

## GUIDE DE LA CONSULTATION DE PRÉVENTION DE L'ADOLESCENT

Guide élaboré à partir des thèses de

- Manon Bedecarrax
- Julie Godfrain
- Audreys Leglise
- Morgan Rovira
- Marion Sallier
- Lucie Schmitt

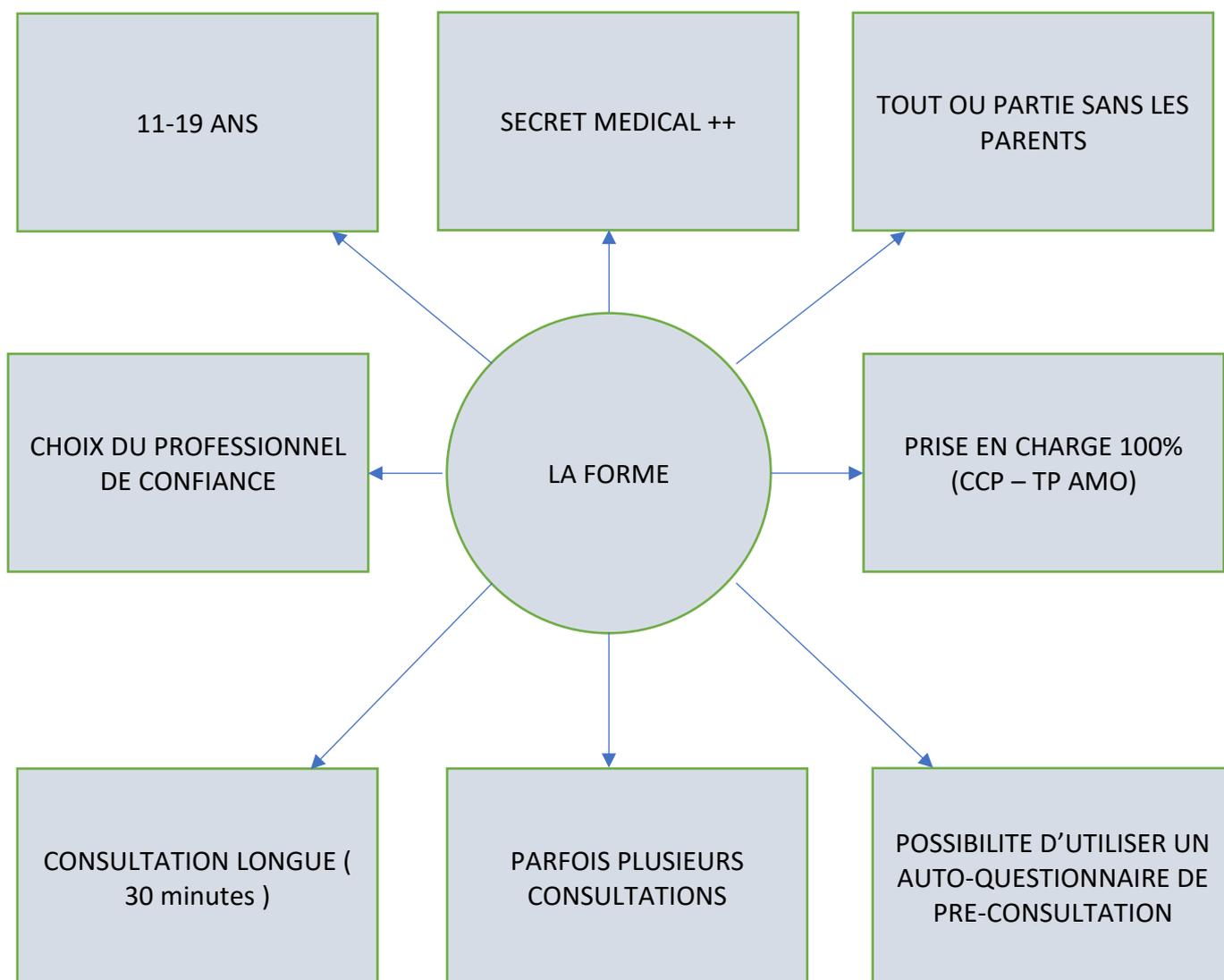
PARTIE 1 : AUTO-QUESTIONNAIRE DE PRE-CONSULTATION : en cours d'élaboration (à paraître en 2024)

