

# Gazette infos santé

N°2

Le mag' des crèches des Pennes-Mirabeau et de Septèmes-les-Vallons



## LA FIÈVRE DU JEUNE ENFANT

La fièvre est une réaction normale de l'organisme qui se manifeste le plus souvent lorsque celui-ci lutte contre une infection ou un virus : elle est un symptôme et non une maladie. Il est donc important de savoir comment bien la mesurer, la traiter si besoin, et reconnaître les signes qui doivent inquiéter.

### Quand parle-t-on de fièvre ?

La température moyenne chez un bébé ou un jeune enfant se situe autour de 37°C.

Elle varie en fonction :

- du moment de la journée (plus froide le matin et plus chaude le soir),
- si l'enfant est couvert ou non,
- de la température de la pièce,
- de l'activité en cours (si un bébé pleure, il aura plus chaud que s'il dort).

Tout cela est à prendre en compte face à une suspicion de fièvre.

**Avant 3 mois, la fièvre commence à partir de 38°C.** Entre 38 et 38.5°C, on parle de fébricule ou de petite fièvre. **Après 3 mois, on parle de fièvre à partir de 38.5°C.**



### Les causes de la fièvre

Chez le jeune enfant, la fièvre peut être due à un virus (bronchiolite, gastro entérite, rhinopharyngite, grippe), à une infection bactérienne (otite, angine à streptocoque...), à une poussée dentaire (fébricule seulement) ou encore à une vaccination.

**Attention l'été :** les coups de chaleur ou insulations peuvent donner de la fièvre.

### Comment savoir si votre enfant a de la fièvre ?

**Trucs et astuces :** si vous n'avez pas de thermomètre auprès de vous, **l'observation du comportement de votre tout-petit sera votre meilleure alliée :** il y a quelques signes qui peuvent vous alerter et laisser penser que votre enfant a de la fièvre :

- les yeux sont « vitreux »/brillants (comme mouillés et semblent flous),
- les joues sont rouges,
- l'enfant est fatigué, « mou », il ne joue pas, n'a pas faim,
- les extrémités du corps sont froides (mains et pieds) et le reste du corps et de la peau sont chauds,
- l'enfant a très soif,
- la respiration est accélérée.

Un ou plusieurs de ces signes peut vouloir dire que votre bébé a de la fièvre, mais pas forcément ! Pour être sûr, et si vous avez le moindre doute, mieux vaut prendre **sa température.**

## Comment prendre la température de son enfant ?

Thermomètre frontal, buccal, axillaire..., il est possible de se perdre parmi toutes ces méthodes. Il est pourtant primordial de prendre la température de votre enfant de manière efficace pour mesurer son état de santé.

- **Avant 2 ans** : la température corporelle se mesure par **voie rectale** (on introduit le thermomètre dans l'anus de l'enfant de 1 à 2 cm), on attend la sonnerie et on lit le résultat sans rien ajouter (penser à désinfecter le bout du thermomètre après usage).
- **Après 2 ans**, on peut la prendre en axillaire (sous le bras) et ajouter 0,5°C au résultat obtenu.

**À retenir** : Face à une fièvre, **le comportement de votre enfant et son âge sont à prendre en compte. L'essentiel est d'observer votre bébé ou enfant.** Son **comportement** vous indiquera s'il a besoin d'un antipyrétique (médicament contre la fièvre) et s'il a besoin de consulter un médecin.

## Comment traiter une fièvre ?

Dans de nombreux cas, la fièvre est bénigne et cesse au bout de 3 jours. Il est important de surveiller régulièrement la température de votre enfant, y compris la nuit.

Deux possibilités :

**1. Votre enfant tolère bien sa température et il a plus de 3 mois** (il mange, joue, semble confortable, il respire normalement et sa peau est « rose ») :

On commence par utiliser des méthodes non médicamenteuses pour faire baisser la température :

- découvrir l'enfant,
- faire baisser la température de la pièce autour de 19°C,
- faire boire de l'eau fraîche.

**ATTENTION** : le bain avec une température de 2°C de moins que celle de l'enfant n'est plus recommandé, c'est même déconseillé.

**2. Votre enfant tolère mal sa température ou après inefficacité des méthodes non médicamenteuses et si la fièvre est >38°5C** (il gémit, tremble, est fatigué, semble inconfortable ou douloureux, il a moins de 3 mois) :

- Donner une dose de paracétamol en fonction du poids de votre enfant (pour tout connaître sur le paracétamol, cf *Gazette info santé* n°1).

**ATTENTION** : Si la fièvre est persistante et dépasse 38.5°C, penser à faire boire régulièrement votre enfant car il y a un **risque de déshydratation**.

## Quand consulter un médecin en cas de fièvre ?

**Consulter un médecin en urgence si associé à la fièvre :**

- votre bébé a moins de 3 mois,
- une température élevée (supérieure à 40°C) et persistante,
- un état général qui se dégrade (ne mange plus, ne joue plus, est somnolent),
- une respiration difficile,
- des maux de tête importants, une raideur de la nuque,
- une déshydratation (bouche sèche, pli cutané qui persiste quand on plie la peau, demande à boire souvent),
- des vomissements ou des diarrhées répétés,
- des frissons,
- des convulsions fébriles (tremblements, yeux révulsés).

**Consulter dans la journée si :**

- votre enfant a une maladie chronique,
- la fièvre dure depuis plus de 48h sans autre symptôme ou plus de 72h,
- la fièvre est accompagnée d'autres symptômes qui vous inquiètent.

## SOURCES :

« Comprendre et gérer la fièvre chez l'enfant », Ameli.fr  
« Réagir en cas de fièvre chez l'enfant » Vidal.fr