

# **FICHE TECHNIQUE**

## **POUR SE FAMILIARISER AVEC LES TROUBLES DU COMPOTEMENT**

**On considère qu'il y a trouble du comportement chez un individu lorsque celui-ci agit ou réagit de manière « déviante » par rapport à une norme, dans son environnement.**

**Actuellement on comptabilise 10 troubles du comportement et 2 changements neurovégétatifs. Les troubles du comportement sont de deux sortes :**

- **Soit, ils présentent des symptômes positifs c'est-à-dire qu'ils se manifestent bruyamment, de façon excessive et que l'environnement social ne peut que les remarquer,**
- **Soit, ils présentent des symptômes négatifs c'est-à-dire qu'ils sont discrets et susceptibles de passer inaperçu pour l'environnement social.**

**Les pathologies pouvant entraîner des troubles du comportement peuvent être d'ordre neurodégénératives, psychiatriques ou relevant de la toxicomanie.**

**On mesure ces troubles avec une échelle baptisée « NPI », Inventaire Neuro Psychiatrique et l'on considère qu'un score supérieur à 2 points pour un trouble du comportement donné est pathologique.**

**Pour prendre en charge les troubles du comportement il existe deux méthodes :**

- **L'une est médicamenteuse et relève d'une prescription médicale (ce sont généralement des psychotropes qui sont prescrits par le médecin),**
- **L'autre est non médicamenteuse et se fonde sur des méthodes plus naturelles (comme la gymnastique, le chant, les jeux de société....).**

**Il est toujours préférable d'opter pour une prise en charge non médicamenteuse afin d'éviter l'apparition d'effets indésirables liés à la prise de médicaments.**

**Voici, dans le détail les différents troubles comportementaux et les changements neurovégétatifs : les idées délirantes, les hallucinations, l'agitation/agressivité, la dépression/dysphorie, l'anxiété, l'exaltation de l'humeur/euphorie, l'apathie/indifférence, la désinhibition, l'irritabilité/instabilité de l'humeur, le comportement aberrant ET les troubles du sommeil, les troubles de l'alimentation.**



### **Les idées délirantes définition :**

**Une idée délirante est une construction psychique erronée de la réalité et dont le sujet est convaincu de la véracité ce, malgré l'apport de preuves contraires.**

**L'idée délirante peut être d'ordre paranoïaque comme peut l'être la conviction erronée qu'autrui veuille nous faire du mal, parle de nous en termes négatif, veuille nous spolier...**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'idées délirantes, il est nécessaire de recueillir les symptômes positifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES POSITIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Expression d'un sentiment de danger par rapport à une situation ou encore expression que quelqu'un de parfaitement identifié, a l'intention de lui nuire immédiatement ou l'a fait dans le passé,</b> <b>2- Exprime un sentiment de spoliation,</b> <b>3- Exprime la sensation d'être trompé par le conjoint (conviction que le conjoint a une liaison amoureuse),</b> <b>4- Expression d'une conviction d'être entouré par des sosies et non plus par les personnes faisant habituellement partie de son environnement social,</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ne cherchez pas à raisonner votre malade, cela vous épuisera et risquera de l'agacer ce qui majorera votre problème,</b></li><li>• <b>Ne vous fâchez pas, restez neutre, ne croyez pas obligatoirement ce que votre malade dit,</b></li><li>• <b>Faites diversion en dérivant l'attention de votre malade vers une activité,</b></li><li>• <b>Détendez-vous, votre malade ressent peut-être votre stress ce qui l'angoisse,</b></li><li>• <b>Rassurez votre malade en lui affirmant qu'avec vous il est en sécurité,</b></li></ul>

<b>5- Exprime la conviction que les personnes vues à la télévision ou dans les magazines existent réellement dans son environnement et communique, parle avec eux.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>En dernier recours si votre malade est très anxieux par rapport aux phénomènes délirants auxquels il adhère, contactez votre médecin traitant pour vous faire aider avec des médicaments.</b></li></ul>
--	--



