

Le traumatisme crânien léger-modéré expliqué aux enfants



cassetete22.com/le-traumatisme-cranien-leger-modere-explique-aux-enfants/

31 janvier 2021

Table des matières

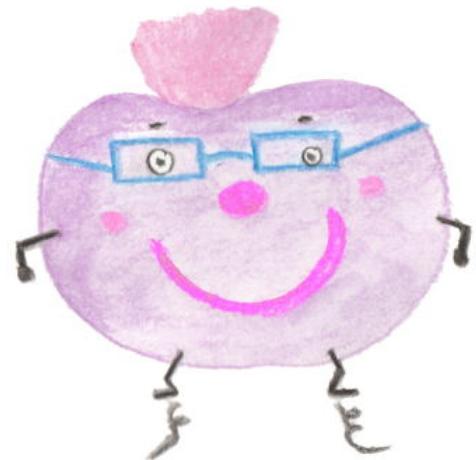
Toggle ☰

- [Comment soigner un traumatisme crânien léger \(TCL\).](#)
- [Une lourde brioche tombe sur la tête de TOTOFE : Catastrophe !](#)
 - [Elle a un traumatisme crânien léger appelé aussi commotion cérébrale.](#)
 - [Pauvre Totofe ! Elle n'a pas d'autres choix que de se reposer.](#)
[Une chose est sûre, Totofe et sa famille arriveront à s'habituer à vivre avec les travaux dans le cerveau, mais il faudra du temps.](#)
- [Ce document parce que je n'étais pas rétablie comme prévu!](#)
 - [Un petit dessin spécial pour les enfants de la part de ma grande fille Agathe](#)
 - [Pour télécharger ou imprimer le texte de la bande dessinée](#)
 - [Pour les enfants : comprendre comment fonctionne le cerveau et comment le protéger.](#)
- [Pour les adultes, Outils de compréhension du handicap invisible](#)
 - [Ou encore le guide de l'Energie](#)
 - [L'association cassetete22 Entraide TC :](#)

Comment soigner un traumatisme crânien léger (TCL).

Jijie a créé cette bande dessinée, suite à son accident, pour expliquer les séquelles de son traumatisme crânien à ses petites filles Eloïse et Agathe, âgées de 4 et 8 ans.

Par Jijie Faitgribouillette et ses 2 crevettes d'amour (avec l'aide de Jean-Philippe)

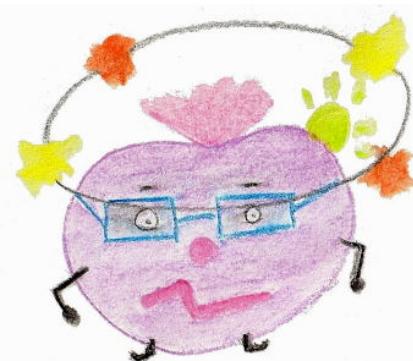


Une lourde brioche tombe sur la tête de TOTOFÉ : Catastrophe !



Texte pour l'accompagnant

Elle est étourdie, flotte, ne va pas bien, mais dit que ça va passer. Mais non, ça ne va pas mieux...



Le médecin cherche partout mais ne voit rien ; normal, la blessure est cachée dans la tête. Elle ne se voit pas.

Les examens sont normaux, c'est bien. Ca veut dire que Totofé ne va pas mourir.

Elle a un traumatisme crânien léger appelé aussi commotion cérébrale.

Le médecin Va-t-il mettre un pansement ? un plâtre ?

Donner un médicament dégoûtant ?

Et bien non, le cerveau doit se réparer tout seul...

...surtout en dormant.



Alors le médecin demande à Totofe de se reposer, d'être patiente pour laisser le temps à la blessure cachée de se réparer

Au début, Totofe est tout le temps fatiguée.



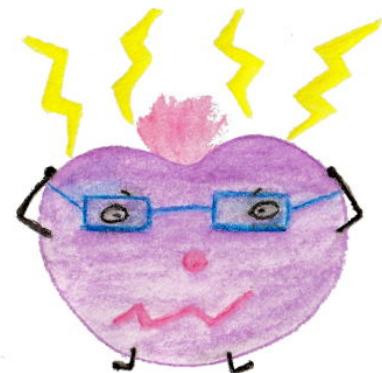
Elle a mal à la tête.

Elle a envie de vomir. Elle a l'impression que le sol bouge comme si elle était sur un bateau.



On dirait qu'elle va tomber quand elle est debout.

Elle préfère quand il fait sombre.



