Fiche conseils

- Installez l'enfant dans une pièce fraîche (entre 18 et 20 °C) et aérée.
- Ne couvrez pas l'enfant, sans pour autant le laisser nu.
- Donnez-lui souvent à boire, sans limite.
- Ne lui donnez pas de bain froid.

Pour en savoir plus sur la fièvre, **scannez le QR code.**

La désobstruction rhinopharyngée est primordiale dans le traitement des infections virales de l'enfant.

La désobstruction rhinopharyngée est un lavage de nez qui consiste à introduire du sérum physiologique dans les narines pour évacuer les sécrétions nasales. Ce geste est indolore, même s'il peut être désagréable.

Avant de commencer, lavez-vous les mains et munissez-vous de dosettes de sérum physiologique à usage unique. Ensuite, procédez en 5 étapes :

1. Allongez votre bébé sur le dos ou sur le côté. **Maintenez impérativement sa tête sur le côté** pour éviter les risques de « fausse route » (passage involontaire de sérum dans les voies respiratoires). Si nécessaire, faites-vous aider pour maintenir votre enfant dans cette position ;
2. Placez doucement l'embout de la dosette à l'entrée de la narine située le plus haut par rapport à la position de votre enfant ;
3. En appuyant sur la dosette, introduisez l’intégralité de son contenu dans la narine. En même temps, fermez la bouche de votre enfant afin que le sérum ressorte par l'autre narine avec les sécrétions nasales ;
4. Attendez que votre enfant ait dégluti correctement. Essuyez son nez à l'aide d'un mouchoir jetable ;
5. Répétez cette opération pour l'autre narine en utilisant une nouvelle dosette, toujours en couchant votre bébé mais en lui tournant cette fois-ci la tête de l'autre côté.

Pour voir un tutoriel, **scannez le QR code.**

Information sur la fièvre de l'enfant

Laver le nez de votre bébé

Faire un lavage de nez chez un enfant