



*Qu'est-ce que la fièvre ?
Comment soulager un enfant qui tousse ?
Quelle est l'évolution habituelle d'une otite ?*

Voici des repères, des conseils et des fiches pratiques
pour répondre aux questions que vous vous posez
sur les **maladies ORL et bronchiques**.

Un outil, conçu avec des pédiatres, **pour vous aider**
à mieux comprendre ces maladies et à faire face, au quotidien,
au nez qui coule, à la toux et à la fièvre des jeunes enfants
dont vous vous occupez.

Infections ORL et bronchiques des jeunes enfants

Des repères au quotidien



Guide à l'usage des professionnels
en charge de l'accueil des jeunes enfants

Conception et réalisation :  - Assurance Maladie - Caisse Nationale - 11/2006





Cette brochure est le fruit d'une collaboration entre la Direction générale de la santé, la Société Française de Pédiatrie et l'Assurance Maladie.

Des professionnels de la petite enfance ont été associés à sa réalisation. Nous tenons à les remercier vivement pour leur implication.



À l'approche de l'hiver et de ses premiers coups de froid, vous êtes quotidiennement confrontés au nez qui coule, à la toux ou à la fièvre tenace des jeunes enfants dont vous avez la charge.

- *Comment soulager un enfant qui tousse ?*
- *Comment limiter la contagion ?*
- *Quel est le traitement courant d'une angine ?*

Ces questions, toute personne qui travaille au contact de jeunes enfants se les pose, sans avoir forcément tous les éléments pour y répondre. C'est ce qui ressort de la concertation menée par l'Assurance Maladie avec 1 600 professionnels de la petite enfance en 2003 et 2004¹.

Il apparaît donc important aujourd'hui de **vous donner des repères et des conseils sur les infections ORL² et bronchiques**. Ils vous aideront à envisager ces maladies sereinement, à soulager les enfants et à rassurer les parents³.

1. 180 tables rondes ont été menées dans toute la France, rassemblant des profils variés de professionnels de la petite enfance issus de 410 crèches collectives, 109 crèches familiales, 175 haltes garderies, 154 structures multi-accueil, 164 écoles maternelles, 120 relais d'assistantes maternelles et 228 centres de protection maternelle et infantile.

2. Abréviation d'oto-rhino-laryngologie. Se rapporte aux maladies de l'oreille, du nez et de la gorge. Les médecins spécialisés dans les troubles ORL sont appelés oto-rhino-laryngologistes.

3. Ce document vient en complément des textes, protocoles ou procédures que vous utilisez au quotidien.



Généralités sur les infections ORL et bronchiques

Pourquoi les jeunes enfants sont-ils souvent malades ?

Les tout petits tombent souvent malades car leur système immunitaire n'est pas encore mature. Mais pas de panique ! Les maladies de la vie courante sont le plus souvent bénignes et même bénéfiques : **elles participent à la construction du système immunitaire du jeune enfant**. Ainsi, chaque fois qu'un enfant tombe malade, **son organisme apprend à se défendre**, notamment en fabriquant des anticorps.

Bien sûr, la vie en collectivité favorise la transmission des infections. C'est la raison pour laquelle les enfants accueillis en structures collectives sont malades **plus souvent et plus tôt** que ceux gardés à domicile.

D'où viennent ces infections ? **Elles peuvent être d'origine bactérienne ou virale** et de ce fait n'induisent pas les mêmes traitements.

Mais la notion de viral ou bactérien n'indique pas, à elle seule, l'importance de la contagiosité.

Comment se fait la contagion ?

On distingue deux modes de contagion :

→ **La contagion par voie directe**, c'est-à-dire de personne à personne (par exemple à cause d'un éternuement, en parlant ou par les mains). La contagion directe se fait également par les postillons ; un enfant se tenant à plus d'un mètre d'une personne malade est protégé de ses postillons.

→ **La contagion par voie indirecte**, c'est-à-dire par l'intermédiaire de l'eau, de l'air, d'objets, d'aliments ou de boissons contaminés.



Un jeune enfant contracte en moyenne 7 à 10 rhinopharyngites par an.

Le saviez-vous ?

Comment la prévenir ?

Vous le savez, **l'hygiène de vos locaux est essentielle pour limiter la contagion**. Mais pensez-vous à nettoyer tous les jours...

- Les robinets ?
- Les poignées de porte ?
- Les loquets ?
- Les chasses d'eau ?
- Les tapis de sol ?