Elle aime quand c'est calme autour d'elle. Parfois elle a besoin que ce soit presque le silence

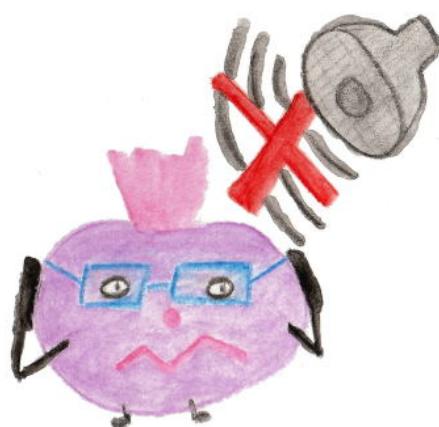
Ça lui arrive d'avoir du mal à parler, de chercher ses mots ou de bloquer au milieu d'une phrase.



Quand elle ne se sent vraiment pas très bien, elle n'a plus de patience. Tout l'énerve, alors elle peut se fâcher très très fort.

Ses enfants n'aiment pas ça, elle non plus, ça la rend triste, même si elle ne fait pas exprès.

C'est mieux quand elle prévient qu'elle risque de s'énerver... et que tout le monde fait attention à ce qu'elle puisse se reposer.



Pauvre Totofe ! Elle n'a pas d'autres choix que de se reposer.

Ses enfants et son amoureux sont tristes et inquiets de la voir comme ça.

Est-ce qu'elle va guérir ?

Est-ce qu'elle va redevenir la même maman qu'avant ?

Tout le monde dit qu'il faut être patient. Ca veut dire que Totofe doit attendre longtemps, longtemps... Et c'est vrai !

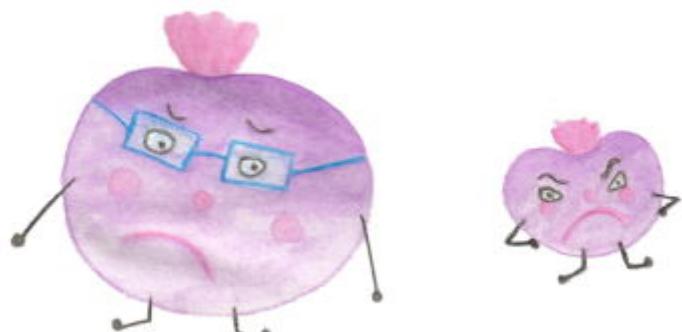
Il faut attendre plusieurs semaines de repos pour que son cerveau se répare et fonctionne un peu mieux. Et hop hop hop... Petit à petit, Totofe peut un peu plus profiter de ses journées.



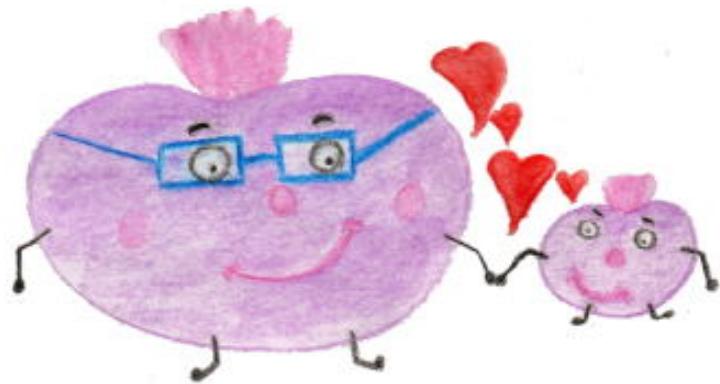
On ne sait pas si le cerveau de Totofe réussira à se réparer complètement. On ne sait pas s'il arrivera à nouveau à fonctionner comme avant.



Tout ça est parfois très énervant, et de temps en temps, ça donne envie à ses enfants de se mettre en colère. C'est bien normal d'être fâché après l'accident. C'est difficile de ne pas se fâcher après Totofe. Mais elle n'y est pour rien.



Tout ça la rend triste et tout comme ses enfants, elle aurait préféré que cette grosse brioche ne lui tombe pas sur la tête.



Ce qui est rassurant, c'est que même si Totofe ne peut plus participer à un jeu de société, elle peut toujours faire des bisous et des câlins et son amour n'a pas changé.

...Même quand elle est très fatiguée et même quand elle se fâche très fort, elle aime toujours autant sa famille.

Une chose est sûre, Totofe et sa famille arriveront à s'habituer à vivre avec les travaux dans le cerveau, mais il faudra du temps.