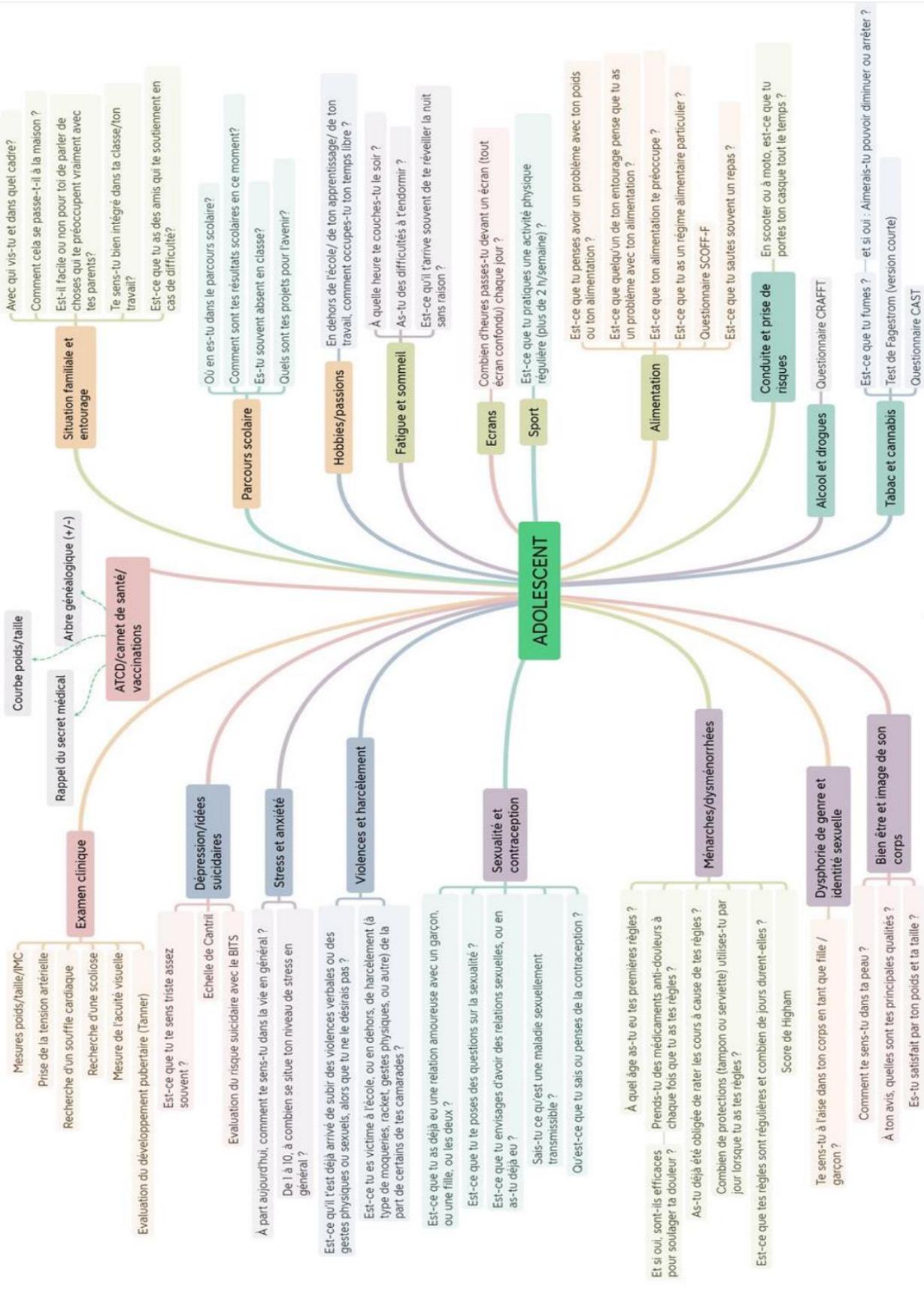
PARTIE 2 : LA FORME

PARTIE 3 : LE CONTENU

PARTIE 4 : BOITE A OUTILS

PARTIE 5 : Flyers et Affiches : en cours d'élaboration (à paraître en 2024)





