

Fièvre chez l'enfant

La fièvre chez l'enfant n'est pas synonyme d'infection grave, elle est le signe que le corps se défend contre une « bibitte » étrangère!

Un rhume banal peut produire une forte fièvre (plus de 39 degrés!), une méningite peut produire une fièvre « de faible intensité ».

La cause la plus fréquente est une infection **virale, surtout chez les enfants qui vont à la garderie.**

Il est normal que l'enfant boive et mange moins lorsqu'il fait de la fièvre, ou soit moins énergique.

Il n'est pas conseillé de consulter lorsque l'enfant fait de la fièvre pour moins de 3 jours, sauf si son état général vous inquiète.

Quand consulter rapidement?

- Si l'enfant fait de la fièvre ET a moins de 3 mois;
- Si l'enfant fait de la fièvre et urine beaucoup moins, ou plus du tout (déshydratation);
- Si l'enfant fait de la fièvre et sa respiration est différente (respiration rapide, sifflements);
- Si l'enfant fait de la fièvre, et qu'il est très léthargique (manque d'énergie importante, difficulté à se réveiller);
- Si l'enfant fait de la fièvre et qu'il se plaint de maux de tête ou de mal de cou important;
- Si la fièvre dure plus de 72 heures, sans amélioration, peu importe l'âge;

À quelle température on fait de « la fièvre »?

- La température axillaire (à l'aisselle) ou tympanique **n'est PAS fiable, peu importe l'âge.**
- À tout âge, la température rectale est la plus fiable.
- À partir de 5 ans, la température buccale est acceptable.
- En bas de 3 mois = **38,1°C / 100,6°F** (rectale)
- Pour les 3 mois et plus = **38,5°C / 101,4°F** (rectale) ou **38,0°C / 100,4°F** (buccale)

Que donner pour mieux soulager mon enfant?

Tout d'abord, quoi NE PAS donner :

- Aspirine : ne jamais donner d'aspirine chez les enfants et adolescents.
- Ibuprofène (Advil, Motrin) : ne pas en donner chez les enfants de moins de 6 mois.

En premier lieu, toujours donner de l'acétaminophène (Tylenol). Il faut se fier au POIDS et non à l'ÂGE pour trouver la dose idéale.

En second lieu, l'ibuprofène est un excellent choix chez les enfants de 6 mois et plus. En plus de son effet contre la fièvre, l'ibuprofène a des propriétés anti-inflammatoires, qui peuvent mieux aider contre la douleur (ex. : dans les cas d'otite, d'amygdalite...). Encore une fois, il faut se fier au poids et non à l'âge pour la bonne dose. Ceux-ci sont inscrits sur la boîte du médicament.

Il n'est pas dangereux, mais non recommandé de donner simultanément l'Acétaminophène ET l'ibuprofène. Il est préférable d'alterner entre les deux.

Comment rendre mon enfant confortable pendant qu'il se défend contre ce microbe?

Offrez un environnement calme pour qu'il se repose;

Faites-lui porter des vêtements légers pour qu'il puisse évacuer naturellement la chaleur de sa fièvre;

Donnez-lui souvent à boire (petites quantités, fréquentes) afin d'éviter qu'il ne se déshydrate (eau, soupe, préparation de type Jell-O, une solution de réhydratation (ex. : Pedialyte, ou autres solutions du genre);

Ne le forcez pas à manger s'il refuse la nourriture ou s'il mange moins qu'à son habitude.

Mais mon enfant a déjà fait une otite / il y a un enfant qui a une pneumonie à la garderie / son frère fait une amygdalite... il doit l'avoir attrapé, et il devrait avoir des antibiotiques, non?

Pas nécessairement.

La grande majorité des infections « respiratoires » (pneumonie, bronchite, sinusite, pharyngite et même les otites!) sont d'origine virale, et peuvent s'améliorer (pas nécessairement complètement guérir) en 72 heures, et s'estomper en 5-10 jours, comme un rhume ou une grippe normale, et ce, SANS antibiotiques.

Même si le petit ami de la garderie à une pneumonie ou le grand frère a une otite, il peut avoir transmis un virus seulement, et c'est loin d'être garanti que votre enfant malade aura la même chose ou qu'il aura besoin d'antibiotiques.

Si la fièvre ne s'améliore pas après 72 heures ou s'il y a des symptômes inquiétants (voir la première page), veuillez consulter un professionnel de la santé de la Clinique Médicale. Sinon, en attendant, on débouche le nez, on prend de l'acétaminophène et/ou de l'ibuprofène, et on attend que la fièvre « cuise » le virus/que le corps fasse son travail de défense!