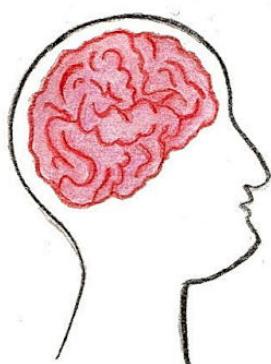


Pour bien comprendre...
...le cerveau quand il va bien.

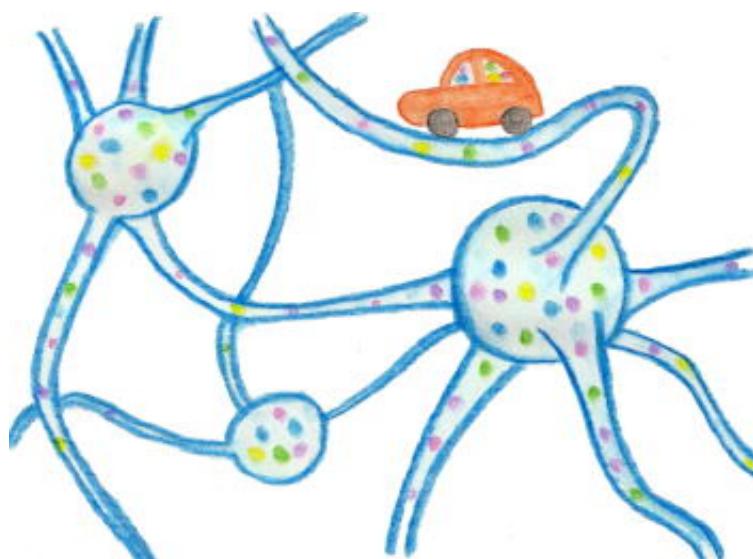
Le cerveau est l'organe qui se trouve dans notre tête. Sans lui, on ne pourrait pas vivre. C'est lui qui fait fonctionner notre corps. Il nous permet de réfléchir, de nous concentrer, d'avoir des émotions...

Il faut imaginer que chaque cerveau a une réserve de petites billes. Le corps a besoin de ces billes pour fonctionner. On les utilise toute la journée sans s'en rendre compte. Quand on est fatigué, c'est qu'il ne nous reste plus beaucoup de billes.

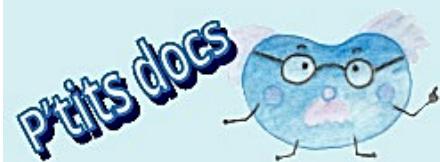
Heureusement, à chaque fois que l'on dort, des petites billes toutes neuves remplissent la réserve.



Quand le cerveau n'a pas de blessures, que l'on mange correctement et que l'on dort suffisamment, le réservoir se remplit en entier pendant la nuit.



Il faut aussi imaginer que, dans notre cerveau, les petites billes se déplacent sur des autoroutes. Elles vont très vite pour dire à notre corps ce qu'il faut faire.

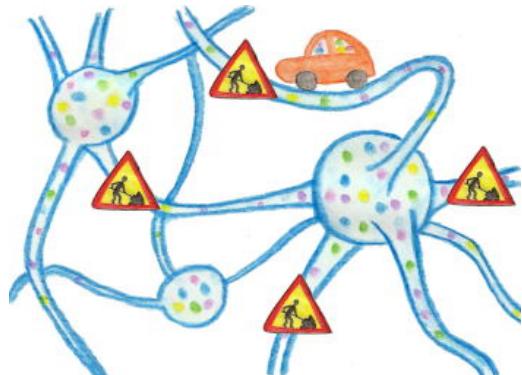


Pour bien comprendre...

...le cerveau quand il doit se réparer.

Quand la brioche est tombée sur la tête de Totofe, son cerveau a été blessé.

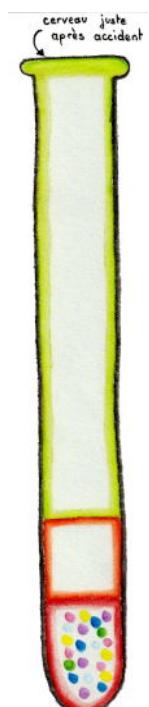
Des routes ont été abîmées, d'autres ont été détruites. Les petites billes sont maintenant obligées de passer par des petits chemins et de rouler doucement. Le cerveau doit réparer les grosses routes et les travaux prennent du temps.



La réserve de billes de Totofe n'arrive plus à se remplir complètement pendant la nuit.

Juste après l'accident, il y a juste assez de billes pour manger, boire, dormir, faire pipi, se doucher.

