

## La Bronchiolite



**Ces conseils et informations ne remplacent pas une consultation médicale.**

## Qu'est-ce que la bronchiolite?

Il s'agit d'une infection des petites bronches (bronchioles) causée par un virus.

Plusieurs virus très courants chez les enfants de moins de deux ans (et particulièrement, chez les moins d'un an) peuvent donner une bronchiolite.

Ces virus entraînent une inflammation des bronchioles, ce qui crée beaucoup de sécrétions chez les enfants.

Les bronchiolites sont plus fréquentes entre les mois de novembre et d'avril.

Il s'agit de la cause la plus fréquente d'hospitalisation chez les enfants de moins d'un an.

Cette infection est très fréquente: 90% des enfants auront au moins un épisode de bronchiolite dans leur vie.

## Quels sont les symptômes ?

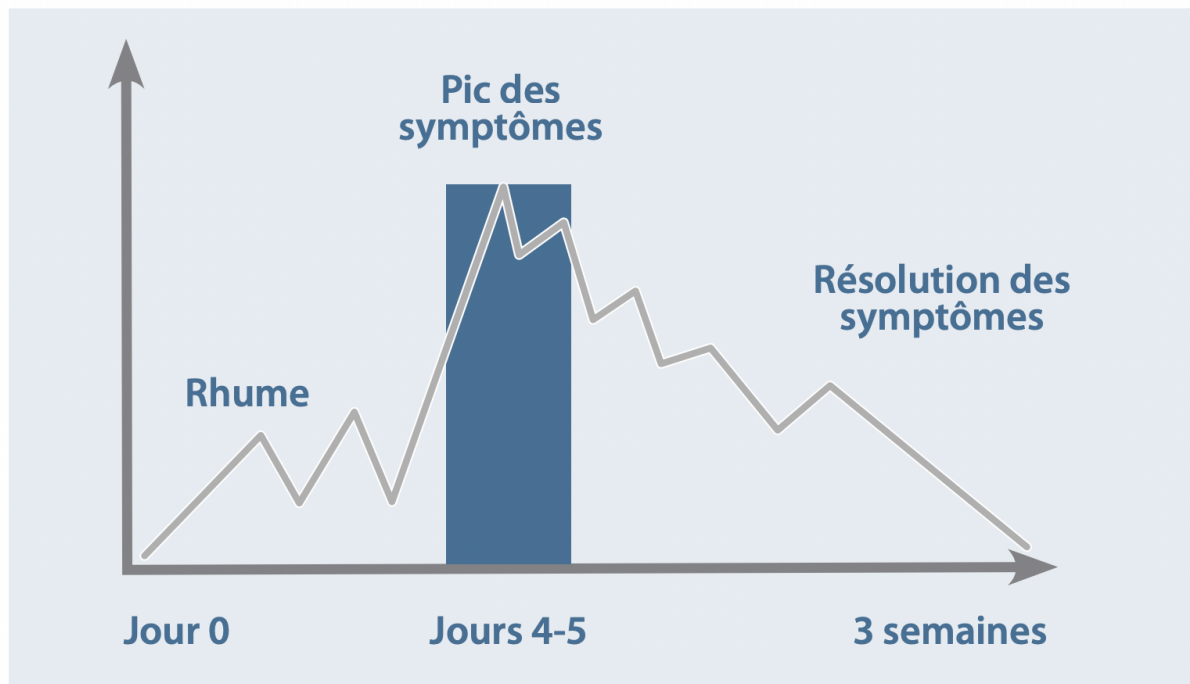
La bronchiolite commence généralement par un rhume, avec un écoulement nasal et/ ou une congestion nasale. La respiration de l'enfant peut devenir plus rapide.

On peut également noter une respiration sifflante, une toux et du tirage (utilisation des muscles entre les côtes).

La congestion nasale peut rendre l'alimentation et l'hydratation difficile. L'enfant boit et urine donc moins qu'à l'habitude.

Les symptômes de la bronchiolite s'aggravent progressivement jusqu'au cinquième jour après l'apparition des premiers symptômes. La plupart des symptômes disparaissent dans les 10 jours suivant le début de la maladie, mais la toux peut parfois durer jusqu'à 3 semaines.

Voici un graphique qui montre la progression des symptômes de la bronchiolite :



## Le tirage est l'un des symptômes de la bronchiolite. En quoi consiste-t-il ?

Lorsque l'enfant respire, on peut voir que sa peau creuse en dessous des côtes ou entre celles-ci. Un autre signe de difficulté respiratoire peut être un battement des narines. Mais de quoi s'agit-il ? Scannez le QR code et regarder la vidéo :



## Comment doit-on traiter la bronchiolite à la maison?

Il n'existe pas de médicament ou d'antibiotique contre cette infection, car elle est causée par un virus.

La bronchiolite guérit par elle-même en quelques semaines.

Cependant, vous pouvez faire des gestes concrets pour améliorer le confort de votre enfant dans l'immédiat, contribuer à l'amélioration de son état et prévenir les complications.

En voici quelques-uns:

- Il faut s'assurer que votre enfant s'alimente et s'hydrate bien. Étant donné que l'hydratation des bébés est plus difficile, il est recommandé de leur proposer de plus petites quantités plus fréquemment pour éviter la déshydratation;
- Il est essentiel de bien nettoyer le nez de votre enfant pour faciliter sa respiration et éviter l'accumulation de sécrétions. Il est recommandé de faire des rincages de nez au sérum physiologique régulièrement, tout particulièrement avant que le bébé boive;
- Il est aussi recommandé de positionner votre bébé à 30 degrés (position inclinée, semi-assise) au moment de son alimentation/hydratation. Vous pouvez aussi surélever sa tête de lit de 30 degrés en mettant un coussin, une couverture ou autres objets en dessous du matelas;
- Il est important de ne pas exposer votre enfant à la fumée secondaire ou à d'autres allergènes, comme des poils d'animaux et de l'accumulation de poussière;
- Également, il ne faut pas donner de médicaments par la bouche contre la toux ou contenant un décongestionnant.

