

La fièvre chez l'enfant

Loin d'être une maladie en soi, la fièvre est une précieuse sonnette d'alarme de notre organisme. Alors, en attendant le médecin, seul habilité à découvrir ce qui se cache derrière cette fièvre, voici quelques conseils et explications pour aider au mieux votre enfant.

LA FIÈVRE, AMIE OU ENNEMIE?

En général, la fièvre, chez l'enfant, accompagne les infections virales (rougeole, rubéole, etc) ou bactériennes (méningite, otite, infections urinaires, etc). Lorsqu'un microbe pénètre dans l'organisme, il provoque une réaction inflammatoire, signe de résistance de notre organisme. Cette réaction est le résultat de la libération de multiples substances, dont l'une du nom savant d'interleukine 1, agit sur le thermostat corporel dans le sens d'une augmentation de la température. Voici la fièvre installée. Celle-ci va défendre notre organisme de deux façons:

1. La fièvre va diminuer la prolifération des virus ou des bactéries car ceux-ci sont très sensibles à une élévation même légère de la température.

2. La fièvre va **accélérer la migration**, vers le lieu de l'infection, des globules blancs. Ceux-ci constituent les soldats d'une vaste armée, chargée de lutter contre l'infection. De plus, la fièvre va fortement **augmenter leur agressivité** au combat.

N'oublions pas qu'avant l'avènement des antibiotiques, seule la fièvre, la robustesse de l'individu et la chance permettaient de passer au travers des épidémies les plus dramatiques (peste, choléra, grippe, etc). La fièvre est donc une alliée des plus précieuses pour la bonne défense de l'organisme. Il ne faut donc pas la craindre. Cependant, comme toute médaille a son revers, mieux vaut ne pas la laisser évoluer trop mais au contraire, identifier son origine et la traiter.

FIÈVRE: ÉVITER LES GRANDS ÉCARTS DE TEMPÉRATURE

36.6° Chiffre magique mais sujet à bien des variations comme tout phénomène naturel. Il s'agit ni plus ni moins d'un repère. Une variation durant la journée apparaît entre 5 et 9 mois avec des températures normalement plus élevées en fin de journée.

37.8° Température normale pour un nouveau-né jusqu'à 1 mois.

38° Température normale chez l'enfant en fin d'après-midi, après une activité physique, un repas chaud ou un bain. En dehors d'un contexte infectieux, cette température reste dans les limites physiologiques normales et est sans danger.

>38.5° L'expérience confirme qu'il s'agit du seuil à partir duquel on définit la fièvre chez l'enfant. Il est important d'en rechercher la cause et de la traiter au plus vite.

39/39.5° A partir de ce seuil, on considère qu'il s'agit d'une fièvre élevée et qu'il existe un risque potentiel de convulsions, problème neurologique que l'on peut rencontrer chez l'enfant entre 3 mois et 5 ans et dont la fréquence reste malgré tout faible (2 à 5%).

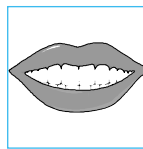
OÙ PRENDRE LA TEMPÉRATURE?



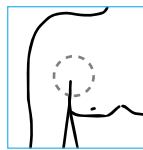
L'oreille Le thermomètre auriculaire est, actuellement, le moyen le plus sûr pour obtenir une température la plus proche de la réalité. Il est d'abord aisé et n'est soumis à aucune variation extérieure. Il est, de plus, promis à un bel avenir avec la possible suppression du classique thermomètre à mercure pour des raisons de protection de l'environnement contre les dangers du mercure.



L'anus Bonne méthode car peu influencée par les conditions extérieures. Seul problème: elle réagit lentement en cas d'augmentation rapide de la température.



La bouche Inférieure de 0.3 à 0.6°C à la température rectale, elle subit des influences extérieures mais facilement évitables (boissons chaudes ou froides).



Le creux du bras Le moyen le plus lent et le moins fiable car soumis directement aux conditions d'application ainsi qu'aux conditions extérieures.



La main La main sur le front est à proscrire car celle-ci ne donne aucune valeur chiffrée précise.

Temps moyen d'application du thermomètre:
de 3 à 5 minutes (sauf pour le thermomètre auriculaire).

QUELQUES CONSEILS POUR ÉVITER LA "FEVER PHOBIA"

1. Ne pas trop couvrir l'enfant.
2. Mettre l'enfant dans un ambiance fraîche (+/- 20°C).
3. Lui donner à boire abondamment mais par petites quantités afin de compenser, au plus vite, les pertes par transpiration. De plus, c'est un moyen de faire baisser la température.
4. Au delà de 39°, lui donner un bain tiède (2° en dessous de sa température actuelle) pendant 10 minutes ou l'entourer de linges humides et frais à renouveler fréquemment.



La douleur et l'enfant

Il n'est pas encore si lointain, le temps où la douleur chez l'enfant était ignorée, sous prétexte que, les voies de la sensibilité n'étant pas matures avant de nombreuses années, l'enfant était insensible à la douleur. L'absurdité de cette théorie a conduit à des excès tels que des opérations chirurgicales perpétrées sans prendre en compte l'administration d'analgésiques.

Bien heureusement, la prise en charge de la douleur chez l'adulte comme chez l'enfant devenant une priorité de santé publique a pour conséquence un intérêt grandissant tant pour le diagnostic que le traitement de la douleur chez les plus petits d'entre-nous.

LA DOULEUR DE L'ENFANT EST UNE RÉALITÉ

Cependant, comparée à celle de l'adulte qui est capable de la verbaliser, la douleur de l'enfant pour être comprise nécessite persévérance, perspicacité et surtout patience. Le nouveau-né est en effet incapable de s'exprimer et l'enfant, jusqu'à 5 voire 6 ans, verbalise difficilement ses sensations. Alors, face à un petit bout qui dit "bobo maman" ou qui pleure sans raison apparente, voici quelques conseils pour débusquer la douleur.

1. Toujours prendre au sérieux les plaintes douloureuses.

2. Observer l'enfant. Vous connaissez votre enfant, ses habitudes, sa façon d'être. La douleur va, de façon perceptible, modifier ses habitudes. Soyez attentifs à différents signes:

A. La douleur modifie l'expression corporelle de l'enfant.

- L'enfant évite certaines **positions**.
- L'enfant s'installe dans une **position particulière**, anormale pour lui.
- L'enfant évite de **mobiliser** ou **d'utiliser** une partie de son corps.
- L'enfant évite systématiquement le **contact** avec une partie douloureuse de son corps.

B. La douleur modifie le comportement de l'enfant

- **Sommeil perturbé.**
- **Manque d'appétit.**
- **Replis sur soi:** l'enfant ne joue pas, ne s'intéresse à rien, est anormalement calme. Une telle évolution se remarque lors de douleurs intenses et prolongées.

C. La douleur modifie l'expression volontaire de l'enfant

Chez le nouveau-né et le nourrisson, les signes émotionnels (permanents ou intermittents) qu'ils soient calmés ou non par un petit câlin, sont des informations importantes permettant de juger de la présence et de l'intensité de la douleur.

3. **Toujours consulter un médecin surtout si l'origine de la douleur vous échappe ou si celle-ci persiste.**

