À QUEL MOMENT FAUT-IL S'INQUIÉTER ?

Si votre enfant est gêné pour respirer ou s'il a des difficultés pour manger ou téter, consultez rapidement votre médecin habituel.

Il examinera votre enfant à la recherche de signes de gravité et prescrira les soins nécessaires. Dans certains cas, des séances de kinésithérapie respiratoire pourront être prescrites.

Il est préférable de se rendre rapidement aux urgences si l'enfant se trouve dans un des cas suivants :

- Il est âgé de **moins de six semaines.**
- Il s'agit d'**un ancien prématuré âgé de moins de trois mois.**
- Il a déjà **une maladie respiratoire ou cardiaque** identifiée.
- Il boit moins de la moitié de ses biberons **à trois repas consécutifs.**
- **Il vomit systématiquement.**
- **Il dort en permanence,** ou au contraire, **pleure de manière inhabituelle** et ne peut s'endormir.

L'hospitalisation est très rarement nécessaire.

QUELS SONT LES BONS GESTES SI L'ENFANT EST MALADE ?

- **Suivre les soins et les traitements** prescrits par le médecin.
- **Lui nettoyer le nez au moins 6 fois par jour** avec du sérum physiologique, en particulier avant de lui donner à boire ou à manger.
- **Lui donner régulièrement de l'eau** à boire pour éviter la déshydratation.
- **Fractionner ses repas** (lui donner à manger plus souvent et en plus petites quantités).
- **Bien aérer** toutes les pièces du logement (particulièrement la pièce où il dort).
- **Ne pas trop le couvrir.**
- **Continuer à le coucher sur le dos à plat.**
- **Ne jamais fumer près de lui.**

Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
MINISTÈRE CHARGÉ DE LA SANTÉ

SÉCURITÉ SOCIALE l'Assurance Maladie

Santé publique France

AUSTRALIE - R.C.S. Paris B 378 899 363. 313-19416-DE

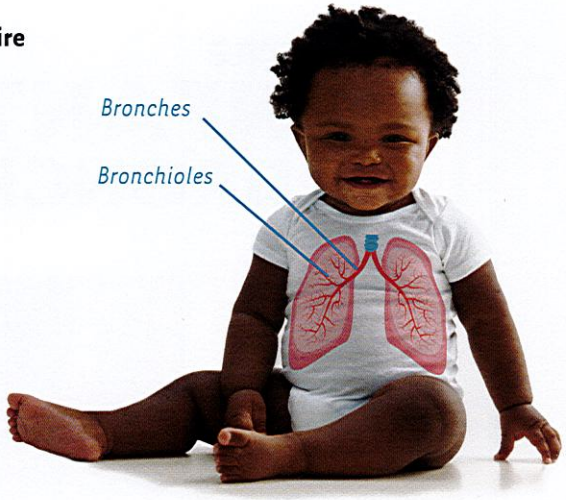
VOTRE ENFANT ET LA BRONCHIOLITE

Ne laissons pas les virus nous gâcher l'hiver

LA BRONCHIOLITE QU'EST-CE QUE C'EST ?

La bronchiolite est une maladie respiratoire très fréquente chez les nourrissons et les enfants de moins de deux ans.
Elle est due le plus souvent à un virus appelé Virus Respiratoire Syncytial (VRS) qui touche les petites bronches.

- La bronchiolite débute par un simple rhume (nez bouché ou qui coule) et l'enfant tousse un peu. Puis, la toux est plus fréquente, la respiration peut devenir sifflante.
- L'enfant peut être gêné pour respirer et avoir du mal à manger et à dormir. Il peut avoir de la fièvre.
- Dans la majorité des cas, la bronchiolite guérit spontanément au bout de 5 à 10 jours mais la toux peut persister pendant 2 à 4 semaines.



Les épidémies de bronchiolite débutent généralement au cours du mois d'octobre et se terminent courant janvier.

COMMENT LE VIRUS SE TRANSMET-IL ?

La bronchiolite est une maladie très contagieuse.

Les adultes et les grands enfants qui sont porteurs du virus respiratoire syncytial n'ont habituellement aucun signe ou ont un simple rhume. Ainsi, beaucoup de personnes transportent le virus et sont contagieuses sans le savoir.

- **Le virus se transmet facilement** d'une personne à une autre par la salive, la toux et les éternuements.
- **Le virus peut rester sur les mains et les objets** (comme sur les jouets, les tétines, les "doudous").

COMMENT DIMINUER LE RISQUE DE BRONCHIOLITE ?

En se lavant les mains pendant 30 secondes, avec de l'eau et du savon avant et après un change et avant tétée, câlins, biberon, repas, etc. ou en utilisant une solution hydroalcoolique s'il n'est pas possible de se laver les mains.

En évitant, quand cela est possible, d'emmener son enfant dans les endroits publics confinés (transports en commun, centres commerciaux, etc.) où il risquerait d'être en contact avec des personnes enrhumées.

En ne partageant pas les biberons, sucettes ou couverts non lavés.

En lavant régulièrement jouets et "doudous".

En ouvrant les fenêtres de la pièce où il dort au moins 10 minutes par jour pour aérer.

En ne fumant pas à côté des bébés et des enfants.

ET EN PLUS, LORSQU'ON EST SOI-MÊME ENRHUMÉ :

Se couvrir la bouche, quand on tousse ou éternue, avec le coude ou la manche.

Porter un masque (en vente en pharmacie) quand on s'occupe de son bébé.

Éviter d'embrasser le bébé sur le visage et sur les mains.