

DR THOMAS DAILLAND

DE 0
À 6 ANS

EYROLLES ● POCHE

MON ENFANT EST MALADE, JE FAIS QUOI ?

Le guide antistress
pour agir sans risque
en toute circonstance



Édition Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75005 Paris
info@eyrolles.com
www.editions-eyrolles.com

Relecture/correction : Clotilde de Royer
Illustrations : Hung Ho Than
Pictogrammes : Shutterstock

Depuis 1925, les éditions Eyrolles s'engagent en proposant des livres pour comprendre le monde, transmettre les savoirs et cultiver ses passions ! Pour continuer à accompagner toutes les générations à venir, nous travaillons de manière responsable, dans le respect de l'environnement. Nos imprimeurs sont ainsi choisis avec la plus grande attention, afin que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement. Nous veillons également à limiter le transport en privilégiant des imprimeurs locaux. Ainsi, 89 % de nos impressions se font en Europe, dont plus de la moitié en France.

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 18 rue du 4-Septembre, 75002 Paris.

© Éditions Eyrolles, 2021
© Éditions Eyrolles, 2025, pour la présente édition
ISBN : 978-2-416-02025-4

Dr Thomas Dailland
Avec la collaboration d'Alix Lefief-Delcourt

Mon enfant est malade, je fais quoi ?

**Le guide antistress à l'attention
des parents, pour agir sans risque
en toute circonstance**

De 0 à 6 ans

● Éditions
EYROLLES

BRONCHIOLITE

La période hivernale est propice aux infections virales. Chez l'enfant, une maladie se distingue par sa fréquence : la bronchiolite. Il s'agit d'une maladie infectieuse d'origine virale, liée majoritairement au virus respiratoire syncytial (VRS), qui provoque une inflammation au niveau des petites voies respiratoires (les bronchioles). Elle touche les enfants de moins de 2 ans, et surtout les nourrissons entre 2 et 8 mois. Cette maladie peut se manifester par des degrés de gravité variable. Ainsi, le retentissement d'une bronchiolite ne sera pas le même chez un jeune nourrisson de moins de 3 mois, en comparaison avec un bébé de 12 mois.

Les symptômes de la bronchiolite sont souvent impressionnants mais, le plus souvent, il s'agit d'une maladie bénigne. Une consultation reste cependant nécessaire. En règle générale, la phase aiguë de la bronchiolite dure une dizaine de jours, les premiers jours nécessitant une surveillance attentive.

Les symptômes classiques d'une bronchiolite sont les suivants :

- Une fièvre, qui peut être inconstante.
- Un encombrement respiratoire.
- Un rhume.
- Une toux sèche initialement, qui devient progressivement grasse (voir la différence entre **toux sèche et toux grasse** p. 154). Des sifflements peuvent également être mis en évidence.

Il peut exister de façon associée une gêne respiratoire, qui peut se manifester de différentes façons :

- la respiration se fait par le ventre (balancement thoraco-abdominal) ;
- la fréquence des mouvements respiratoires augmente (polypnée) ;
- les côtes deviennent apparentes durant la respiration (tirage intercostal) ;
- un geignement lors de la respiration.

ATTENTION ! Consultez rapidement...

- si l'enfant présente des signes de gêne respiratoire (voir les signes décrits p. 17) ;
- si l'enfant a moins de 3 mois ;
- si l'enfant présente une cyanose des lèvres, des conjonctives (à l'intérieur des paupières), ou des mains (une cyanose est une coloration anormale de la peau, bleutée, qui correspond à un manque d'oxygène des tissus) ;
- si l'enfant mange moins qu'à l'habitude, avec une diminution de plus de la moitié de la ration alimentaire (c'est facile à calculer avec les biberons).



La prise en charge

Une fois le diagnostic établi, la prise en charge de la bronchiolite est simple. Elle consiste en :

- Une surveillance accrue de l'évolution des symptômes ;
- Des désobstructions rhino-pharyngées régulières, de chaque narine, avant les prises alimentaires notamment. Voir **Rhume** p. 136 ;
- La prise de paracétamol pour apaiser l'enfant, en cas de **fièvre** élevée ou mal tolérée (voir p. 76).

Respectez les posologies en fonction de l'âge de l'enfant. En règle générale, la solution buvable est la forme la plus pratique. La posologie est en dose-kilo, et la prise se fait toutes les six heures. Voir aussi les conseils sur le **paracétamol** p. 65.

Selon les dernières recommandations sur la prise en charge de la bronchiolite chez le nourrisson, la kinésithérapie respiratoire n'est plus indiquée, en règle générale.

La prise d'antibiotiques n'est pas indiquée dans le cas d'une bronchiolite simple. Elle pourra l'être en cas de surinfection bactérienne.

Quant aux aérosols, ils n'ont pas fait la preuve d'une efficacité dans ce contexte. Il existe toutefois des indications, notamment chez l'enfant asthmatique. Ceux-ci doivent être réalisés après avis médical uniquement.



Les gestes complémentaires

Pour soulager l'enfant, et l'aider à mieux respirer, il existe quelques conseils simples :

- Une légère humidification de l'air peut être mise en place dans la chambre. Assurez-vous également que la température de la chambre ne soit pas trop élevée : 19 °C est une bonne moyenne.
- Fractionner l'alimentation du bébé sur les 24 heures peut permettre une bonne hydratation. Par exemple, pour un bébé de 4 mois qui prend habituellement 4 biberons de 210 ml, vous pouvez fractionner les prises en 6 fois 150 ml.
- Si le lait est mal toléré, chez l'enfant de plus de 3 mois, vous pouvez proposer temporairement

un **soluté de réhydratation orale (SRO)** (voir p. 87), en attendant la consultation.

