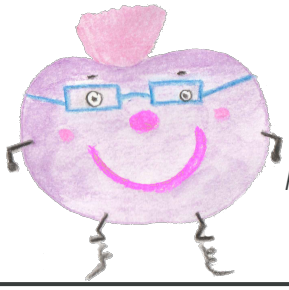
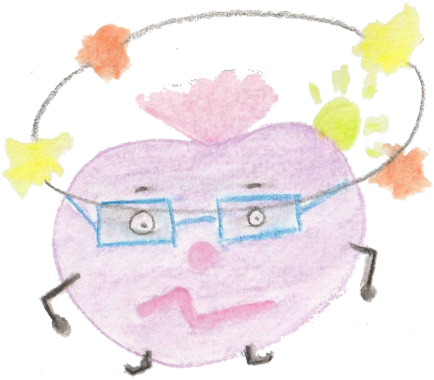
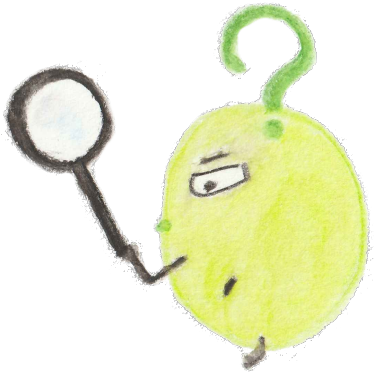


Le traumatisme crânien léger-modéré expliqué aux enfants

Par Jijie Faigribouillette, ses deux filles, Agathe et Eloïse, et avec l'aide de Jean-Philippe



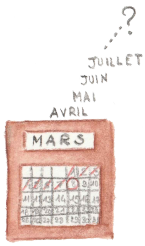
Une lourde brioche tombe sur la tête de Totofe : Catastrophe… !
Totofe est étourdie, flotte, ne va pas bien, mais dit que ça va passer. Mais non, ça ne va pas mieux…



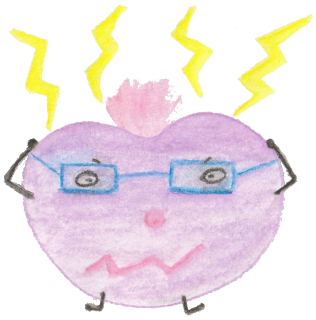
Le médecin cherche partout mais ne voit rien. C'est normal, la blessure est cachée dans la tête. Elle ne se voit pas. Les examens sont normaux, c'est bien, ça veut dire que Totofe ne va pas mourir.

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…



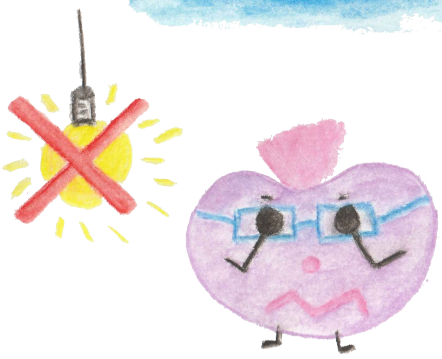
…surtout en dormant.
Alors le médecin demande à Totofe de bien se reposer, d'être patiente pour laisser le temps à la blessure cachée de se réparer.



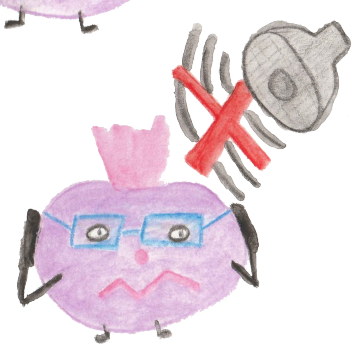
Au début, Totofe est tout le temps fatiguée.

Elle a mal à la tête.

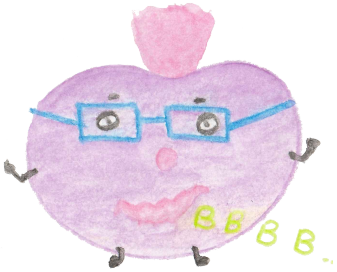
Elle a envie de vomir. Elle a l'impression que le sol bouge comme si elle était sur un bateau. On dirait qu'elle va tomber quand elle est debout.



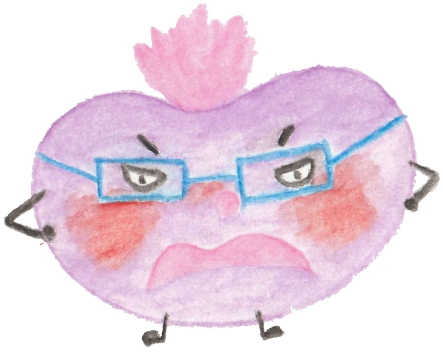
Elle préfère quand il fait sombre.



