



Troubles obsessionnels compulsifs (TOC) chez l'enfant

🕒 paru le 20/05/2020 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Le trouble obsessionnel compulsif (TOC) se caractérise par des pensées obsédantes (obsessions) ou des comportements compulsifs (compulsions) qui reviennent régulièrement et qui dérangent la personne qui en souffre.

Il est fréquent que les enfants aient certains rituels liés à l'âge comme l'ordre dans lequel ils enfilent leurs vêtements ou la façon qu'ils ont de disposer leurs fournitures scolaires sur la table. Mais si ces rituels deviennent à ce point compulsifs qu'ils ont des répercussions importantes sur la vie quotidienne, on peut parler d'un trouble obsessionnel compulsif (TOC).

Ce trouble se manifeste le plus souvent chez les enfants au moment où ils doivent aller au lit ou à l'école, au lever et au moment de s'habiller. Les enfants plus âgés se rendent souvent compte que ces obsessions et compulsions sont insensées ou exagérées.

On ne connaît pas précisément la cause de ce problème, mais différents facteurs semblent y contribuer, biologiques et psychologiques. On considère actuellement que les facteurs génétiques jouent un rôle décisif dans l'apparition précoce du trouble obsessionnel compulsif. Les enfants atteints d'un TOC ont souvent aussi des tics (par exemple le syndrome de Gilles de la Tourette). Les deux affections sont plus fréquentes chez les membres de la famille proche que dans la population générale. Il en est de même pour la dépression sévère, les troubles anxieux et les troubles du comportement.

Quelle est leur fréquence ?

Les troubles obsessionnels compulsifs concernent 0,3 à 3 % des enfants et des adolescents. Parmi les adultes avec TOC, les premiers symptômes sont survenus pendant l'enfance chez un adulte sur 3 à un adulte sur 2.

Comment les reconnaître ?

Vous remarquez que votre enfant a des pensées obsédantes et qu'il a des comportements compulsifs. Cela se passe souvent au coucher, au lever, quand il s'habille ou quand il part à l'école. Par exemple, votre enfant va constamment vérifier s'il a bien fini ses devoirs, il va minutieusement se laver les mains après chaque contact avec un nouvel objet, il va mettre et enlever ses vêtements dans un ordre bien déterminé, il va se mettre au lit et en sortir toujours de la même manière, etc. Souvent, votre enfant a également des tics, comme des mouvements répétitifs des yeux ou de la bouche.

Il se fâche quand vous faites des commentaires à ce sujet ou que vous essayez de l'empêcher d'avoir des comportements compulsifs. Ces comportements peuvent devenir totalement injustifiés et commencer à prendre un temps fou : ils peuvent gravement perturber la routine quotidienne. Dans ce cas, il s'agit probablement de TOC. La

fixation sur ces obsessions et ces compulsions peut aussi avoir un effet sur la mémoire et la réalisation de tâches.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Le médecin écoutera attentivement ce que vous lui expliquez et évaluera si les plaintes vont dans le sens d'un trouble obsessionnel compulsif. La plupart du temps, il convient de demander un avis psychologique. En effet, tout le monde peut avoir un jour ou l'autre un comportement rituel ; il peut donc faire partie de la routine normale. Le psychologue pourra déterminer si ce comportement est anormal et gênant, et qu'il faut donc le traiter.

Que pouvez-vous faire ?

Consultez le médecin si vous pensez que votre enfant a des obsessions ou des compulsions. Essayez de créer un environnement serein et veillez à ce qu'il ne se retrouve pas dans des situations stressantes. Prenez des dispositions. Le sport est une activité qui détend physiquement et psychologiquement. Il est également bon d'informer l'école par rapport à ce problème pour éviter l'incompréhension.

Que peut faire votre médecin ?

Une évaluation psychiatrique est indiquée pour confirmer le diagnostic. [La thérapie cognitivo-comportementale](#) est considérée comme le traitement le plus efficace à l'heure actuelle. La place à accorder aux médicaments n'est pas très claire. On commence parfois des antidépresseurs. Mais leur utilisation chez les enfants est controversée, et ils entraînent des effets secondaires. Il est important de commencer un traitement adapté suffisamment tôt parce que cela peut avoir une influence sur l'évolution à long terme. Souvent, les symptômes de TOC ne disparaissent pas tout à fait avec l'âge (et restent présents dans une mesure plus ou moins grande), mais un traitement adapté permettra à votre enfant d'apprendre à mieux les gérer.

En savoir plus ?

- [L'enfant très routinier – Naître et grandir](#)
- [Thérapies cognitivo-comportementales \(TCC\) – AEMTC – Association pour l'Étude, la Modification et la Thérapie du Comportement](#)

Vous cherchez une aide plus spécialisée ?

- [Trouver un thérapeute – AEMTC – Association pour l'Étude, la Modification et la Thérapie du Comportement](#)
- [Trouver un psychologue – Commission des psychologues](#)
- [Services de Santé Mentale – Le guide social](#)
- [Centre PMS – Fédération Wallonie-Bruxelles](#)
- [La LUSS – Une fédération d'associations de patients et de proches](#)

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Trouble obsessionnel compulsif chez l'enfant' \(2000\), mis à jour le 01.10.2016 et adapté au contexte belge le 09.11.2019 – ebpracticenet](#)