Le matériel utilisé par les enfants est aussi un vrai nid à microbes ! Il est essentiel de penser chaque jour à...

- Désinfecter le mobilier, les jouets, le matériel de cuisine (la vaisselle, le matériel électroménager, les plateaux...),
- Désinfecter les sanitaires et les pots,
- Vider et laver les poubelles ainsi que tous les conditionnements utilisés,
- Approvisionner régulièrement les toilettes en papier et en savon.

Pour limiter la prolifération des microbes, veillez aussi à **aérer régulièrement les pièces** (deux fois par jour en moyenne) et à **ne pas trop les chauffer en hiver** (18-20°C maximum).

Enfin... et dans la mesure du possible, vous pouvez sortir les enfants une fois par jour. Cela les aère et peut limiter la transmission des infections !

Se laver les mains, un réflexe essentiel

Les conseils du pédiatre

Je travaille dans une crèche. Quand dois-je me laver les mains ?

À chaque fois que vous y pensez ! Mais surtout...

- Avant de préparer les repas, de manger et de donner à manger aux enfants,
- Avant et après chaque change,
- Après s'être mouché, avoir toussé ou éternué,
- Après être allé aux toilettes,
- Après avoir accompagné un enfant aux toilettes.

Et quand dois-je laver les mains des enfants ?

- Avant chaque repas,
- Après être allé aux toilettes,
- Après être allé jouer à l'extérieur.

Comment se laver les mains efficacement ?

- Mouillez-vous les mains sous l'eau chaude,
 - Savonnez-les avec du savon liquide,
 - Frottez-les pendant 30 secondes jusqu'à produire de la mousse. Pensez à frotter les poignets, le dos de la main, entre les doigts et sous les ongles !
 - Rincez-les et séchez-les avec des serviettes en papier jetable.
- Il est important de donner ces réflexes aux enfants.

Attention !

En cas de gastro-entérite, il est fortement recommandé de se laver les mains avec une solution hydroalcoolique, la transmission de cette maladie se faisant principalement par contact direct.



Un enfant tombe malade...

Qu'est-ce qui se passe exactement dans son organisme ?

On distingue 4 étapes dans le déroulement des maladies infectieuses. Cela s'appelle **l'histoire naturelle de la maladie**.

- **Période d'incubation** : les symptômes ne sont pas encore apparents mais l'organisme est déjà contaminé. L'enfant « couve » sa maladie.
- **Période d'invasion** : les symptômes apparaissent progressivement.
- **Période d'état** : tous les symptômes se manifestent. La fièvre est particulièrement élevée, l'enfant tousse, il est fatigué. L'organisme se bat contre l'infection.
- **Convalescence** : les symptômes diminuent peu à peu. Certains peuvent durer plus longtemps que d'autres : par exemple, la fièvre diminue généralement rapidement (2 à 3 jours) alors que la toux peut se prolonger plus longtemps.

Un enfant a de la fièvre ? Pas de panique !

La fièvre est une réaction naturelle de l'organisme pour lutter contre les infections. Elle est extrêmement fréquente et presque toujours sans gravité !

On considère qu'un enfant a de la fièvre lorsque sa température dépasse 38°C. Généralement, ce n'est qu'au-dessus de 38,5°C que l'on envisage un traitement⁴. **Mais il n'est pas nécessaire de traiter systématiquement la fièvre, surtout si elle est bien supportée par l'enfant.**

Il est en revanche urgent de consulter un médecin :

- Quand un nourrisson de moins de 3 mois a de la fièvre,
- Quand la température d'un enfant est supérieure ou égale à 41°C.



4. Mon enfant a de la fièvre : ce qu'il faut savoir des médicaments antipyrétiques, AFSSAPS, janvier 2005. En ligne sur Internet : <http://agmed.sante.gouv.fr/hm/10/fevre/fevquest.htm>

La fièvre est souvent un des indicateurs que vous utilisez pour décider ou non d'accepter un enfant. Sachez pourtant que **l'intensité de la fièvre n'indique pas forcément la gravité d'une infection ni son degré de contagiosité**. Un enfant fiévreux (39°C) sera parfois plus « en forme » qu'un autre atteint d'une otite (qui peut avoir très mal à l'oreille sans avoir de fièvre).

La fièvre en questions Les réponses du pédiatre



Un enfant devient fiévreux dans la journée.