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.

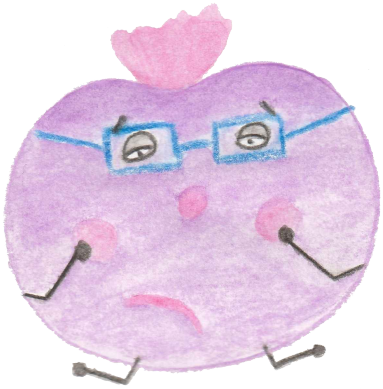


Quand elle ne se sent vraiment pas très bien, elle n'a plus de patience. Tout l'énerve, alors elle peut se fâcher très très fort.

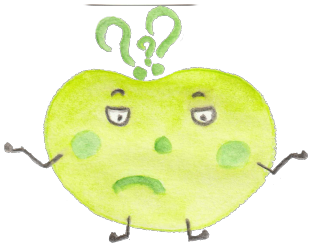
Ses enfants n'aiment pas ça, elle non plus, ça la rend triste, même si elle ne le fait pas exprès.

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.

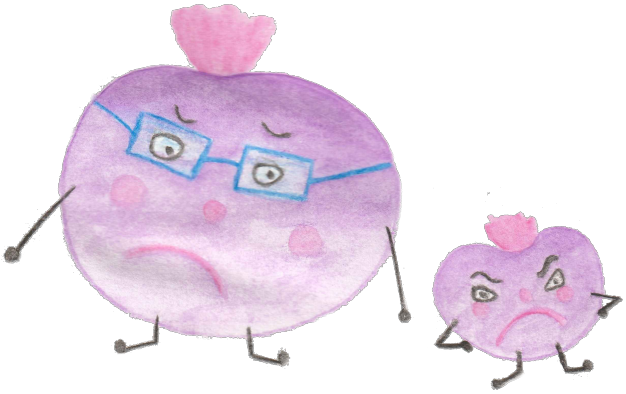
Pauvre Totofe ! Elle n'a pas d'autres choix que de se reposer. Ses enfants et son amoureux sont tristes et inquiets de la voir comme ça.
Est-ce qu'elle va guérir ?
Est-ce qu'elle va redevenir la même maman qu'avant ?



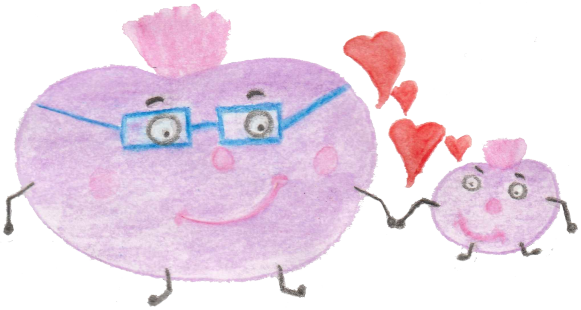
Tout le monde dit qu'il faut être patient. Ca veut dire que Totofe doit attendre longtemps, longtemps...
Et c'est vrai !
Il faut attendre plusieurs semaines de repos pour que son cerveau se répare et fonctionne un peu mieux. Et hop hop hop... Petit à petit, Totofe peut un peu plus profiter de ses journées.



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.

P'tits docs

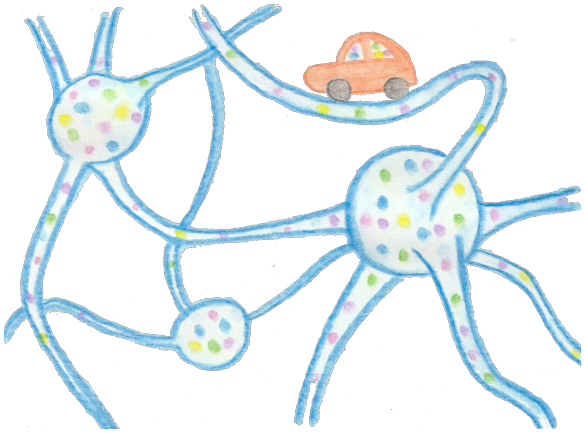
Pour bien comprendre...

...le cerveau quand tout 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.

