

Mon enfant est peut être concerné par l'anorexie : comment puis-je réagir ?

Le site du Docteur NGUYEN Ngoc Linh

Adresse du site : www.docvadis.fr/ngoclinh-nguyen



Validé par

le Comité Scientifique Médecine générale et le Comité Scientifique
Psychiatrie

L'anorexie mentale est un trouble du comportement alimentaire qui touche principalement les adolescentes. Comment le dépister et comment réagir ? Quelques pistes.

Qu'est-ce que l'anorexie ?

- L'anorexie mentale se caractérise par un refus et une peur de prendre du poids alors que celui-ci est bien en dessous de la normale. C'est une maladie qui concerne le plus souvent des jeunes filles de 12 à 20 ans.
- Elle se traduit par des restrictions alimentaires, associées très souvent à des crises de boulimie durant lesquelles la personne malade mange de manière excessive puis se fait vomir.
- Elle peut provoquer une fatigue intense, une fonte musculaire, la chute des cheveux, une décalcification des os, des problèmes gastriques ou dentaires. Elle s'accompagne souvent de troubles dépressifs.
- Environ 5 % des personnes anorexiques meurent des suites de la maladie ou d'un suicide. Une prise en charge précoce évite les séquelles physiques, psychiques et sociales, et l'évolution vers une forme chronique.

Quels signes doivent m'alerter ?

- Votre enfant a maigri de façon importante ou sa croissance s'est brusquement arrêtée.
- Votre enfant change de comportement alimentaire : il saute des repas, refuse de manger les aliments qui font grossir, trie les aliments dans son assiette, prend des coupe-faims, boit beaucoup.

- Votre enfant a une peur obsessionnelle de grossir. Il se trouve trop gros alors que, vous, vous le trouvez menu.
- Votre fille n'a plus ses règles.
- Votre enfant pratique une activité physique intense et manifestement excessive afin d' « éliminer » les calories.
- Votre enfant se plaint souvent de troubles digestifs, il vomit de manière répétée, il demande des laxatifs.
- Votre enfant a peu d'amis et refuse de s'intégrer à un groupe.

Que puis-je faire ?

- Parlez des signes que vous avez repérés avec votre enfant le plus rapidement possible.
- Amenez-le à consulter un médecin spécialisé dans le traitement des troubles du comportement alimentaire ou, s'il préfère, un médecin qu'il connaît (médecin de famille, pédiatre) qui fera un premier bilan et établira un diagnostic.
- Le médecin décidera peut-être de mettre en place une prise en charge adaptée à son cas qui fera intervenir plusieurs soignants : un médecin, un psychiatre ou psychologue et, éventuellement, un diététicien ou un médecin nutritionniste. Le soutien de l'ensemble de la famille sera favorable à la guérison.

Maintenez le dialogue avec votre enfant en évitant le jugement et la culpabilité. Montrez-lui votre affection, votre amour pour lui et rappelez-lui que vous serez toujours là pour l'aider quoi qu'il arrive.