Que dois-je faire ?

- Enlevez les couches superflues de vêtements ou de couvertures pour que la chaleur de son corps s'évacue plus facilement. Attention toutefois à ne pas lui enlever tous ses vêtements au point de provoquer des frissons !
- Faites-le boire régulièrement.
- Ne surchauffez pas la pièce dans laquelle il se trouve. Entre 18 et 20°C, c'est une bonne moyenne.
- Isolez l'enfant qui a besoin de calme et de repos.

Puis-je accepter un enfant qui a de la fièvre ?

L'intensité de la fièvre ne doit pas à elle seule déterminer l'accueil ou non d'un enfant. C'est l'état général de l'enfant qui doit vous permettre de décider de son accueil ou non dans votre structure.

Un enfant est-il contagieux lorsqu'il a de la fièvre ?

L'intensité de la fièvre n'est pas synonyme de contagiosité. La rhinopharyngite par exemple, qui précède toute varicelle, entraîne une fièvre qui dépasse rarement 38°C. Pourtant à ce moment-là, la contagiosité est très élevée !

Attention !

Un bain tiède, des enveloppes humides ou des poches de glace sont aujourd'hui considérés comme peu efficaces. Cela peut même augmenter le mal-être de l'enfant⁵.



5. Cf note précédente.

Les antipyrétiques sont des médicaments qui permettent de faire baisser la fièvre. Il en existe 4 types : le paracétamol, l'aspirine, l'ibuprofène et le ketoprofène.

Le saviez-vous ?



Et la toux ?

Elle inquiète aussi. **La toux, lorsqu'elle est grasse, est pourtant un moyen de défense de l'organisme pour dégager les voies respiratoires.** Dans ce cas, tousser est donc bénéfique, cela permet d'expulser les microbes et les sécrétions qui empêchent l'enfant de bien respirer.

Même si la toux est souvent impressionnante et si elle peut se prolonger lorsque les autres symptômes ont disparu, **elle est le plus souvent sans danger pour l'enfant.**

Toutefois, une toux persistante peut perturber la vie quotidienne de la famille : **si la toux de l'enfant le réveille fréquemment et réveille ses parents, il faut alors leur conseiller de consulter le médecin.**

Soulager un enfant qui tousse

Les réponses du pédiatre



Un des enfants dont je m'occupe n'arrête pas de tousser... Qu'est-ce que je peux faire ?

- Humidifiez la pièce,
- Faites-le boire régulièrement,
- Allongez-le sur le dos,
- Surélevez légèrement le matelas au niveau de la tête,
- Si la prise de repas est compliquée par la toux de l'enfant ou une respiration difficile, fractionnez les repas pour faciliter sa respiration.



Le nez qui coule : un grand classique

Le nez est tapissé d'une muqueuse qui humidifie, réchauffe l'air que l'on inspire et filtre les particules (poussières, microbes). **Lorsqu'une agression virale ou bactérienne se manifeste, la sécrétion de mucus augmente et le nez se met à couler : c'est la rhinorrhée.**



Un écoulement nasal jaunâtre et qui devient épais ne veut pas dire qu'il y a surinfection. C'est l'évolution naturelle de la rhinopharyngite.

Le saviez-vous ?

Le lavage de nez, un geste qui soulage

Les conseils du pédiatre



Pourquoi est-il important de laver le nez des enfants malades ?

Le lavage de nez est nécessaire pour faciliter la respiration de l'enfant, gênée en cas d'obstruction nasale.

Quel matériel dois-je utiliser ?

- Des mouchoirs en papier jetables,
- Du sérum physiologique en dosettes à usage unique ou des solutés dérivés de l'eau de mer,
- Éventuellement un mouche-bébé.

Comment dois-je faire ?

Il existe plusieurs manières de procéder. Par exemple :

- Essuyez le nez de l'enfant,
- Allongez-le sur le dos, la tête à plat tournée sur le côté,
- Instillez doucement quelques gouttes dans la narine supérieure,
- Veillez à ce que l'enfant déglutisse correctement,
- Essuyez son nez à l'aide d'un mouchoir en papier,
- Répétez l'opération de l'autre côté.

Attention !

Veillez à ne pas utiliser trop fréquemment le mouche-bébé, il peut être irritant.



Soigner et soulager

Comment traiter les infections ORL et bronchiques ?

C'est le médecin qui, seul, peut diagnostiquer l'infection et son origine. Celle-ci lui permet de prescrire le traitement adapté.