On examine en secret l'« A.D.O.L.E.S.C.E.N.T. »

**A** : AMUSEMENTS : loisirs, hobbies, sport, entourage, amis

**D** : DODO : sommeil

**O** : ORIGINES : ATCD familiaux et personnels, vie de famille

**L** : LYMPHOCYTES : Vaccinations

**E** : ECOLE : Harcèlement, niveau scolaire, projets

**S** : SEXUALITE : Identité de genre, contraception, règles

**C** : CONSOMMATION : Conduites à risques, tabac, alcool, drogues

**E** : ECRANS : Jeux vidéo

**N** : NOURRITURE : TCA

**T** : « Tout va bien dans ta tête ? » : Moral, idées noires

## ECHELLE DE CANTRIL

Au sommet de l'échelle, « 10 » est la meilleure vie possible pour toi, tout en bas « 0 » est la pire vie possible pour toi.  
En général, où dirais-tu que tu te trouves sur l'échelle en ce moment ?

Coche la case en face du nombre qui décrit le mieux où tu te trouves

Appréciation plutôt positive de sa vie

- |                             |                        |
|-----------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> 10 | Meilleure vie possible |
| <input type="checkbox"/> 9  |                        |
| <input type="checkbox"/> 8  |                        |
| <input type="checkbox"/> 7  |                        |
| <input type="checkbox"/> 6  |                        |
| <input type="checkbox"/> 5  |                        |
| <input type="checkbox"/> 4  |                        |
| <input type="checkbox"/> 3  |                        |
| <input type="checkbox"/> 2  |                        |
| <input type="checkbox"/> 1  |                        |
| <input type="checkbox"/> 0  | Pire vie possible      |

## BITS TEST

thème	1 point	2 points	Score
<b>B rimades</b>	A l'école	Hors école	/2
<b>I nsomnies</b>	Fréquentes	Cauchemars	/2
<b>T abac</b>	Irrégulier	Quotidien	/2
<b>S tress</b>	Scolaire (travail) <b>OU</b> Familial	Scolaire (travail) <b>ET</b> Familial	/2
à 3 points interroger sur des idées ou actes suicidaires ou des scarifications			

### COMMENT REMPLIR MA FICHE DE SCORE DE HIGHAM ?

Chaque tableau correspond à un épisode menstruel.  
Je compte, par jour de règles, le nombre de serviettes ou de tampons utilisés me référant au schéma visuel pour juger de l'abondance des pertes.

Je note chaque jour le nombre de changes utilisés dans la ligne correspondant à l'abondance des pertes

À la fin de l'épisode menstruel, j'additionne le nombre de changes utilisés par ligne que je multiplie par le nombre de points affectés à chaque niveau  
Exemple :  
2<sup>e</sup> ligne (abondance normale)  
12 changes multiplié par 5 = 60 points

Date :		Jour de règles								Total points
Serviette ou tampon	Nombre de pts/change	1 <sup>e</sup>	2 <sup>e</sup>	3 <sup>e</sup>	4 <sup>e</sup>	5 <sup>e</sup>	6 <sup>e</sup>	7 <sup>e</sup>	8 <sup>e</sup>	
1	1			4	3					7
2	5		6	6						60
3	20		5							100
Caillots		X								
Débordement			X							167

Je juge de l'abondance des pertes selon 3 niveaux  
1 : pertes peu abondantes  
2 : pertes normales  
3 : pertes très abondantes

Je note par une croix la présence de caillots

Je note par une croix les débordements (linge lâché la nuit)

Un score supérieur à 100 points correspond à un saignement supérieur à 80 ml de sang (définition de la ménorragie).  
Un score supérieur à 150 points nécessite la prise en charge chirurgicale des ménométrorragies.

