THE BALANCE

TDAH chez l’adulte

Traitement privé

Un guide pour les personnes et leurs proches

Des soins consacrés à un seul client à la fois

Majorque, Zurich, Londres
Soins résidentiels individuels

Français / Septembre 2026

01 / CE QU'IL FAUT SAVOIR AVANT LE TRAITEMENT

Ce qu'il faut savoir avant le traitement

01 Le diagnostic du TDAH adulte repose sur un schéma développemental persistant, son retentissement dans plusieurs contextes et l'exclusion d'autres explications possibles.

02 La prise en charge peut associer information, aménagements organisationnels, psychothérapie ou coaching, traitement des troubles concomitants et médicaments prescrits avec une surveillance adaptée.

03 Un séjour résidentiel se justifie surtout face à une présentation complexe et un objectif clinique précis, le TDAH isolé relevant généralement des soins ambulatoires.

Un seul client

Une résidence privée et une équipe organisées autour de vous.

Soins coordonnés

Les disciplines cliniques suivent un même plan individuel.

Continuité

Les prochaines étapes sont envisagées tout au long du traitement.

02 / COMPRENDRE VOS BESOINS

Comprendre vos besoins

Comprendre le TDAH chez l’adulte

Le TDAH est un trouble du neurodéveloppement caractérisé par des schémas persistants d’inattention et/ou d’hyperactivité-impulsivité, apparus au cours du développement, présents dans les contextes pertinents et responsables d’une altération du fonctionnement. Le diagnostic chez l’adulte exige davantage que des difficultés actuelles de concentration.

Comment le TDAH chez l’adulte peut se manifester

Les manifestations à l’âge adulte peuvent être moins visiblement hyperactives que ne le suggèrent les stéréotypes de l’enfance. Les difficultés peuvent être masquées par des assistants, des efforts intenses, un travail guidé par les crises ou des environnements très structurés.

• Difficulté à maintenir son attention sur des tâches importantes mais qui n’apportent pas de gratification immédiate

• Perte fréquente de la notion du temps, omission de détails, désorganisation ou suivi irrégulier

• Décisions, paroles, dépenses, conduite, usage de substances ou comportements relationnels impulsifs

• Agitation, fébrilité intérieure ou besoin de stimulation constante

• Périodes de concentration intense sur certains centres d’intérêt, avec difficulté à déplacer son attention

• Dépendance à l’urgence, à la peur, aux assistants ou à des systèmes complexes pour accomplir ses responsabilités

• Réactivité émotionnelle et frustration nécessitant une évaluation différentielle

• Schéma ancien présent dans le cadre des études, à la maison, au travail et dans les relations, plutôt qu’un déclin récent isolé

La réussite extérieure n’exclut pas le TDAH, mais elle ne le prouve pas non plus. L’évaluation doit montrer comment les symptômes se sont développés et ont entraîné une altération du fonctionnement dans différents contextes et au fil du temps.

03 / UNE ÉVALUATION AVANT TOUTE RECOMMANDATION

Une évaluation avant toute recommandation

L’évaluation associe un entretien clinique, les antécédents développementaux et fonctionnels, des mesures validées lorsque cela est approprié, des informations complémentaires ou des dossiers lorsqu’ils sont disponibles, ainsi qu’un examen des explications alternatives. Les tests informatisés ne devraient pas, à eux seuls, être présentés comme diagnostiques.

Symptômes durant l’enfance, bulletins scolaires, observations de la famille et fonctionnement précoce

Attention, impulsivité, organisation, activité et retentissement actuels dans différents contextes

Sommeil, voyages, charge de travail, usage du numérique, douleur, santé physique et médicaments

Objectifs, soutiens pratiques, consentement à la collecte d’informations complémentaires et accès continu à un prescripteur



Sécurité et cadre approprié

Un épisode maniaque aigu, une psychose, une dépression sévère, une intention suicidaire, un usage dangereux de substances ou une instabilité médicale nécessitent le cadre d’urgence ou spécialisé approprié. Ces situations ne devraient pas être attribuées au TDAH sans évaluation. Les médicaments réglementés, les prescriptions internationales, les voyages, le stockage et la continuité des soins peuvent impliquer des exigences légales et médicales propres à chaque lieu. Celles-ci doivent être confirmées plutôt que promises.

04 / DES SOINS CONSTRUITS AUTOUR DE VOUS

Des soins construits autour de vous

La prise en charge du TDAH peut inclure une information, des changements environnementaux et organisationnels, une psychothérapie ou un coaching axés sur les compétences, le traitement d’affections concomitantes et, lorsque cela est indiqué, des médicaments prescrits par un prescripteur autorisé.