→ **Pour soigner une infection bactérienne** : face à une infection bactérienne, l'organisme ne peut pas toujours se défendre seul. **Les antibiotiques sont donc parfois nécessaires pour éliminer les bactéries ou empêcher leur prolifération.**

→ **Pour soigner une infection virale** : les maladies virales guérissent naturellement en quelques jours. **Le traitement cherche uniquement à soulager l'enfant en atténuant les symptômes** de l'infection (fièvre, douleur, toux...). On parle alors de **traitement symptomatique**. **Les antibiotiques ne sont pas efficaces pour soigner les infections virales !**

→ **Soulager la douleur des enfants** : même si les maladies ORL et bronchiques sont le plus souvent bénignes, elles peuvent faire souffrir les jeunes enfants. Être attentif à leur comportement et les rassurer permet déjà de les soulager. Des médicaments adaptés permettent aussi de calmer la douleur.

Les antibiotiques, c'est pas automatique !

Beaucoup de gens croient encore que les antibiotiques guérissent tous les types d'infection. Ce sont des idées reçues ! **Les antibiotiques sont des médicaments précieux pour soigner les maladies infectieuses d'origine bactérienne** mais ils sont inutiles face aux virus.



Une ordonnance d'antibiotiques n'est ni une pièce justificative ni un argument permettant le retour de l'enfant dans la structure. A rappeler aux parents.

Le saviez-vous ?

Il est essentiel de réserver les antibiotiques aux situations dans lesquelles on en a vraiment besoin. En effet, **la consommation inappropriée d'antibiotiques favorise le développement de bactéries résistantes à l'action de ces médicaments**. Il arrive ainsi de plus en plus souvent que les médecins soient obligés d'administrer deux voire trois traitements différents avant d'enrayer une infection. D'où l'absolue nécessité d'utiliser les antibiotiques quand ils sont justifiés !

La consommation d'antibiotiques est inappropriée dans environ 50 % des cas.

Le saviez-vous ?

Les antibiotiques en questions

Les réponses du pédiatre



Dans quels cas les antibiotiques sont-ils efficaces ?

Les antibiotiques soignent les infections d'origine bactérienne mais ils n'ont aucune action sur les virus. Or, 70 % à 90 % des infections du jeune enfant sont d'origine virale !

Font-ils baisser la fièvre ?

Oui, quand l'infection est d'origine bactérienne.

Non, quand l'infection est d'origine virale car les antibiotiques n'ont aucun effet sur l'infection.

Empêchent-ils la transmission de la maladie à d'autres enfants ?

Les antibiotiques limitent la contagion quand l'infection est d'origine bactérienne. Si l'infection est d'origine virale, ils n'auront aucun effet sur la contagion. Les antibiotiques ne sont donc pas une « arme » anti-contagion !

Attention !

Lorsqu'on est sous antibiotiques, il est essentiel d'aller jusqu'au bout de la prescription même si les symptômes semblent avoir disparu. On appelle cela « la bonne observance du traitement ».



4 pathologies courantes en pratique

Même si les symptômes des maladies ORL et bronchiques peuvent inquiéter, ces maladies guérissent la plupart du temps spontanément. Les traitements administrés visent le plus souvent à soulager les symptômes pour améliorer le confort de l'enfant.

L'angine

Qu'est-ce que l'angine ?

L'angine est une infection des amygdales et de la gorge. Elle entraîne une inflammation responsable du mal de gorge, notamment au moment de la déglutition. Elle est d'origine virale dans 60 à 75 % des cas. L'angine est assez rare chez les enfants de moins de 3 ans.

Quels sont ses symptômes ?

- Gorge irritée et douloureuse
- Fièvre généralement élevée (> 39°C)
- Maux de tête

Comment évolue-t-elle ?

- **Quand elle est d'origine virale**, l'angine guérit naturellement en quelques jours.
- **Quand elle est d'origine bactérienne**, elle peut guérir naturellement en quelques jours. Grâce aux antibiotiques, la durée des symptômes est raccourcie, la contagiosité et les risques de complications sont réduits.

Quel est son traitement ?

- **Si l'angine est d'origine virale**, le médecin prescrit un traitement pour soulager les symptômes et améliorer le confort de l'enfant.
- **Si l'angine est d'origine bactérienne**, le médecin prescrit un traitement antibiotique en plus du traitement des symptômes.