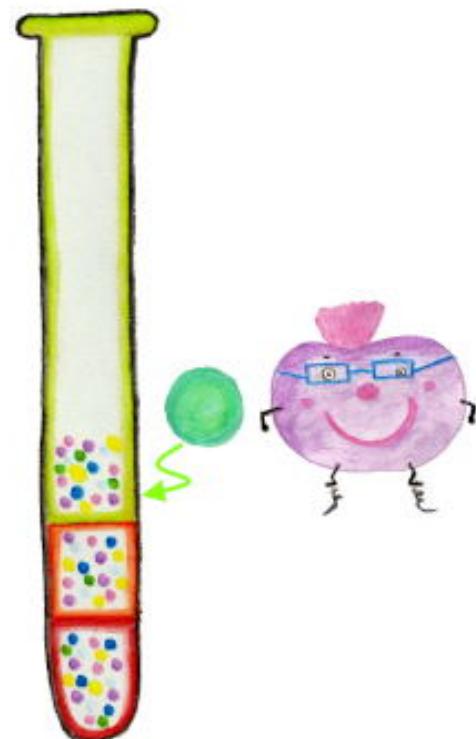
Impossible de s'amuser, regarder la télé, lire un livre.



En présence de billes jusque dans la zone verte, Totoffe se sent bien, on dirait qu'elle est comme avant.

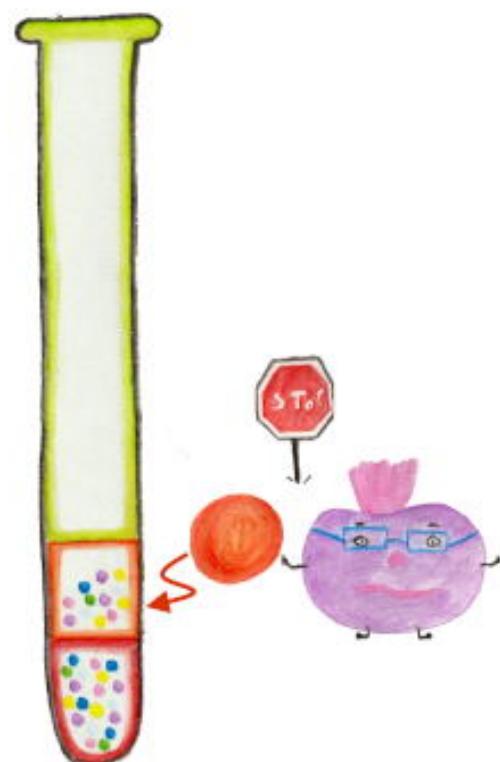
Quand les billes descendent dans la zone orange,
Totoffe commence à être bien fatiguée.

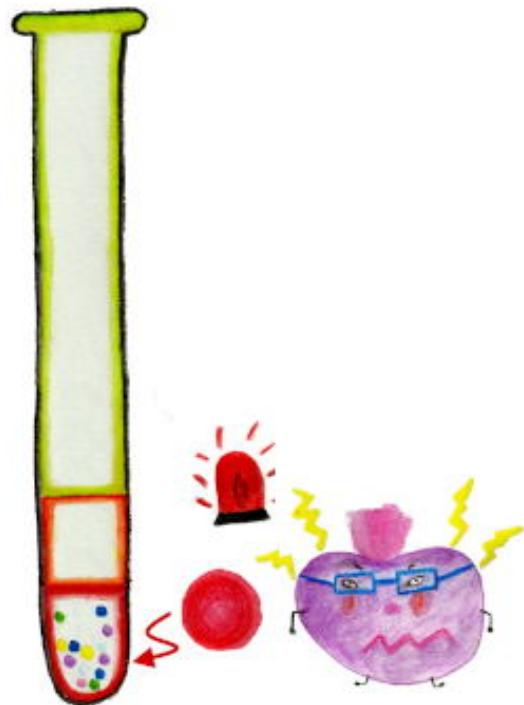
Elle doit se reposer et ne plus trop utiliser de billes.



Quand il n'y a plus que quelques billes dans la
zone rouge, Totofe peut se mettre très en colère et
faire n'importe quoi.

Elle doit dormir pour permettre à son cerveau de
fabriquer de nouvelles billes.





Ce document parle que je n'étais pas rétablie comme prévu!

En 2019, j'ai eu un traumatisme crânien léger. On m'avait dit que je serai rétablie en une semaine, mais les symptômes ont perduré. Mes filles avaient alors 4 et 8 ans. Difficile pour moi de m'en occuper et de jouer avec elles comme avant. Une des activités qui ne m'épuisait pas trop, était le dessin. Alors nous avons barbouillé un bon nombre de feuilles.