- Ne pas fumer dans l'entourage immédiat de l'enfant ni dans la maison (tabagisme passif).

Les conseils en +

- Il est important de garder à l'esprit qu'une bronchiolite peut se manifester par une dégradation de l'état général et respiratoire de l'enfant dans les 48 premières heures. Ne pas hésiter à consulter de nouveau, même précocement, en cas de signes d'inquiétude.
- Après un épisode de bronchiolite, une toux résiduelle peut persister jusqu'à 3 semaines. En cas de toux persistante au-delà de cette période, ne pas hésiter à consulter de nouveau.

Les mesures de prévention

La bronchiolite est une affection très contagieuse. Le virus, présent dans les sécrétions du nez et la salive, peut être transmis de personne à personne par les postillons, la toux, les éternuements, les baisers, mais aussi de manière indirecte, *via* les mains ou les objets souillés par la salive ou les sécrétions. Pour éviter tout risque, pensez à bien vous laver les mains avec de l'eau et du savon, ou à appliquer du gel hydro-alcoolique, avant de vous occuper de votre enfant, de lui préparer le biberon, de le changer, de jouer avec lui... N'embrassez pas les nourrissons sur le visage. Évitez d'emmener les tout-petits dans les

TABLE DES MATIÈRES

Introduction.....	5
Alimentation	
(difficultés alimentaires)	7
Refus alimentaire (lors de la diversification).....	7
Refus alimentaire (chez l'enfant plus grand).....	8
Manque d'appétit	9
Anorexie	9
Amaigrissement.....	11
Angine.....	13
Angoisse, anxiété	15
Appendicite	16
Asthme	17
Bleu, coup, bosse.....	19
Boutons, éruption cutanée.....	20
La varicelle	21
La roséole	21
Le mégalérythème épidémique	22
La rougeole	23
La scarlatine.....	24
Le syndrome pieds-mains-bouche	25
Bronchiolite.....	26
Bronchite.....	30

Brûlure	31
Brûlure urinaire	36
La vulvite	36
La mycose	36
L'infection urinaire.....	37
Carie.....	40
Cauchemars, terreurs nocturnes.....	41
Le cauchemar.....	41
La terreur nocturne	41
Coliques du nourrisson.....	43
Concentration.....	46
Conjonctivite.....	47
Constipation	49
Convulsion	53
Coqueluche.....	56
Coupure, plaie, morsure.....	57
Démangeaisons	59
Dents (mal aux).....	60
Déshydratation.....	61
Diarrhée.....	61
Difficultés d'apprentissage	62
Douleur.....	64
Douleur abdominale.....	69
Eczéma.....	70
Encoprésie	72
Épilepsie	72
Éternuements	72
Fausse route	73
Fièvre.....	76
Fracture (du bras, du pied)	80
Gale.....	82

Gastro-entérite aiguë	84
Gorge (mal à la)	91
Guêpe, abeille, frelon (piqûre de).....	92
Impétigo.....	94
Ingestion accidentelle (médicament, substance toxique...)	95
Ingestion d'un liquide ménager ou d'un médicament	95
Ingestion ou inhalation d'un corps étranger	97
Laryngite.....	97
Mal des transports.....	98
Malaise	100
Malaise vagal	104
Migraine.....	104
Méningite	105
Molluscum contagiosum	108
Morsure	108
Mort subite inattendue du nourrisson	109
Moustique (piqûre de).....	110
Nausées, vomissements	111
Nez qui coule	112
Nuque raide.....	112
Obésité	112
Occlusion intestinale	115
Otite	116
Otite externe.....	116
Otite moyenne	117
Phobie scolaire.....	119
Pipi au lit	121
Plaie	123
Pleurs du nourrisson	124

Poussée dentaire.....	126
Poux.....	128
Purpura	130
Régurgitations (chez le nourrisson)	132
Rhinite saisonnière.....	135
Rhume, rhino-pharyngite	136
Saignement de nez	139
Sommeil (troubles du)	141
Chez le nourrisson	142
Chez l'enfant plus grand	144
Somnambulisme.....	146
Surdité	147
Terreurs nocturnes	147
Tête (mal à la), migraine.....	148
Les céphalées de tension	148
Les migraines.....	149
Tique (piqûre de)	151
Toux.....	154
Trouble visuel.....	158
Urticaire.....	159
Vaccins.....	160
Varicelle.....	162
Ventre (mal au).....	165
Vipère (morsure de)	169
Verrue	170
Yeux.....	170
Annexes	171
Les numéros d'urgence en France.....	171
Votre armoire à pharmacie idéale.....	172

Votre trousse de survie anti-stress pour voyager avec bébé	173
Les bons réflexes de prévention pour éviter les maladies et les accidents domestiques	174
Sécuriser la maison	174
Faire attention aux médicaments	175
Voyager en toute sécurité	175
Être à jour de sa vaccination	175
Ne pas oublier la vitamine D	176
Remplir son carnet de santé	176
Veiller à une bonne hygiène dentaire	176
Éviter les colliers d'ambre	176
Ne pas oublier de vérifier ses yeux	177
Limiter les écrans chez les enfants	177
Encourager son enfant à pratiquer une activité physique régulière	178
Lui proposer une alimentation diversifiée	178
Liste des maladies impliquant une éviction de l'école ou de la crèche	179
 Remerciements	 181
Références	183