

# Fièvre

URGENCE,  
APPELEZ LE **911**

- Vous avez de la difficulté à respirer.
- Vous avez des douleurs à la poitrine.
- Vous avez de la difficulté à uriner.
- Vous êtes confus.



## Quand demander l'aide d'un professionnel

- Votre température dépasse 39°C (102°F) et ne baisse pas malgré les médicaments.
- Vous avez des douleurs au ventre ou vous vomissez.
- Votre fièvre dure depuis plus de 2 jours sans amélioration.
- Des boutons, des plaques ou des rougeurs apparaissent sur votre peau.
- Vous revenez d'un pays qui présente des risques pour la santé selon le Gouvernement du Canada ([voyage.gc.ca](http://voyage.gc.ca)).

### Comment avoir de l'aide

- 24 h sur 24, composez le **811** option 1.
- Appelez votre pharmacien.
- Prenez rendez-vous à votre clinique médicale.
- Si vous n'avez pas de médecin, composez le **811** option 3.
- Trouvez un rendez-vous sur [rvsq.gouv.qc.ca](http://rvsq.gouv.qc.ca)

Ce guide ne remplace en aucun cas les conseils d'un professionnel de la santé et ne se substitue pas à des soins médicaux.

La fièvre est un signe que vous êtes malade : la température de votre corps augmente pour se protéger. Vous faites de la fièvre si le thermomètre indique plus de 38 °C ou de 100,4 °F.

## Quoi faire à la maison



**Repos :** Aidez votre corps à combattre l'infection en vous reposant.



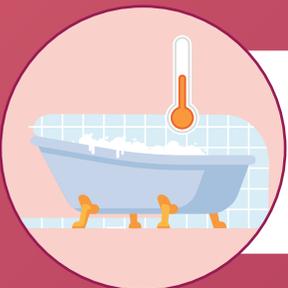
**Breuvage :** Buvez souvent de l'eau ou des liquides comme des tisanes ou des bouillons.



**Médicaments :** Prenez des médicaments comme l'acétaminophène (Tylenol®) ou l'ibuprofène (Advil®). Suivez bien les instructions et demandez conseil à votre pharmacien.



**Température :** Habillez-vous légèrement. Évitez les couvertures lourdes ou trop chaudes. Gardez une température confortable dans la maison.



**Bain :** Prenez un bain tiède pour diminuer la fièvre. Évitez les douches ou les bains froids.



**Suivi :** Notez vos symptômes et votre température. Ces informations seront utiles si vous composez le 811 pour parler avec une infirmière.