Le médecin dispose d'un Test de Diagnostic Rapide (TDR Angine) pour diagnostiquer l'origine de l'angine et déterminer si les antibiotiques sont justifiés.

Le saviez-vous ?

La bronchiolite



Qu'est-ce que la bronchiolite ?

La bronchiolite est une inflammation des toutes petites bronches (bronchioles), d'origine virale. Elle est très répandue chez les enfants de moins de 2 ans. Cette maladie est souvent bénigne mais, chez l'enfant de moins de 3 mois, elle peut être grave.

Quels sont ses symptômes ?

- Toux, le plus souvent grasse
- Respiration très difficile
- Fatigue
- Troubles de l'alimentation
- Fièvre rare et modérée (38°C)

Comment évolue-t-elle ?

La bronchiolite guérit naturellement.

Toutefois, si l'enfant mange moins que d'habitude ou semble moins en forme, il est nécessaire de le signaler aux parents. Ces notions seront importantes pour la prise en charge de cette maladie par le médecin. En cas de doute sur l'état de l'enfant, il est important de recommander aux parents de l'emmener chez le médecin.

Quel est son traitement ?

Traitement des symptômes pour améliorer le confort de l'enfant :

- Antalgiques pour atténuer la douleur
- Antipyrétiques pour faire baisser la fièvre
- Kinésithérapie respiratoire pour aider l'enfant à cracher
- Lavages de nez
- Fractionnement des repas (plus souvent et en plus petites quantités)

La bronchiolite touche près de 30 % des nourrissons chaque hiver.⁵

Le saviez-vous ?

5. Bronchiolite, des précautions simples pour éviter la transmission, INPES, septembre 2005. Brochure disponible sur le site de l'INPES : www.inpes.sante.fr



L'otite moyenne aiguë

Qu'est-ce que l'otite moyenne aiguë ?

L'otite moyenne aiguë est une inflammation de l'oreille moyenne, c'est-à-dire de la caisse du tympan. Elle est majoritairement bactérienne (60 à 70 % des cas) et plus rarement virale. Elle est très fréquente chez les enfants de moins de 3 ans, notamment quand ils sont accueillis en collectivité.

Quels sont ses symptômes ?

- Oreille douloureuse ou « qui gratte »
- Fatigue, irritabilité, éveils nocturnes
- Nez qui coule
- Fièvre
- Écoulement purulent de l'oreille

Comment évolue-t-elle ?

- **Qu'elle soit virale ou bactérienne**, l'otite guérit naturellement en quelques jours, mais des complications peuvent parfois survenir.
- **Grâce aux antibiotiques, l'otite d'origine bactérienne** guérit plus vite et les complications deviennent exceptionnelles.

Quel est son traitement ?

- **Chez l'enfant de plus de 2 ans**, un traitement pour soulager les symptômes (antalgiques pour atténuer la douleur et antipyrétiques pour faire baisser la fièvre) et éventuellement un traitement antibiotique peuvent être prescrits par le médecin.
- **Chez l'enfant de moins de 2 ans**, le recours aux antibiotiques est plus systématique.

En cas d'otites à répétition (+ de 3 en 6 mois ou + de 4 en 1 an), le médecin peut proposer la pose de drains dans les tympans ou l'ablation des végétations.

Le saviez-vous ?

La rhinopharyngite

Qu'est-ce que la rhinopharyngite ?

La rhinopharyngite est une inflammation de la cavité nasale et du pharynx (qui est situé à l'arrière des fosses nasales). D'origine virale, elle est bénigne. C'est la maladie la plus fréquente chez les jeunes enfants entre 6 mois et 6 ans. Chaque enfant présente ainsi en moyenne entre 7 et 10 épisodes par an, surtout en automne et en hiver.

Quels sont ses symptômes ?

- Nez bouché / nez qui coule (rhinorrhée)
- Gorge rouge / mal de gorge
- Toux
- Fièvre la plupart du temps modérée (< 39°C)

Comment évolue-t-elle ?

La fièvre dépasse rarement 3 jours. La toux et la rhinorrhée disparaissent en 10 jours.

Quel est son traitement ?

Les antibiotiques sont inutiles contre la rhinopharyngite, d'origine virale. Le plus fréquemment, le médecin administre un traitement des symptômes pour soulager l'enfant :

- Traitement antipyrétique pour faire baisser la fièvre
- Lavages de nez