## Quelle est la méthode d'hygiène nasale?

### **Technique en position couchée pour les enfants de moins de 6 mois**

1. Lavez-vous toujours les mains AVANT et APRÈS avoir effectué l'hygiène nasale de votre enfant.
  2. Remplissez une seringue avec du sérum physiologique
  3. Couchez votre enfant sur le côté et placez un linge sous son nez. Irriguez la narine du haut en vidant le contenu de la seringue rapidement. Les sécrétions peuvent sortir par les deux narines, mais aussi par la bouche.
  4. Puis tournez votre enfant sur l'autre côté et répétez la même technique pour l'autre narine, positionnée elle aussi vers le haut.
  5. Si votre enfant est incapable de se moucher, épongez son nez avec un mouchoir.
- Au besoin, répétez les étapes 2, 3 et 4.  
Votre enfant devrait avoir le nez propre, avec un bon passage d'air.

### **Technique en position assise pour les enfants de plus de 6 mois**

#### Technique à une personne

1. Votre enfant doit être assis sur vos genoux, la tête droite (penchée ni vers l'arrière ni vers l'avant).  
Pour ce faire, il peut être plus facile d'emballoter votre enfant dans une grande serviette. Vous pouvez aussi placer une serviette sur lui afin d'éviter qu'il soit mouillé.
  2. Avec une main, maintenez sa mâchoire pour le stabiliser et collez votre joue contre la sienne afin qu'il ne puisse pas bouger pendant l'exercice.
  3. Avec l'autre main, tenez la seringue. Insérez le bout dans une narine. Penchez-vous légèrement vers l'avant.
  4. Videz le contenu de la seringue rapidement dans la narine. Les sécrétions peuvent sortir par les deux narines, mais aussi par la bouche.
  5. Utilisez la même technique pour l'autre narine.
  6. Si votre enfant est incapable de se moucher, épongez son nez avec un mouchoir. Au besoin, répétez les étapes 2, 3 et 4.
- Votre enfant devrait avoir le nez propre, avec un bon passage d'air.

#### Technique à deux personnes

1. Votre enfant doit être assis sur les genoux de celui ou celle qui vous aide, la tête droite (penchée ni vers l'arrière ni vers l'avant), avec le dos bien appuyé sur le ventre de la personne. Celle-ci peut maintenir les jambes de votre enfant entre ses jambes. Une main est utilisée pour retenir les bras de l'enfant. L'autre main s'appuie sur son front pour éviter que sa tête bouge.
2. D'une main, placez un linge sous le nez de votre enfant. Avec l'autre main, tenez la seringue. Insérez le bout dans une narine. Demandez à la personne qui vous aide de se pencher légèrement vers l'avant.
3. Videz le contenu de la seringue rapidement dans la narine. Les sécrétions peuvent sortir par les deux narines, mais aussi par la bouche.

4. Utilisez la même technique pour l'autre narine.
5. Si votre enfant est incapable de se moucher, épongez son nez avec un mouchoir. Au besoin, répétez les étapes 2 et 3. Votre enfant devrait avoir le nez propre, avec un bon passage d'air.

## Quand doit-on consulter ?

Si votre enfant:

- a plus de difficulté à respirer qu'à l'habitude;
- boit et urine moins qu'à l'habitude;
- fait de la fièvre.

Il est important de se rendre aux urgences si votre enfant:

- a moins d'un mois;
- est amorphe, fatigué, moins éveillé;
- est pâle ou est mal coloré;
- a une respiration plus rapide, ou plus difficile, malgré une hygiène nasale fréquente avec du sérum physiologique;
- a de la difficulté à se nourrir ou présente des signes de déshydratation (absence de larmes, bouche sèche, moins de 3 ou 4 urines par période de 24 h);
- a moins de 3 mois et fait de la fièvre ( plus que 38,0°C).

## Pourquoi certains enfants sont-ils hospitalisés pour une bronchiolite?

Certains enfants devront être hospitalisés pour leur bronchiolite parce que leur condition nécessite une plus grande surveillance médicale et qu'ils peuvent avoir besoin d'assistance pour faciliter leur respiration ou pour rester bien hydratés.

La durée d'une hospitalisation est variable selon la sévérité et l'évolution de la bronchiolite et peut parfois être de plusieurs jours, voire semaines.

## Est-ce que certains enfants sont plus à risque de se détériorer avec leur bronchiolite?

Tous les nourrissons peuvent faire une bronchiolite.

Toutefois, certains sont plus susceptibles d'avoir des symptômes plus sévères:

- Les bébés de moins de 3 mois;
- Les enfants connus pour des problèmes pulmonaires et cardiaques;
- Les enfants nés prématurément (35 semaines et moins);
- Les enfants qui ont un déficit immunitaire;
- Les enfants exposés à la fumée secondaire.



En cas de questions, n'hésitez pas d'appeler le cabinet de pédiatrie (**021/653 46 11**), ou la centrale des médecins (**0848 133 133**)



En cas d'urgences vitales, appelez le **144** ou consultez aux urgences pédiatriques (HEL – Vidymed - Morges)