

## CONSEILS PRATIQUES EN CAS DE BRONCHIOLITE CHEZ LE NOURRISSON

**Le médecin a fait le diagnostic de bronchiolite.** Votre enfant a sans doute les symptômes suivants : peu ou pas de fièvre, écoulement nasal, toux sèche même la nuit, toux pouvant faire vomir votre enfant, respiration sifflante, aspect de crise d'asthme, difficulté à prendre ses repas.

**La cause** : est un virus appelé VRS. Il est très contagieux et se transmet par les mains ou par des particules de sécrétions nasales (éternuements). Il survient par épidémie, et souvent au sein de la famille entre frères et soeurs.

**L'évolution** : est généralement favorable, bien qu'une bronchiolite puisse durer en moyenne 12 jours. Des formes plus graves surviennent parfois nécessitant une hospitalisation. C'est pourquoi il est important de suivre les conseils qui suivent, et de bien surveiller votre enfant.

**Le traitement** vise à améliorer la respiration de votre enfant. Il n'y a pas de médicaments pour guérir une bronchiolite, on peut seulement améliorer les symptômes.

Essayez d'**appliquer ces conseils simples** :

- Lorsque votre enfant est réveillé, gardez-le assis pour qu'il respire mieux,
- Lorsque vous le couchez, gardez la tête de lit surélevée de 30°,
- Ne chauffez pas trop votre intérieur (température idéale 19°C). Si vous pouvez, humidifiez l'air. N'oubliez pas d'aérer régulièrement sa chambre.
- La fumée de cigarette aggrave fortement la bronchiolite et est très néfaste pour votre enfant de façon générale.
- Lavez son nez au sérum physiologique avant chaque biberon et avant chaque coucher,
- Donnez à boire et à manger de façon plus fréquente, mais par petites quantités à chaque fois,
- Prenez sa température matin et soir, et traitez la fièvre par du paracétamol toutes les 6 heures.

**La surveillance** de votre enfant permet de vous assurer que l'évolution est la bonne.

Si les signes suivants apparaissent ou que vous hésitez :

- votre enfant apparaît de plus en plus fatigué et/ou il est beaucoup moins tonique ;
- aggravation de sa gêne respiratoire, par exemple respiration de plus en plus rapide, bruyante, impression que ses « côtes creusent », que ses narines bougent curieusement ;
- refus de prendre plusieurs biberons à la suite ;
- perte de poids si les signes durent plusieurs jours.

Alors prenez contact rapidement avec un médecin