

CHU de Nantes

infos santé : parents, des conseils pour vos enfants

La grippe



La grippe qu'est-ce que c'est ?

Votre enfant a de la fièvre, mal à la tête, des courbatures. Il tousse, a mal à la gorge et le nez qui coule ?

Fébrile, il a tous les symptômes de l'état grippal.

La grippe est causée par un virus qui se propage facilement et qui est très contagieux ! Il touche le système respiratoire et se répercute sur l'ensemble de l'organisme. La grippe survient en général à la fin de l'hiver et au début du printemps, dure entre 5 et 7 jours et guérit d'elle-même.

Comment soigner votre enfant ?

La grippe est une infection virale donc les antibiotiques sont inefficaces sauf en cas de surinfections bactériennes : otites, pneumopathies...

Le traitement est dit symptomatique, il faut :

- désobstruer le nez avec du sérum physiologique fréquemment et l'enfant plus grand doit bien se moucher ;
- fractionner l'alimentation. Poursuivre votre allaitement est primordial pour votre bébé. Si votre bébé peut téter, mettez-le au sein autant que possible, pour des petites quantités. Si votre bébé est fatigué et boit moins, pensez à utiliser un tire lait pour entretenir votre lactation ;
- lutter contre la fièvre (découvrir l'enfant, hydrater, donner du paracétamol en cas d'inconfort).

Il faut consulter votre médecin traitant en priorité si votre enfant :

- a une gêne respiratoire ;
- a mal à une oreille ;
- a un écoulement purulent de l'œil ;
- n'arrive pas à téter, à manger, à boire ;
- a une fièvre élevée persistante depuis 3 jours.

Dans la majorité des cas le recours à votre médecin traitant est suffisant. La consultation hospitalière ou l'hospitalisation est rarement nécessaire.

Rappelons que s'il n'y a pas de pathologie « à risque », s'il n'y a pas de détresse respiratoire, que votre enfant supporte bien sa fièvre, rien ne sert de se rendre aux urgences pédiatriques. Les généralistes sont bien sûr les interlocuteurs privilégiés.

Quels gestes de prévention pour limiter la transmission ?

Il existe quelques gestes et précautions de prévention dans l'entourage du bébé pour permettre de diminuer le risque de transmission :

- se laver systématiquement les mains à l'eau et au savon avant de s'occuper du bébé ou de l'enfant ;
- ne pas embrasser un nourrisson lorsqu'on est enrhumé ;
- ne pas échanger dans la famille biberons, sucettes, doudous..... ;
- éviter autant que possible aux bébés la fréquentation des lieux publics ;
- aérer la maison régulièrement et maintenez la température à 19°C ;
- l'air sec peut provoquer des quintes de toux, n'hésitez pas à utiliser un humidificateur dans la chambre ;
- vacciner l'entourage des enfants à risque.



L'utilisation des solutés hydro-alcooliques, un lavage fréquent des mains et l'utilisation de mouchoirs à usage unique sont importants pour limiter la contagion.



Bien aérer son domicile tous les jours.



Des alternatives à la consultation aux urgences sont possibles :

- médecin traitant ou son remplaçant ;
- pédiatre libéral ;
- maison médicale de garde de 20 h à minuit (Caps Tourville à 300m des urgences) – tél. 02 40 08 08 71
- SOS médecin à Nantes – tél. 02 40 50 30 30

Avant de venir aux urgences, n'hésitez pas à contacter le Samu (15) ou le 116-117 qui pourront vous orienter vers l'interlocuteur le mieux adapté à votre situation.