

Mon enfant a de la fièvre...

La fièvre est :

- *utile* : c'est une réaction naturelle de l'organisme pour l'aider à lutter contre les infections
- *extrêmement fréquente* : elle est présente lors des maladies banales des enfants, comme une grippe, un rhume, une rhinopharyngite, etc.

D'abord, prendre sa température

Vous pensez qu'en touchant le front de votre enfant, vous pourrez savoir s'il a de la fièvre, mais cette méthode n'est pas précise.

Pour prendre la température de manière précise, on utilise un **thermomètre électronique par voie rectale**. Chez un enfant, il n'est pas toujours facile de procéder ainsi et il faut surtout faire très attention de ne pas le blesser. Au-delà de 5 ans, on peut alors prendre la température sous la langue ou sous l'aisselle.

On considère qu'un enfant a de la fièvre quand sa température dépasse 38 degrés.

Premières mesures à prendre en cas de fièvre

Ces mesures simples peuvent être suivies car elles empêchent la température de trop augmenter :

- **Enlever les couches superflues de vêtements** (ou de couvertures) de sorte que la chaleur puisse s'évacuer plus facilement du corps de l'enfant. Il faut

toutefois agir sans excès, en ne retirant pas tous les vêtements au point de provoquer des frissons.

- **Faire boire**, le plus souvent possible et plus que d'habitude, des boissons que l'enfant accepte facilement.
- **Ne pas trop chauffer la chambre** (19-20°C).

Un bain peut-il aider à abaisser la fièvre de mon enfant ?

Donner un bain tiède (à une température inférieure à 2 degrés de celle de l'enfant) peut aider à faire baisser la fièvre mais risque aussi d'augmenter le « mal-être » de l'enfant. Il n'est donc pas recommandé de donner systématiquement un bain tiède pour faire baisser la fièvre, comme cela était classiquement conseillé ; on peut toutefois l'envisager si l'enfant aime le bain et que cela ne nuit pas à son confort.

Au-delà de 38 degrés, choisir un médicament

Le médicament de premier choix pour faire baisser la fièvre chez un enfant est le paracétamol.

- Il existe de nombreux noms de marque différents et des formes différentes (sirop, suppositoires, sachets, ...). Il est important de n'utiliser qu'un seul médicament, sans alternance ou association avec un autre, sauf avis contraire du médecin.
- Les suppositoires agissent plus lentement et de manière plus variable que les sirops ou les comprimés à avaler.

(médicaments antipyrétiques) peuvent entraîner des réactions de type allergique. Elles sont exceptionnelles. Cependant, si l'enfant a déjà présenté une réaction d'intolérance (éruption cutanée, crise d'asthme, choc...) avec un de ces trois médicaments (paracétamol, aspirine, ibuprofène), il ne faut pas lui donner de nouveau un médicament du même type (attention : une réaction d'intolérance survenue avec l'aspirine a de très fortes chances de survenir aussi avec l'ibuprofène et vice-versa).

- Bombement de la fontanelle (espace mou sur la tête)
- Inactif ou mou
- Respiration sifflante ou difficulté à respirer
- Pleurnichements
- Somnolence

Quand appeler le médecin ?

- **si votre enfant a moins de 3 mois**, même s'il n'a pas l'air malade
- **si la température arrive à 40 degrés**
- **si la température ne baisse pas** dans les 2 heures après avoir donné un médicament, à condition d'avoir donné la bonne dose de médicament.
- **Si votre enfant présente un des signes suivants:**
 - Vomissement ou diarrhée de façon constante
 - Mal d'oreille persistant
 - La fièvre va et vient pendant plusieurs jours
 - Cris aigus
 - Irritable
 - Perte d'appétit
 - Pâleur
 - Convulsions
 - Mal de tête intense
 - Taches sur la peau
 - Mal de gorge persistant
 - Raideur du cou
 - Maux d'estomac

J'ai peur des convulsions : c'est grave ?

Avant l'âge de 5 ans et chez moins d'un enfant sur vingt, il peut survenir, au cours de la fièvre, une crise de convulsions. Cette crise ne dure que quelques instants mais est très impressionnante. L'enfant est, tout d'un coup, secoué de spasmes musculaires généralisés ; il agite ses membres de façon saccadée et involontaire, puis il retrouve assez rapidement un état normal. Dans la très grande majorité des cas, la crise est sans conséquence. Cependant, devant une crise de convulsions, il est important de consulter immédiatement un médecin pour s'assurer que la fièvre ne résulte pas d'une autre affection sérieuse.

Quelle que soit la situation, en cas de doute, demandez l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.