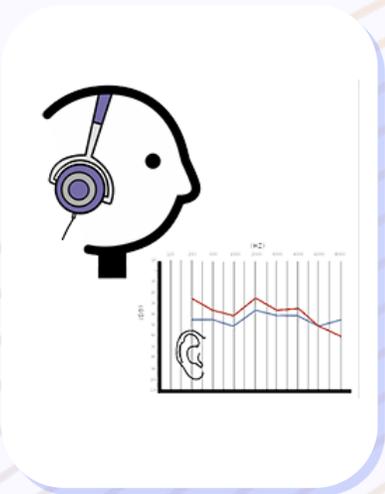
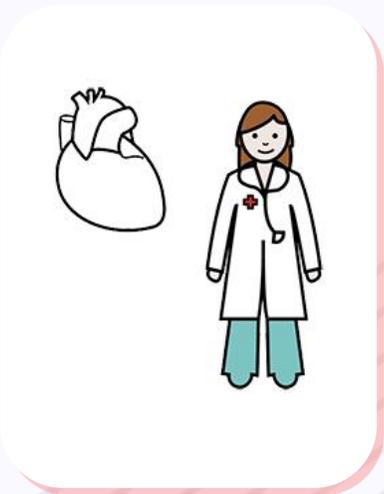
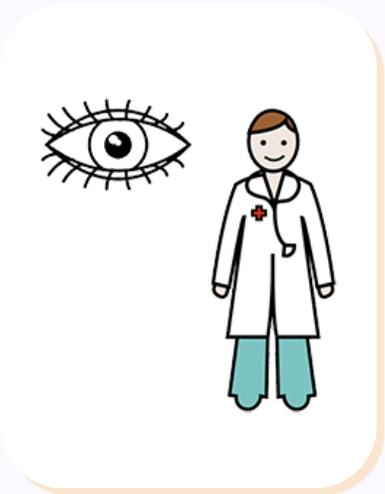


Mon livret pour le docteur



Quel docteur?

Entoure l'image





Notes pour préparer le rendez-vous

Mes progrès

Croissance, alimentation, langage, comportements, motricité, apprentissages, sommeil, vision, audition, puberté, autonomie, vie sociale, pieds, douleurs,...

Mes inquiétudes

Croissance, alimentation, langage, comportements, motricité, apprentissages, sommeil, vision, audition, puberté, autonomie, vie sociale, pieds, douleurs,...

Mes demandes lors du rendez-vous

Conseils, ordonnances, documents administratifs à remplir...



Astuces pour mieux vivre le rendez-vous

Ce qui m'inquiète

- ✓ Qu'on me parle fort
- ✓ Qu'on ne s'adresse pas à moi directement
- ✓ Qu'on me donne plusieurs consignes en même temps
- ✓ Attendre longtemps avant le rendez-vous
- ✓ Autre :
.....

Mes réactions possibles

- ✓ Poser beaucoup de questions
- ✓ Faire des câlins
- ✓ Ouvrir les tiroirs
- ✓ Toucher le matériel
- ✓ Crier
- ✓ Me rouler par terre
- ✓ M'enfuir
- ✓ Mordre
- ✓ Taper
- ✓ Me renfermer
- ✓ Faire mon intéressant(e)
- ✓ Autre :
.....

Ce qui me rassure

- ✓ S'adresser à moi directement :
je comprends mieux que je ne m'exprime
- ✓ Me parler normalement
- ✓ Répondre à mes questions
- ✓ Me donner une consigne à la fois
- ✓ Me faire des compliments, applaudir
- ✓ Connaitre votre prénom
- ✓ Garantir un cadre calme et serein
- ✓ Me parler de ma chanson / héros /
animal préféré(e)s :
.....
- ✓ Diffuser ma musique préférée :
.....
- ✓ Autre :

Pour y penser

Pédiatre

Tous les 6 mois jusqu'à 3 ans

Tous les ans ensuite

- Prise de sang annuelle à la même période de l'année pour Thyroïde, fer, numération, Maladie Cœliaque
- Radio Rachis/cervicale tous les 5 ans
- Troubles/Maladies associé(e)s : TSA, TDAH, diabète, épilepsie
- Troubles podologiques
- Besoins de rééducation (psychomotricité, orthophonie, Kiné)
- Croissance / Poids
- Moral / bien-être
- Activité physique/Sport
- Bien être familial

Cardiologue

Tous les 5 ans en l'absence de malformation

Ophtalmologue

Tous les ans

ORL

Tous les ans

- Audiométrie
- Végétation
- Syndrome d'apnée du sommeil

Dentiste

Tous les ans

Généticien

Tous les 5 ans puis
tous les ans à partir de 18 ans





Bien-être familial

L'important est de ne pas rester seul.
Des solutions existent pour échanger
et se reposer. N'hésitez pas à prendre
contact !

Pour se préparer

Santé BD :

<https://santebd.org/>

Sparadrap :

<https://www.sparadrap.org/>

Nous contacter

Par courrier à l'adresse : "Rien qu'un chromosome en +"

87 bis bd François Mitterrand, 44800 Saint Herblain

Par téléphone au : 06 31 11 51 18

Par courriel : rienquunchromosomeenplus44@gmail.com