



CONGESTION NASALE | ENFANTS DE MOINS DE 18 MOIS

Avant de consulter votre médecin ou à l'urgence, procédez à la toilette nasale de votre enfant.

SYMPTÔMES

Votre enfant de moins de 18 mois présente :

- un nez qui coule;
- une respiration bruyante;
- une toux légère, mais persistante;
- une fièvre légère (autour de 38,5°C, mesure rectale);
- une diminution de la quantité des boires.

Il pourrait s'agir d'une bronchiolite.

LA BRONCHIOLITE

La bronchiolite est une infection virale qui peut survenir chez les bébés âgés entre 0 et 18 mois. Cette infection guérit généralement avec le temps après environ 7 à 10 jours, et ce, sans antibiotique.

Il faut cependant s'assurer que les sécrétions nasales, secondaires à l'infection, ne gênent pas la respiration de votre enfant et qu'il puisse continuer à boire comme à l'habitude. Le moyen d'y parvenir réside dans une toilette nasale efficace et une bonne hydratation.

À noter que, bien que la bronchiolite soit une infection très répandue en jeune âge, d'autres infections causant la congestion nasale peuvent survenir. **Dans tous les cas, si votre enfant présente une congestion nasale, il est important de procéder à des toilettes nasales efficaces et régulières.**

QUOI FAIRE

Toilette nasale

En cas de bronchiolite ou de toute autre infection occasionnant une congestion nasale, il est important de procéder à la toilette nasale, donc à des aspirations des sécrétions. Celles-ci sont nécessaires, même si votre enfant n'aime pas ça, car il respire exclusivement par le nez.

Nous vous invitons à visionner les capsules vidéo montrant les techniques d'aspirations nasales selon les quatre types de mouche-bébé existants, à l'adresse santeestrie.qc.ca/mouche-bebe.

Il est primordial de faire des aspirations nasales de façon régulière, principalement avant les boires, et idéalement pas immédiatement après le boire, pour ne pas faire régurgiter votre enfant.

Gouttes d'eau salée

Il est recommandé de verser quelques gouttes d'eau salée dans les narines de votre enfant afin de rendre les sécrétions plus liquides, et ainsi rendre l'aspiration nasale plus facile. Faites-le juste avant de faire la toilette nasale ou entre les aspirations nasales.

Les solutions salines peuvent se trouver en préparation commerciale en vaporisateur ou en bouteille avec compte-gouttes.

Vous pouvez aussi faire votre solution maison en suivant la recette suivante.

Recette d'eau salée : 2,5 ml (½ c. à thé) de sel rase (cuillère remplie) dans 250 ml (8 oz) d'eau bouillie refroidie à la température de la pièce.

Hydratation (boires)

Les enfants en bas âge respirent exclusivement par le nez. Ainsi, si votre enfant est congestionné, il peut présenter une fatigue lors des boires. Cependant, il est important qu'il maintienne une hydratation adéquate malgré la congestion nasale et la fièvre. Soyez attentif : s'il n'est pas capable de boire les quantités habituelles, assurez-vous de lui offrir des boires plus fréquents, en plus petite quantité.

Vous pouvez vérifier l'état d'hydratation de votre enfant par la quantité d'urine lors des changements de couches. L'urine ne doit pas être trop foncée ni malodorante.

Lavage des mains et des surfaces

Comme le virus se propage facilement, le lavage des mains est essentiel pour limiter la transmission.

Nettoyer bien les surfaces sur lesquelles des sécrétions pourraient avoir été en contact, car le virus peut rester actif sur ces surfaces longtemps. Soyez vigilant!

QUAND VOUS PRÉSENTER CHEZ LE MÉDECIN

Si votre enfant présente les symptômes suivants, il est recommandé de vous présenter chez votre médecin de famille ou en clinique médicale sans tarder.

- Diminution de l'état général ou de l'état de conscience.
- Refus de boire.
- Diminution importante des pipis, ou s'ils deviennent très foncés et malodorants.
- Difficulté respiratoire importante.

Fiez-vous à votre jugement et n'hésitez pas à consulter au moindre doute.

Auteure

Dre Sophie Laflamme, intensiviste pédiatre, et David Daniel, infirmier clinicien

Unité de pédiatrie de l'Hôpital Fleurimont

Révision et mise en page

Service des communications

Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques

© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2017

santeestrie.qc.ca

Novembre 2017 – 1-6-72092

AIDE-MÉMOIRE

- Visiter le site santeestrie.qc.ca/mouche-bebe pour visionner les capsules vidéo montrant les techniques d'aspirations nasales avec les quatre types de mouche-bébé existants.
- Faire des aspirations nasales régulières, surtout avant les boires.
- Verser quelques gouttes d'eau salée dans les narines de votre enfant afin de liquéfier les sécrétions nasales surtout lorsque celles-ci sont épaisses.
- Offrir des boires plus fréquents, et ce, même si la quantité est plus faible qu'à l'habitude.
- Vérifier l'hydratation de votre enfant par la présence d'urine lors des changements de couches.
- Laver vos mains fréquemment et nettoyer les surfaces sur lesquelles les sécrétions pourraient avoir été en contact.