

Quand le thermomètre grimpe...

Rhinopharyngites, otites, angines... Les infections infantiles font grimper le thermomètre. Pas de panique, la fièvre est un phénomène naturel et utile.

La fièvre est une réaction naturelle de l'organisme. Ce n'est pas une maladie en soi, en revanche elle annonce une affection infantile, souvent banale. Plus rarement, elle peut être provoquée par un coup de soleil, un coup de chaleur ou des maladies inflammatoires. Vouloir la chasser à tout prix n'est pas toujours la meilleure solution, car c'est une arme redoutable contre les microbes et les virus grâce à l'action des globules blancs. On considère qu'un enfant a de la fièvre si sa température rectale atteint ou dépasse 38 °C.

LA FIÈVRE, C'EST GRAVE ?

Notre corps est une formidable machine qui s'active dès qu'un intrus pénètre dans l'organisme. C'est l'hypothalamus, glande située dans le cerveau, qui régule la température du corps et le maintient à 37 °C. Lors d'un épisode infectieux, l'équilibre est rompu, car notre organisme libère



des substances pyrogènes pour limiter la prolifération des microbes. Résultat : l'hypothalamus ne peut plus assurer sa fonction de régulateur à 37 °C. Et la fièvre grimpe !

COMMENT LA SOULAGER ?

Les symptômes les plus fréquents sont fatigue, yeux brillants, frissons ou bouffées de chaleur et soif intense. À cela s'ajoutent les signes de la maladie couvée : maux de gorge en cas d'angine ; douleur à l'oreille pour une otite ; diarrhée et vomissements pour une gastro-entérite ;

urine trouble et brûlure en cas d'infection urinaire...

Si votre enfant ne présente pas de signes d'abattement, il est inutile de dévaliser l'armoire à pharmacie ! En cas d'épisodes fiévreux importants, il existe 4 types d'antipyrétiques pour faire baisser la température : paracétamol, aspirine, ibuprofène et kétoprofène (sur ordonnance). Tant que la cause de la fièvre n'est pas identifiée, mieux vaut privilégier le paracétamol, en automédication. La prise d'ibuprofène ou d'aspirine se fera uniquement sur avis médical, ces deux substances pouvant provoquer des complications. L'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps) préconise de prendre un seul médicament à la fois, sans alterner avec un autre antipyrétique.

QUELLES COMPLICATIONS ?

Chez certains enfants, une poussée brutale de fièvre au-delà de 39 °C peut déclencher des convulsions, qui nécessitent un avis médical. Quant au nourrisson, son système de thermorégulation n'étant pas mature, il est plus vulnérable au risque d'hyperthermie et de déshydratation.

● **Nathalie Giraudeau**

Astuces et conseils

La fièvre est un phénomène naturel et fréquent chez les enfants. Quelques gestes simples pour améliorer le confort de votre enfant.

- Découvrez votre enfant et enlevez les couvertures et couettes de son lit.
- Faites-le boire régulièrement pour éviter tout risque de déshydratation, au besoin utilisez une solution de réhydratation.
- La chambre doit avoir une température comprise en 18 et 20 °C.
- L'Afssaps ne recommande plus les bains tièdes car ils peuvent accroître le mal-être de votre enfant.

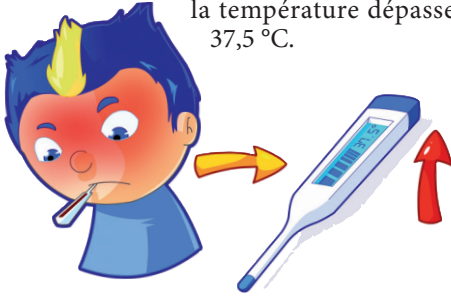


Les « Dis Pourquoi » d'Eliot ?!

sur la fièvre

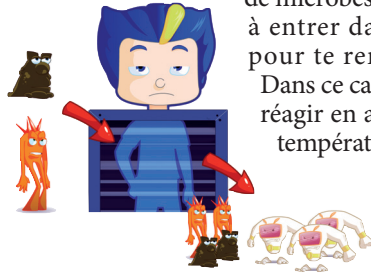
1) C'EST QUOI LA FIÈVRE ?

La fièvre est une réaction naturelle de ton corps et on dit que l'on a de la fièvre quand la température dépasse 37,5 °C.



2) À CAUSE DE QUOI ON PEUT AVOIR DE LA FIÈVRE ?

Tu peux avoir de la fièvre par exemple à cause de microbes qui ont réussi à entrer dans ton corps pour te rendre malade. Dans ce cas, ton corps va réagir en augmentant sa température pour aider les globules blancs à les éliminer...



3) ALORS SI J'AI DE LA FIÈVRE, C'EST QUE JE SUIS MALADE ?

Non, pas forcément ! Tu peux aussi voir la température de ton corps augmenter quand tu attrapes un gros coup de soleil ou quand tu fais du sport par exemple !



4) COMMENT ON SAIT QUE L'ON A DE LA FIÈVRE ?

Tu as chaud, des frissons, la tête qui tourne, les yeux brillants, tu te sens fatigué et parfois tu peux ressentir une douleur à l'endroit de ton corps où se trouve le problème, par exemple l'oreille dans le cas d'une otite.



5) EST-CE QUE ÇA PEUT DEVENIR GRAVE ?

La température de ton corps ne doit pas dépasser 40 °C, car elle peut alors devenir dangereuse pour les cellules de ton corps. Dans le cas d'une forte fièvre, il faut donc absolument voir ton médecin et faire redescendre la température au plus vite.



6) COMMENT FAIRE ?

Naturellement le corps peut diminuer sa température en respirant et transpirant davantage. On peut l'aider aussi en buvant régulièrement et en évitant d'être trop chaudement habillé. Mais en cas de forte fièvre, ton médecin en cherchera la cause et il te donnera un médicament efficace.