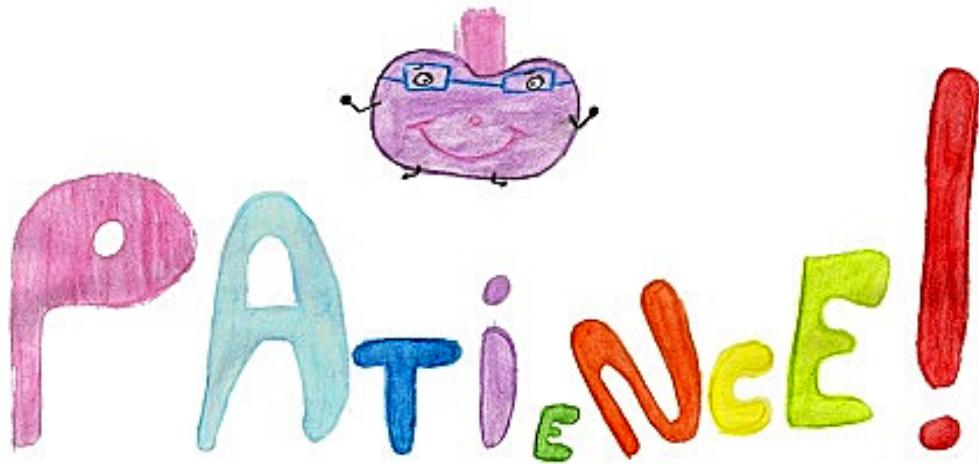
L'association Cassetete22 Entraide TC m'a aidé à mieux comprendre mon nouveau fonctionnement. Un vrai soulagement pour moi. J'aurais également aimé avoir accès à un document adapté aux enfants pour expliquer simplement mes difficultés à mes filles.

Comme je n'ai pas trouvé, pendant notre moment de dessin quotidien, je gribouillais une « patate » à mon image. Toutes les trois, nous inventions l'histoire de Totofe, j'expliquais mon ressenti, je pouvais les rassurer...

Même si je ne suis ni illustratrice, ni auteure, je partage tout ça aujourd'hui, afin d'apporter une petite participation à l'association et remercier ainsi Jean-Philippe pour son investissement. Si, de plus, ce document pouvait être utile à un autre parent et rassurer un enfant, j'en serais vraiment ravie.

Jijie Faigribouillette

Un petit dessin spécial pour les enfants de la part de ma grande fille Agathe



Pour télécharger ou imprimer le texte de la bande dessinée

Utiliser ce lien [Le traumatisme crânien léger expliqué aux enfants](#)

Pour les enfants : comprendre comment fonctionne le cerveau et comment le protéger.

2 vidéos qui peuvent servir de support pour un jeune (et moins jeune) public.

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=PT2unz8UIxw>

<https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=WN75IL2Pd6k&feature=share>

Pour les adultes, Outils de compréhension du handicap invisible

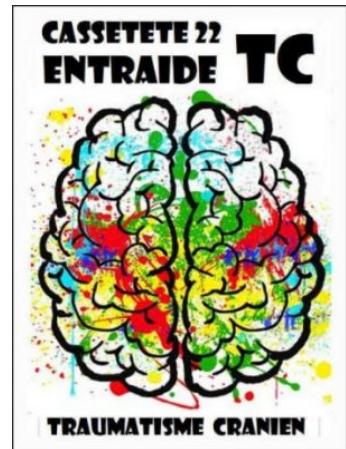
Un court document explicatif. Ces outils concernent les traumatisés crâniens légers (ou commotion cérébrale), mais également les traumatisés modérés ou graves, cérébrolésés, qui conservent des troubles cognitifs.

Invitation à consulter le document: [outils de compréhension de notre handicap invisible](#)

Ou encore le guide de l'Energie

[Le guide de l'Energie](#)

<https://www.unipsed.net/ressource/guide-de-lenergie/>



L'association cassete22 Entraide TC :

Vous ne vous sentez pas entendu ou compris quand vous parlez de votre vécu de traumatisé crânien ou cérébrolésé, ...vous voulez mieux comprendre un enfant, un conjoint....

Nous sommes un groupe de traumatisés crâniens "expérimentés" prêt à partager son expérience... forme de pair-aidance. **Pour découvrir le soutien d'Entraide TC : Le soutien d'Entraide TC en pratique**

N'hésitez pas à prendre contact, nous sommes là pour vous.