Dans cet exemple, la patiente a utilisé :  
- le 1<sup>er</sup> jour : 5 changes avec des pertes très abondantes  
- le 2<sup>e</sup> jour : 6 changes avec des pertes normales  
- le 3<sup>e</sup> jour : 6 changes avec des pertes normales  
- le 4<sup>e</sup> jour : 4 changes avec des pertes peu abondantes  
- le 5<sup>e</sup> jour : 3 changes avec des pertes peu abondantes

Document rédigé par les équipes médicales des centres de référence maladies rares FCR de l'Institut Necker et de Toulouse ainsi que l'équipe médicale du centre régional des troubles de l'hémostasie et des plaquettes de Toulouse.



### GRILLES D'ÉVALUATION DES MENSTRUATIONS À REMPLIR

Date :		Jour de règles								Total points
Serviette ou tampon	Nombre de pts/change	1 <sup>e</sup>	2 <sup>e</sup>	3 <sup>e</sup>	4 <sup>e</sup>	5 <sup>e</sup>	6 <sup>e</sup>	7 <sup>e</sup>	8 <sup>e</sup>	
Caillots										
Débordement										

Date :		Jour de règles								Total points
Serviette ou tampon	Nombre de pts/change	1 <sup>e</sup>	2 <sup>e</sup>	3 <sup>e</sup>	4 <sup>e</sup>	5 <sup>e</sup>	6 <sup>e</sup>	7 <sup>e</sup>	8 <sup>e</sup>	
Caillots										
Débordement										

Date :		Jour de règles								Total points
Serviette ou tampon	Nombre de pts/change	1 <sup>e</sup>	2 <sup>e</sup>	3 <sup>e</sup>	4 <sup>e</sup>	5 <sup>e</sup>	6 <sup>e</sup>	7 <sup>e</sup>	8 <sup>e</sup>	
Caillots										
Débordement										

## Le questionnaire de dépistage précoce CRAFFT (Questionnaire spécifique adolescents)

- 1 Etes-vous déjà monté(e) dans un véhicule (auto, moto, scooter...) conduit par quelqu'un (y compris vous) qui avait bu ou qui était défoncé ?
- 2 Utilisez-vous de l'alcool ou d'autres drogues pour vous détendre, vous sentir mieux ou pour « tenir le coup » ?
- 3 Vous est-il déjà arrivé d'oublier ce que vous avez fait sous l'emprise de l'alcool ou d'autres drogues ?
- 4 Consommez-vous de l'alcool ou d'autres drogues quand vous êtes seul ?
- 5 Avez-vous déjà eu des problèmes en consommant de l'alcool ou d'autres drogues ?
- 6 Vos amis ou votre famille vous ont-ils déjà dit que tu devrais réduire votre consommation d'alcool et d'autres drogues ?

**2 réponses positives (ou plus) sont évocatrices d'une consommation nocive.**

## Détection des TCA-Test rapide SCOFF (1, 2)

- 1- Vous êtes vous déjà fait vomir parce que vous ne vous sentiez pas bien « l'estomac plein » ?
- 2- Craignez-vous d'avoir perdu le contrôle des quantités que vous mangez ?
- 3- Avez-vous récemment perdu plus de 6 kilos en moins de trois mois ?
- 4- Pensez-vous que vous êtes trop gros(se) alors que les autres vous considèrent comme trop mince ?
- 5- Diriez-vous que la nourriture est quelque chose qui occupe une place dominante dans votre vie ?

Analyse du résultat : deux réponses positives ou plus révèlent un possible trouble du comportement alimentaire et donc la nécessité de consulter un professionnel de la santé.

1- Luck A.J. and coll., The SCOFF questionnaire and clinical interview for eating disorders in general practice: comparative study, B.M.J., 325: 755-6, october 2002.