Clarifier les difficultés ciblées et la manière dont elles interagissent avec les exigences actuelles Rétablir le sommeil et traiter l’anxiété, l’humeur, les traumatismes, les substances ou les facteurs médicaux

Concevoir des systèmes réalistes pour le temps, les tâches, la communication et la prise de décision Réduire le recours à la crise, à la honte et à la pression de dernière minute comme stratégies d’activation

Examiner l’indication du médicament, ses bénéfices, ses effets indésirables, le risque de mésusage et la surveillance Coordonner les soutiens professionnels et familiaux sans supprimer toute autonomie

Mettre en place des routines qui perdureront hors d’un cadre intensif Identifier le prescripteur et le soutien à long terme avant la transition

Un cadre résidentiel peut temporairement structurer l’attention, mais ne prouve pas que les stratégies fonctionneront à domicile. Les médicaments ne constituent pas un test diagnostique, et les stimulants exigent une évaluation attentive, en particulier en présence d’un risque d’addiction ou de trouble bipolaire.

De l’évaluation à un projet partagé

La recommandation précise le cadre proposé, les priorités, l’équipe et le rythme, ainsi que les modalités de réévaluation avec vous.

05 / L’EXPÉRIENCE DES SOINS

L’expérience des soins

Majorque, Zurich, Londres partagent le modèle de soins résidentiels individuels de THE BALANCE. Une résidence est réservée à un seul client, avec chef et coordinateur personnel dédiés. Les soins, les activités et le programme sont adaptés à vos besoins.



Un lieu privé pour faire une pause

Espace personnel, coordination discrète et rythme quotidien adapté aux besoins cliniques.

Des soins qui laissent place au rétablissement

Les rendez-vous individuels alternent avec le repos, les repas, le mouvement et le temps nécessaire pour assimiler l’expérience.

Soutien pratique

Un responsable personnel des soins aide à coordonner les rendez-vous et les besoins du quotidien.

Images de l’équipe et de la résidence issues du guide d’admission de THE BALANCE. La résidence est confirmée individuellement.

Majorque

Soins et activités individuels dans une résidence réservée à un seul client.

Zurich

Soins et activités individuels dans une résidence réservée à un seul client.

Londres

Soins et activités individuels dans une résidence réservée à un seul client.

06 / DE L’ÉVALUATION À LA VIE QUOTIDIENNE

De l’évaluation à la vie quotidienne

01

Un échange confidentiel

Les admissions écoutent votre situation et expliquent l’examen clinique.

02

Évaluation et recommandation

L’équipe considère l’adéquation, les priorités, le cadre et le plan individuel.

03

Traitement personnalisé

Les soins sont réévalués et adaptés à l’évolution de vos besoins et capacités.

04

Transition et continuité des soins

Une transmission relie le traitement aux personnes, habitudes et soutiens nécessaires à domicile.

Préparer le retour chez soi

Le soutien au TDAH doit pouvoir fonctionner dans l’environnement réel. Le plan peut inclure un prescripteur, un thérapeute ou un coach, des systèmes de gestion des tâches et de calendrier, la protection du sommeil, des mesures de prévention liées aux substances, les rôles de la famille ou du personnel, ainsi qu’une évaluation de l’efficacité au fil du temps. Les progrès peuvent inclure un suivi plus fiable, un contrôle des impulsions plus sûr, une diminution du travail guidé par les crises, de meilleures relations et des systèmes qui soutiennent l’attention sans nécessiter un sauvetage externe constant.

07 / ENVISAGER LA PROCHAINE ÉTAPE

Envisager la prochaine étape

Le TDAH peut-il être diagnostiqué pour la première fois à l'âge adulte ?

Oui, mais l'évaluation devrait établir un schéma développemental et une altération du fonctionnement, et non uniquement des difficultés récentes de concentration.

Un questionnaire suffit-il pour diagnostiquer un TDAH ?

Non. Les outils de dépistage peuvent soutenir l'évaluation, mais ne remplacent pas les antécédents cliniques, le diagnostic différentiel, l'examen du retentissement ni les informations complémentaires ou les dossiers lorsque cela est approprié.

L'épuisement professionnel ou un traumatisme peuvent-ils ressembler au TDAH ?

Oui. Le manque de sommeil, le stress chronique, les traumatismes, l'anxiété, la dépression, le trouble bipolaire, les substances et les facteurs médicaux peuvent ressembler à des difficultés attentionnelles ou les aggraver.

La réponse à un médicament prouve-t-elle un TDAH ?

Non. La réponse à un stimulant ou à un autre médicament ne constitue pas un test diagnostique. Les médicaments nécessitent uneun prescripteur autorisé et un suivi approprié.

Commencez par un échange

Échangez en privé avec les admissions sur votre situation et les possibilités. Une demande d'information ne vous engage à rien.

+41 44 500 5111

admissions@thebalance.clinic

Page complète sur cette condition

Si vous-même ou une autre personne êtes en danger immédiat, contactez les services d'urgence locaux. N'attendez pas une admission habituelle ou un déplacement.

Informations générales ; les soins individuels sont définis après évaluation.