### **Les hallucinations définition :**

**Il s'agit le plus souvent de visions, d'auditions, de sensations, de perceptions d'événements, de choses, de personnes, de voix qui n'existent pas réellement.**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'hallucinations il est nécessaire de recueillir les symptômes positifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES POSITIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre malade dit ou se comporte comme s'il entendait des bruits, des voix....,</b> <b>2- Votre malade parle à des personnes qui sont absentes,</b> <b>3- Votre malade dit voir ou bien se comporte comme s'il voyait des gens, des animaux... mais qui n'existent pas en réalité,</b> <b>4- Il vous dit sentir des odeurs que vous-mêmes ne sentez pas,</b> <b>5- Il a le sentiment que des bêtes, des insectes rampent sur lui ou bien qu'ils rampent sous sa peau,</b> <b>6- Votre malade ressent des goûts au plan gustatif que vous ne ressentez pas ou d'autres sensations inhabituelles.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ne cherchez pas à raisonner votre proche convaincu que qu'il voit, sent, entend... est irréal,</b></li><li>• <b>Vérifiez le bon fonctionnement de ses prothèses s'il en a ; que celles-ci sont correctement nettoyées ou bien consultez un professionnel pour en faire faire,</b></li><li>• <b>Rassurez-vous et rassurez votre malade,</b></li><li>• <b>Faites diversion avec une activité substitutive,</b></li><li>• <b>Contactez votre médecin de famille si ces hallucinations sont la source d'une angoisse importante pour vous et pour votre malade et/ou si vous n'arriviez pas à les minorer « naturellement ».</b></li></ul>

### **L'agitation/l'agressivité :**

**L'agitation est un comportement irrationnel qui se traduit par des conduites répétitives et/ou par une incapacité à pouvoir rester en place.**

**Par agressivité, on entend tout comportement opposant, colérique, violent au plan verbal (injures envers l'environnement social...) ou au plan physique (gifles, coups envers l'environnement social....).**

**Toutefois, pour évoquer la présence de conduites d'agitation et d'agressivité il est nécessaire de recueillir les symptômes positifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES POSITIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre proche ressent un agacement envers vous ou bien envers les personnes qui gravitent autour de lui, 2- Votre malade adopte des conduites opposantes envers les personnes qui font partie de son environnement social, soignant..., 3- Il refuse que l'on prenne soin de lui, 4- Il est buté et veut que les choses soient faites en fonction de ses souhaits, 5- Votre malade est violent verbalement en exprimant sa colère, 6- Votre malade est violent physiquement</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Calmez-vous si votre proche vous agace,</b></li><li>• <b>Ne tentez pas de le raisonner sans quoi vous risquez de l'énerver davantage et vous perdrez non seulement votre temps mais votre sang froid,</b></li><li>• <b>Rassurez-le en lui assurant qu'il est en sécurité avec vous,</b></li><li>• <b>Faites diversion en lui proposant une activité de substitution (faites le quitter l'endroit qui provoque le comportement en lui proposant d'aller faire une promenade à</b></li></ul>

<p><b>(casse, tape sur les objets...),</b></p> <p><b>7- Votre proche montre son agressivité et/ou son agitation d'une toute autre manière.</b></p>	<p><b>l'extérieur par exemple),</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mettez-vous hors de portée des coups éventuels,</b></li> <li>• <b>N'entrez pas en confrontation (vous risquez de créer et/ou d'envenimer un conflit),</b></li> <li>• <b>Cherchez l'origine de son comportement (est-il frustré, anxieux...),</b></li> <li>• <b>Contactez votre médecin traitant pour qu'il vous aide.</b></li> </ul>
--	--



### **La dépression / la dysphorie définition :**

**Il s'agit d'un ensemble de symptômes psychologiques négatifs lié à un dérèglement de l'humeur.**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'une dépression et/ou d'une dysphorie il est nécessaire de recueillir les symptômes négatifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES NEGATIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre malade a tendance à pleurer, 2- Il dit, fait des choses orientées vers un versant négatif (souhaite mourir, est en repli ou en retrait, ne prend plus de plaisir à s'impliquer dans certaines activités...), 3- Il exprime des sentiments négatifs envers lui-même ou estime qu'il mériterait d'être puni, 4- Il conclut que l'avenir est négatif.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Evitez toute activité risquant de mettre votre proche en difficulté,</b></li><li>• <b>Valorisez chacun de ses actes,</b></li><li>• <b>Sollicitez le (sans l'hyper-solliciter) pour réaliser une activité,</b></li><li>• <b>Faites les activités ensemble afin de le stimuler à s'investir,</b></li><li>• <b>Favorisez toutes les activités susceptibles de lui faire plaisir,</b></li><li>• <b>Consultez votre médecin de famille pour vous faire aider.</b></li></ul>





