ça se passe beaucoup mieux.

*Juliette*

**Oui, c'est intéressant pour la distraction. Nous avons conçu un kit illustré sous forme de prototype. C'est une série de cartes avec des éléments à manipuler et à coller pour comprendre et personnaliser l'expérience de la prise de sang en amont.**

À l'avant, il y a une explication globale et détaillée du déroulement de l'examen. Au dos, les enfants peuvent coller des stickers, par exemple sur comment ils se sentent ou si un patch ou une crème anesthésiante a été utilisé au préalable.

Nous l'avons testé cet après-midi avec des enfants dans une école.

### Adèle

On réfléchit encore au contexte de distribution. On voulait un avis pour savoir à quel moment cela pourrait être le mieux?


### ● Docteure Thomas

L'idée de ce petit kit pour que la maman ● prépare l'enfant en amont est plutôt bonne, mais après, cela dépend vers quel âge c'est tourné.

Ici, au laboratoire, on ne pourrait pas s'en servir car c'est plutôt rapide, les rendez-vous s'enchaînent. Quand l'enfant arrive, s'il est stressé, il faut aller vite, car plus vous attendez, plus il va être stressé. Il faut bien lui expliquer ● ce qu'on fait, lui dire qu'on va faire une piqûre mais que c'est dans son intérêt, pour soigner sa maladie s'il y en a une, et après voilà.

Pour votre kit, je trouverais ça très bien pour expliquer plutôt dans les écoles, dans un système ● de prévention générale où on leur explique le brossage des dents. Ce serait l'occasion d'expliquer ce qu'est une prise de sang, à quoi ça sert, et les enfants pourraient exprimer s'ils en ont déjà fait.

Ou alors, il faudrait les distribuer chez les pédiatres vu que ce sont eux qui prescrivent, le pédiatre peut donner le petit kit en même temps que l'ordonnance.

Enfin, une distribution à l'hôpital, en pédiatrie comme à Jeanne de Flandre, serait une excellente idée pour les enfants lourdement sollicités qui ont beaucoup de prises de sang. Sous forme de jeu, cela peut dédramatiser, et la personnalisation avec ce qu'on mange avant  après permet de les distraire et de les rassurer.

### *Juliette*

**Les discours des parents influencent-ils la manière dont l'enfant vit l'expérience?**

**En supplément du kit, nous prototypons une application pour les parents afin de les aider à répondre au mieux à leurs enfants sans leur transmettre leurs peurs, car nous avons lu que les parents avaient parfois tendance à mentir ou à répéter les choses.**

### *Docteure Thomas*

L'angoisse des parents, c'est la première cause. Il y a des parents qui sont tellement stressés qu'ils en ont le bras qui tremble.

Quand c'est comme ça, pour nous, il vaut mieux faire sortir ● les parents et prélever. Pour certains, c'est insupportable parce qu'eux-mêmes n'aiment pas ça. Pourtant, une prise de sang bien faite ne fait pas mal.

Votre application ● est donc une très bonne idée pour éviter de transmettre les phobies à la génération d'en-dessous et pour corriger des pédagogies maladroites. Il y a des réflexions qu'il faut enlever, comme « si tu n'es pas sage, tu vas faire une piqûre », car l'enfant associe alors le soin à une punition. De même, répéter « t'inquiète pas » induit l'idée qu'il y a un danger. Il faut toujours tourner les phrases de façon ● positive.

### Adèle

**À la fin de notre kit, on a prévu un sticker avec une étoile à coller, qu'en pensez-vous ?**

### ● Docteure Thomas

Nous, pour clore la séance, nous avons un « tiroir magique » selon les salles avec des petites sucettes, des images ● ou des petits livres qu'ils viennent choisir. Il y en a même qui arrivent directement en réclamant leur surprise. Une infirmière de chez nous faisait un petit smiley sur le coton. C'est vraiment des petites choses comme ça qui ● fonctionnent.

C'est très bien en tout cas, merci beaucoup et bonne continuation.

**Merci à vous pour cet échange !**

*Rencontre et échange  
avec la docteure Thomas.*