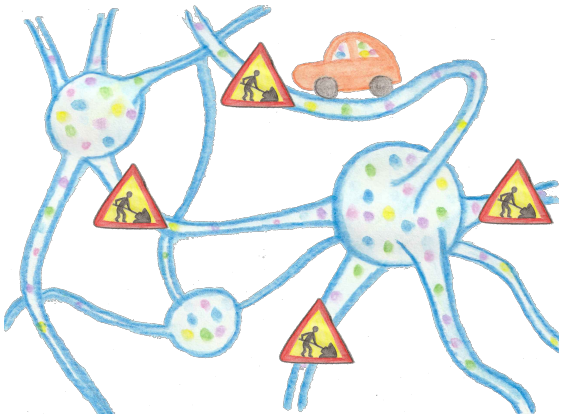


Il faut aussi imaginer que, dans notre cerveau, les petites billes se déplacent sur des autoroutes. Elles vont très vite pour dire à notre corps ce qu'il faut faire.

P'tits docs

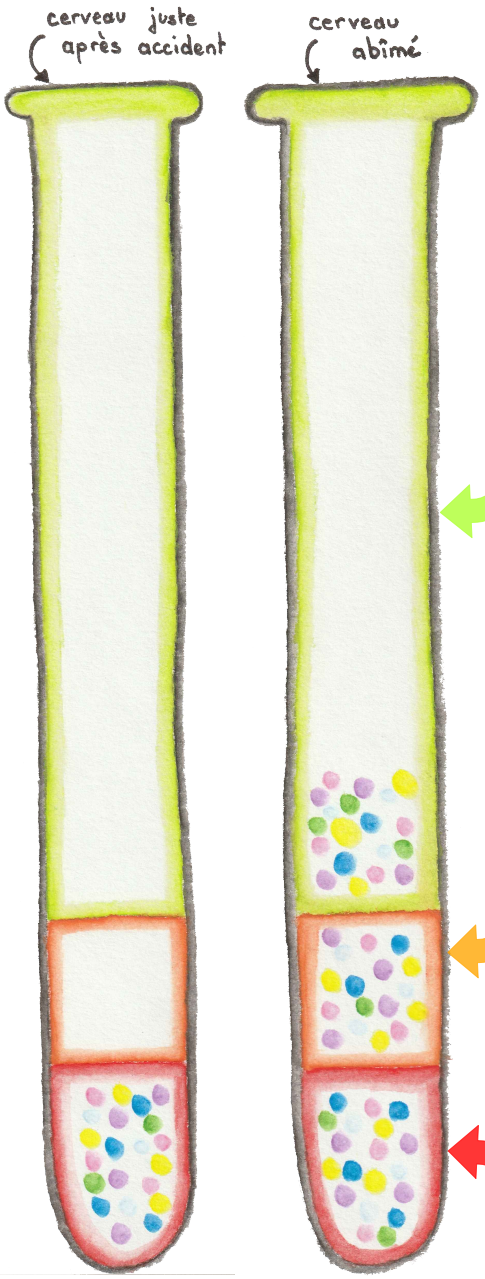
Pour bien comprendre...

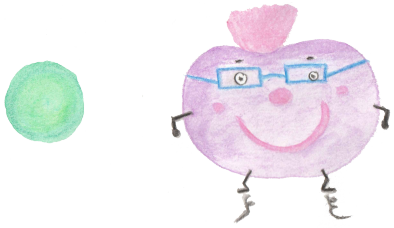
...le cerveau quand il doit se réparer.



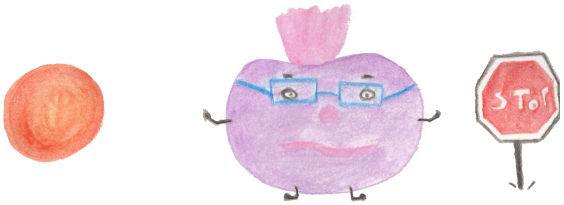
Quand la brioche est tombée sur la tête de Totofe, son cerveau a été blessé.
Des routes ont été abîmées, d'autres ont été détruites. Les petites billes sont maintenant obligées de passer par des petits chemins et de rouler doucement. Le cerveau doit réparer les grosses routes et les travaux prennent 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...

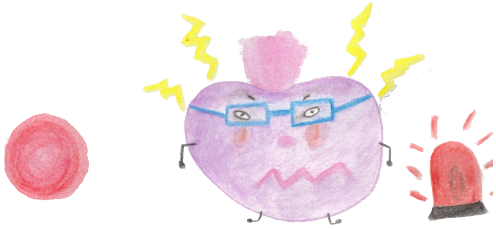




Quand il y a des billes jusque dans la zone verte, Totoffe se sent bien, on dirait qu'elle est comme avant.



Quand il y a des billes jusque 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.

Pourquoi ce document ?

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.

Jjie Faigribouillette

Un petit dessin spécial pour les enfants

de la part de ma grande fille

Agathe, 10 ans