### **L'anxiété définition :**

**Il s'agit d'un trouble psychologique lié à l'anticipation anxieuse de la survenue d'un danger irréel.**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'une anxiété, il est nécessaire de recueillir les symptômes négatifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES NEGATIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre malade évoque avec inquiétude des situations futures, 2- Il se sent particulièrement tendu ou ressent un mal-être et est incapable de se relaxer, 3- Votre proche est nerveux et présente des difficultés respiratoires, 4- Il ressent un nœud à l'estomac à cause de sa fièvre, 5- Votre malade refuse de se rendre dans certains endroits ou évite des situations, 6- Sa nervosité augmente s'il est séparé de vous ou bien des personnes qu'il considère comme étant des personnes sur lesquelles il peut compter.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Essayez de vous détendre car il est possible que votre malade reflète simplement votre anxiété,</b></li><li>• <b>Tentez d'évaluer ce qui peut être à l'origine de son anxiété (votre anxiété, la difficulté pour lui de réaliser un acte, la présence d'une personne dans son environnement...),</b></li><li>• <b>Rassurez-le en lui assurant qu'il est en sécurité avec vous et qu'il n'a donc rien à craindre,</b></li><li>• <b>Proposez-lui de réaliser les activités ensemble et favorisez celles qu'il préfère,</b></li><li>• <b>Proposez-lui une activité de substitution pour faire diversion et donc minorer son anxiété,</b></li><li>• <b>Valorisez-le,</b></li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Consultez votre médecin de famille pour vous faire aider.</b></li></ul>
--	--



**L'exaltation de l'humeur / l'euphorie définition :**

**Il s'agit d'un état psychologique d'excitation et de bien-être anormal parce que trop intense ou inapproprié.**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'une exaltation de l'humeur / d'un état euphorique, il est nécessaire de recueillir les symptômes positifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES POSITIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre proche parait se sentir trop heureux, 2- Il rit de façon niaise, inadaptée à des situations qui ne méritent pas de l'être, 3- Votre malade a des attitudes qui sont déplacées (il fait des blagues, des calembours qui n'amuse que lui).</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Évitez de renchérir vous ne feriez qu'alimenter ces comportements,</b></li><li>• <b>Expliquez aux personnes qui gravitent autour de vous que c'est une maladie qui provoque ces conduites,</b></li><li>• <b>Faites diversion avec une activité substitutive afin que votre malade cesse ce comportement,</b></li><li>• <b>Contactez votre médecin de famille pour qu'il vous aide.</b></li></ul>



### **L'apathie / l'indifférence définition :**

**On considère l'apathie ou l'indifférence comme une perte de motivation ou un désintérêt pour entreprendre une action ou un détachement par rapport aux proches.**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'une apathie / d'une indifférence il est nécessaire de recueillir les symptômes négatifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES NEGATIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre malade est devenu indifférent à son environnement, 2- Il a tendance à se replier en lui et évite l'interaction avec les gens, 3- Il ne réagit pas ou plus aux événements et ne manifeste plus aucun enthousiasme, 4- Il est devenu passif et hermétique à toute stimulation, 5- Rien ne l'intéresse.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Votre proche se sent peut-être inutile, incapable de réaliser quelque chose alors stimulez-le, sollicitez-le avec bienveillance pour l'aider à se réinvestir dans une, voire des activités,</b></li><li>• <b>Proposez-lui de réaliser ces activités ensemble après avoir sélectionné celles qu'il aimait faire,</b></li><li>• <b>Rassurez-le sur ses compétences et valorisez-le lorsqu'il fait l'effort de participer,</b></li><li>• <b>Contactez votre médecin traitant pour vous faire aider.</b></li></ul>



### **La désinhibition définition :**

**Ce comportement correspond à un ensemble de conduites déviantes par rapport aux conduites sociales généralement admises, à la morale.**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'une désinhibition il est nécessaire de recueillir les symptômes positifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES POSITIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre proche agit ou réagit sans se préoccuper de la conséquence de ses actions, 2- Il interpelle des inconnus et se conduit avec eux de manière familière, cavalière, triviale voire blessante.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Expliquez à votre entourage que ce comportement est seulement dû à la maladie,</b></li><li>• <b>Faites diversion pour amener votre proche à rompre avec sa conduite impulsive,</b></li><li>• <b>Isolez votre malade,</b></li><li>• <b>Contactez votre médecin de famille pour vous faire aider.</b></li></ul>



