

## 7 conseils pratiques pour réussir un traitement par cache-œil

# D'autres sont passés par là...

Devoir porter un cache-œil pour des raisons médicales est une expérience qui n'est pas toujours facile pour les enfants et cela peut être éprouvant pour les parents...

## **Quoi faire ? Comment réagir ?**

En tant que parents, nous souhaitons la réussite complète du traitement de notre enfant, mais malheureusement, nous ne savons pas toujours quelles sont les meilleures façons de s'y prendre.

## **La solution**

Bien entendu, d'autres sont passés par là avant nous et ont réussi leur traitement d'occlusion. La meilleure façon pour y arriver, c'est d'apprendre de leur expérience et de leurs bons coups.

Nous avons sélectionné les meilleures astuces pour vous faciliter la vie et rendre la période du traitement plus agréable.

Bonne lecture!



# 1. Mettez toutes les chances de votre côté !

**« Les bons outils font les bons ouvriers »**

*Proverbe français*

Le cache-œil DrPatch est conçu pour faciliter le traitement pour l'enfant, en étant à la fois joli et confortable.

Notre objectif est d'offrir un cache-œil efficace tout en rendant l'expérience aussi agréable que possible pour l'enfant en nourrissant son estime de soi.

**Visitez le site [drpatch.com](http://drpatch.com) pour lire les témoignages des parents satisfaits de notre cache-œil.**

« Votre produit est juste génial!!! **Fini les crises et la peau irritée autour de l'œil!** C'est tellement léger qu'il ne s'en rend même plus compte!!! Que du Bonheur!!! :) »

Alexandra Arbour



**Dr  
Patch  
.ca**

## 2. On ne fait rien pour rien

**« Le meilleur moyen de se préparer à atteindre un objectif, c'est de s'imaginer qu'on l'a déjà atteint. »**

Dominique Glocheux

C'est en gardant les yeux rivés sur la ligne d'arrivée que nous arrivons à endurer les difficultés.

Expliquez clairement à votre enfant pourquoi il doit cacher son œil et assurez-vous qu'il comprenne bien afin qu'il soit motivé et engagé dans son traitement.

### **Trucs :**

- Demandez-lui régulièrement pourquoi il porte un cache-œil.
- Si quelqu'un demande pourquoi il porte un cache-œil, encouragez-le à répondre par lui-même.
- Faites lui faire un dessin ou écrire une histoire expliquant pourquoi il porte un cache-œil.
- Demandez-lui de vous décrire toutes les choses qu'il fera lorsque sa vision sera rétablie.

# 3. Progresser donne envie de continuer

**« La vie, c'est comme une bicyclette, il faut  
avancer pour ne pas perdre l'équilibre. »**

*Albert Einstein*

Le fait de rester positif contribue à alimenter la motivation.

« Progresser vers nos objectifs nous rend heureux. Ce qui est intéressant est que les émotions positives ont le potentiel de motiver les comportements axés vers ces objectifs. [...] Il est facile de voir que si vous “activez la pompe” en faisant un peu de progrès vers votre objectif, le bien-être ressenti augmente les chances d'agir et de progresser davantage. »

Timothy A. Pynchyl, Ph. D

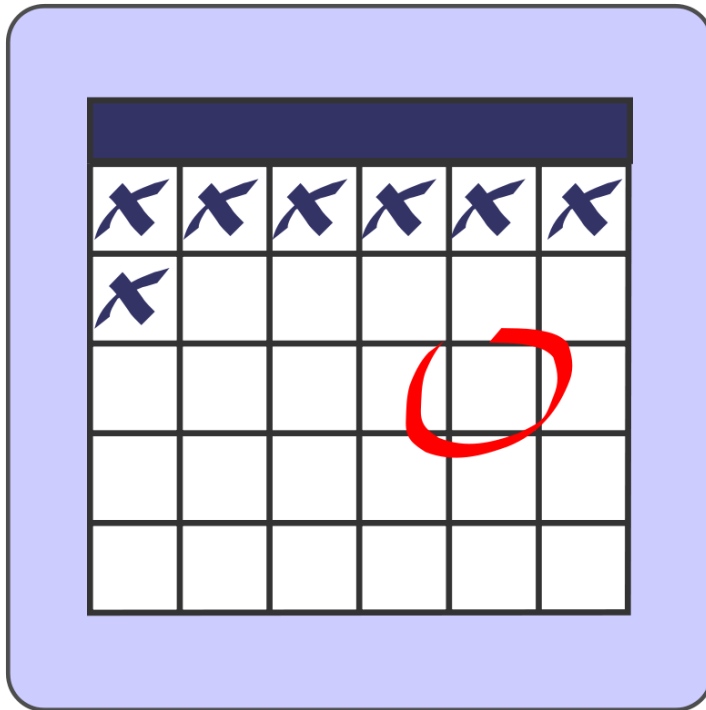
Notez les progrès de votre enfant, rappelez-lui régulièrement qu'il avance dans la bonne direction, que ses efforts commencent à porter leurs fruits et il sera plus enclin à continuer !