2- Garcia F.D. and al., Detection of eating disorders in patient : validity and reliability of the French version of the SCOFF questionnaire, Clinical Nutrition, Volume 30, Issue 2, , Pages 178-181, April 2011 .

## Questionnaire CAST (Cannabis)

1. Avez-vous déjà fumé du cannabis avant midi ?
2. Avez-vous déjà fumé du cannabis lorsque vous étiez seul(e) ?
3. Avez-vous déjà eu des problèmes de mémoire quand vous fumez du cannabis ?
4. Des amis ou des membres de votre famille vous ont-ils déjà dit que vous devriez réduire votre consommation de cannabis ?
5. Avez-vous déjà essayé de réduire ou d'arrêter votre consommation de cannabis sans y parvenir ?
6. Avez-vous déjà eu des problèmes à cause de votre consommation de cannabis (dispute, bagarre, accident, mauvais résultat à l'école, etc.) ?

→ Deux réponses positives au test doivent amener à s'interroger sérieusement sur les conséquences de la consommation.

# Le harcèlomètre

pour apprendre à repérer les comportements violents et malsains

## Ce camarade / cette personne :

Respecte mes goûts, mes besoins, mes choix

Me permet d'être à l'aise quand je suis avec lui.elle

Est content.e pour moi lorsque je me sens épanoui.e

Est passif, ne réagit pas lorsque j'ai besoin d'aide

Me critique et me juge en permanence

M'exclut, me met volontairement à l'écart

Se moque de moi, me donne des surnoms méchants

Lance des rumeurs sur moi

Publie des choses qui me rabaisent sur les réseaux sociaux

Me force à faire des choses dont je n'ai pas envie, me fait du chantage, me menace

Me fait des coups bas, m'humilie en public, m'insulte

Me vole, me détériore et/ou me rackette mes affaires

Me bouscule violemment, me frappe, m'agresse sexuellement

### Ce comportement est sain

Vous vous **respectez** l'un et l'autre. Même s'il vous arrive de vous disputer, tu n'as pas peur.

### Ce comportement est inacceptable

Ce qu'il se passe n'est pas normal et tu n'as pas à le supporter. Ce n'est pas non plus de ta faute.

Si au moins l'un de ces comportements se répète, tu es victime de **harcèlement**.

Cette situation peut changer et tu peux te faire aider.

**Ne reste pas seul.e !** Cela pourrait avoir de graves répercussions sur ta santé et ta scolarité.



### **Pour te faire aider :**

- **En parler** à un adulte de confiance
- Appeler le N°vert "Non au harcèlement" : **3020**

Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 20h et le samedi de 9h à 18h (sauf les jours fériés)

Stade	Organes génitaux externe de l'homme	Pilosité faciale de l'homme	Pilosité pubienne de l'homme	Pilosité axillaire	Pilosité pubienne de la femme	Développement mammaire	
1		0					Enfance
2		+					
3		++					Puberté
4		+++					
		++++					Âge adulte

#### NUMEROS UTILES

##### Addiction

> Tabac Info Service : 39 89

> Drogues Info Service : 0820 23 13 13 depuis un poste fixe 01 70 23 13 13 à partir d'un portable

> Écoute Cannabis : 0811 91 20 20

> Écoute Alcool : 0811 91 30 30

##### Santé des jeunes

> Fil Santé Jeunes : 3224

> Service public dit « Allô enfance maltraitée » : 119

##### Sexualité, contraception, VIH

> Écoute Sexualité Contraception : 0 800 803

> Ligne Azur : 0810 20 30 40

> Sida Info Service : 0 800 840 800 6

##### Santé mentale

> Suicide Écoute : 01 45 39 40 00

> SOS Suicide Phénix : 0825 120 364

##### Violences

> Violences conjugales Info : 3919

> Jeunes violences écoute : 0800 20 22 23

##### Illettrisme

> Illettrisme et solidarité 0 802 34 35 36