### **Irritabilité / Instabilité de l'humeur définition :**

**Il s'agit d'un trouble des conduites émotionnelles qui affecte l'humeur, la déséquilibre. La personne souffrant de ce trouble éprouve alors des difficultés à se maîtriser lorsqu'elle est face à une situation, elle devient nerveuse et peut même devenir agressive verbalement et/ou physiquement. Ce comportement peut faire suite à une frustration.**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'une irritabilité / instabilité de l'humeur il est nécessaire de recueillir les symptômes positifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES POSITIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre proche ne contrôle plus les situations et/ou s'énerve facilement, 2- Votre malade alterne des conduites adaptées puis inadaptées, 3- Il ne supporte aucun retard dans les activités, 4- Il a tendance à « râler » tout le temps et recherche le conflit.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Proposez-lui une activité substitutive afin d'éviter le conflit ou la frustration,</b></li><li>• <b>Ne répondez pas à ses attaques, n'alimentez pas,</b></li><li>• <b>Contactez votre médecin pour vous faire aider.</b></li></ul>



**Le comportement moteur aberrant définition :**

**Il s'agit d'une conduite répétitive *a priori* sans but apparent.**

**Toutefois, pour évoquer la présence d'un comportement moteur aberrant il est nécessaire de recueillir les symptômes positifs suivants :**

<b>SYMPTÔMES POSITIFS</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1- Votre malade marche la majeure partie de la journée, de la nuit, 2- Votre proche répète sans cesse les mêmes gestes, les mêmes actions.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Laissez faire mais aménagez son environnement afin d'éviter que votre proche ne chute ou bien s'entrave dans quelque objet rencontré sur son parcours,</b></li><li>• <b>Programmez des promenades extérieures, des exercices physiques,</b></li><li>• <b>Proposez-lui des activités substitutives,</b></li><li>• <b>Vérifiez régulièrement l'état de ses pieds,</b></li><li>• <b>Adaptez les chaussures à son comportement,</b></li><li>• <b>N'essayez pas de le raisonner,</b></li><li>• <b>Rassurez-le en lui affirmant qu'il est en sécurité avec vous,</b></li><li>• <b>Tentez de trouver l'origine de son comportement (il a faim, besoin d'aller aux toilettes....),</b></li></ul>

- |  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Contactez votre médecin traitant pour vous faire aider.</b></li></ul> |
|--|--|





### **Le trouble du sommeil (neurovégétatif) définition :**

**Par trouble du sommeil on entend la manifestation d'insomnies, soit de première partie de nuit -la personne n'arrive pas à s'endormir- ou bien de seconde partie de nuit -la personne est réveillée tôt et n'arrive pas à se rendormir.**

<b>SYMPTÔMES</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1. Votre malade a des difficultés à s'endormir ou se réveille trop tôt, 2. Il déambule, erre.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Prévoyez des activités à réaliser avec lui au cours de la journée parce qu'une bonne nuit se prépare pendant la journée,</b></li><li>• <b>Proposez-lui des rituels avant d'aller au lit, comme prendre une tisane, uriner, se promener, écouter de la musique douce...</b></li><li>• <b>Fermez les portes de votre domicile afin d'éviter qu'il ne s'échappe alors que vous êtes en train de dormir,</b></li><li>• <b>Installez un urinal à proximité du lit ou bien une chaise percée,</b></li><li>• <b>Contactez votre médecin de famille afin qu'il vous aide.</b></li></ul>



**Le trouble de l'appétit (neurovégétatif) définition :**

**Il s'agit soit d'une anorexie (le malade ne s'alimente pas suffisamment et risque de perdre du poids) ou inversement d'une boulimie (le malade mange beaucoup trop et risque de prendre du poids).**

<b>SYMPTÔMES</b>	<b>SUGGESTIONS DE PRISE EN CHARGE</b>
<b>1. Votre malade ne s'alimente pas ou insuffisamment, 2. Votre proche a davantage d'appétit qu'à l'habitude, 3. Il a modifié ses habitudes alimentaires (mange toujours les mêmes aliments, dans le même ordre....).</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Proposez-lui le « manger mains » ou « finger food »,</b></li><li>• <b>Adaptez les couverts à ses possibilités,</b></li><li>• <b>Vérifiez son état buccal et dentaire,</b></li><li>• <b>Pesez-le régulièrement,</b></li><li>• <b>Préparez la liste de courses ensemble et préparez le repas ensemble pour davantage l'impliquer,</b></li><li>• <b>Faites de l'exercice ensemble (prévoyez des promenades...),</b></li><li>• <b>Proposez-lui des aliments sucrés,</b></li><li>• <b>Modifiez la texture alimentaire,</b></li><li>• <b>Mettez hors de sa portée les aliments et verrouillez les portes des placards, le réfrigérateur...</b></li><li>• <b>Contactez votre médecin de famille pour vous faire aider.</b></li></ul>