<http://www.psychologytoday.com/blog/dont-delay/200806/goal-progress-and-happiness>



# BONUS !

## Promettez une récompense



*Avoir un objectif clair et avoir l'impression de s'en approcher peut représenter une grande source de motivation !*

*Une façon concrète d'y arriver est de fixer un objectif réalisable et de promettre une surprise ou une sortie spéciale lorsque le but sera atteint.*

# 4. Instaurez une routine

**« La motivation vous sert de départ.  
L'habitude vous fait continuer. »**

*Jim Ryun*

Comme vous le savez, la routine est très importante pour un enfant. Pour les choses un petit peu moins agréables comme ranger ses jouets, faire ses devoirs... et porter son cache-œil, c'est encore plus important!

## **3 avantages d'instaurer une routine selon Dre Laura Markham :**

- Une routine élimine les jeux de pouvoir entre le parent et l'enfant.
- Une routine aide l'enfant à coopérer à son traitement.
- Une routine permet à l'enfant de devenir plus autonome et responsable.

*Voici 3 trucs simples pour établir une routine pour le port du cache-œil...*





- 1. Associez le port du cache-œil à une routine préexistante.**

Exemples : tout de suite après l'école, tout de suite après le repas ou suite au brossage de dents, etc.

- 2. Ne faites pas d'exception, surtout au début du traitement.**

Une exception mène à une autre... Rappelez-vous qu'une habitude prend plus de 30 jours à s'intégrer. Soyez persévérant.

- 3. Restez positif quoi qu'il arrive.**

Peu importe la réaction de l'enfant, il faut apprendre à rester calme et positif. Soyez empathique, mais maintenez le règlement.



# 5. Organisez une fête de pirates !

- *Soit c'est du génie, soit c'est de la folie.*
- *Ce qui est le plus marrant, c'est que le plus souvent, ces deux choses vont ensemble.*

*Pirates des Caraïbes*

Pour encourager votre enfant à porter son cache-œil, deux choses sont plus importantes que tout :

- Rendre le traitement amusant.
- Faire sentir à l'enfant qu'il n'est pas « différent ».

Il n'y a pas de meilleure façon d'accomplir ces deux objectifs qu'en organisant une fête d'enfants... de pirates!



# 6. Distraindre... de quoi déjà ?



**« La vie est une perpétuelle distraction qui ne vous laisse même pas prendre conscience de ce dont elle distrait. »**

*Franz Kafka*

Comment fait-on pour que l'enfant oublie son nouveau jouet bruyant qui nous perce les tympans ? En attirant son attention vers autre chose !

Avec un cache-œil, c'est la même chose, il faut distraire l'enfant pour éviter une fixation sur le cache-œil. C'est aussi le moment idéal pour passer du temps de qualité avec lui.



- Lui lire une histoire.
- Faire jouer son film préféré.
- [L'encourager à dessiner et colorier.](#)
- Lui accorder un temps pour ses jeux vidéo.
- Aller faire une promenade avec lui.

Faites preuve d'imagination !

# 7. Informez les intervenants

**« Il faut tout un village pour élever un enfant »**  
*Proverbe africain*

Que ce soit à la maison, à la garderie ou à l'école, il est essentiel d'avoir la collaboration de tous et de travailler en équipe au succès du traitement de votre enfant.



## **Suggestions :**



- Partagez les conseils qui suivent à la famille proche afin que tous puissent agir dans le meilleur intérêt de l'enfant.
- Demandez à l'enseignant ou à l'intervenant en garderie d'expliquer aux élèves de la classe pourquoi votre enfant doit porter un cache-œil.
- Assurez-vous d'informer les surveillants à l'école si votre enfant doit porter son cache-œil durant les récréations et sur l'heure du diner.

# Sarah porte son cache-œil à l'école...

« Notre enfant qui souffre d'amblyopie et de strabisme a trouvé le cache-œil à occlusion totale confortable et appréciait beaucoup pouvoir choisir ses collants sur la lunette. Elle a également aimé que son enseignante lise le livre de conte à ses camarades de classe. Notre enfant n'a pas été confronté à de l'intimidation de la part des autres élèves. Elle a plutôt eu droit à des applaudissements quand l'enseignante a annoncé que le temps du port du cache-œil diminuait. »



*Psy.D. Psychologue jeunesse*

# Restons en contact!

*Et voilà!*

*Vous connaissez maintenant nos 7 meilleurs conseils pour encourager votre enfant à rester motivé et engagé dans son traitement.*

*Pour la suite, n'hésitez pas à joindre la communauté DrPatch sur les réseaux sociaux :*



*Nous vous souhaitons le meilleur des succès!*

**Lyse-Anne Roy, Fondatrice**  
*info@drpatch.ca*

