

Que faire si mon enfant a de la fièvre ?

A savoir

D'abord, pas de panique ! La fièvre est un symptôme banal qui ne présente que très rarement un danger ; c'est une réaction normale de l'organisme quand il est agressé (infection, inflammation...).

Il n'y a aucune raison de vouloir faire tomber la fièvre à tout prix, on ne la traite en général que lorsque l'enfant la supporte mal ou lorsqu'elle dépasse 38,5°C.

Nos conseils

En pratique

► Facilitez l'évacuation de la chaleur

- Déshabillez votre enfant (laissez le en « body » s'il s'agit d'un bébé).
- Ne surchauffez pas sa chambre, placez le dans une pièce fraîche (climatisée ou avec un ventilateur) en été.
- Donnez régulièrement à boire (un biberon d'eau en plus du lait) pour compenser la transpiration.

► Donnez un traitement pour faire « tomber » la fièvre

- Dans quel cas ?
Quand la fièvre dépasse 38,5°C.
Quand l'enfant la supporte mal (s'il est grognon).
- Lequel choisir ?
En l'absence de contre-indications chez votre enfant :
 - Donnez du paracétamol en première intention, c'est celui qui est le mieux toléré.
 - L'ibuprofène peut être donné sauf en cas de suspicion de varicelle, en cas de diarrhées ou vomissements, ou de réactions allergiques à ce produit ou à l'aspirine (même famille de médicaments).
 - L'aspirine doit être donnée avec les mêmes précautions que l'ibuprofène et doit être évitée en cas de risques de saignements et de grippe.
- Faut-il alterner ?
Mieux vaut éviter pour limiter le cumul des effets indésirables de ces produits.

Adoptez les bons réflexes

- ▶ Respectez les posologies et le rythme d'administration de chaque produit.
- ▶ Ne donnez pas plusieurs traitements contre la fièvre en même temps.
- ▶ Ne donnez pas de bain tiède : ce remède de grand-mère a peu de bénéfices et n'est pas confortable pour l'enfant !

Pour aller plus loin

Bien prendre la température

- ▶ **Quand prendre la température ?**
Après une période de repos de l'enfant d'au moins une demi-heure
- ▶ **Quel thermomètre choisir ?**
 - Au gallium : c'est le thermomètre classique qui se présente comme les anciens thermomètres à mercure. Avantage : l'absence de piles. Inconvénient : méthode un peu longue pour les enfants.
 - Electroniques : ils fonctionnent à pile, sont plus rapides et un bip sonore indique la fin de la mesure.
 - A infrarouges auriculaires ou frontaux : ils sont très rapides, faciles à utiliser chez l'enfant mais nécessitent de s'entraîner un peu pour bien prendre la mesure !
- ▶ **Comment prendre la température ?**
 - La température rectale reste la référence.
 - La température mesurée dans l'oreille ou sur le front est souvent plus basse que la température rectale (jusqu'à 0,6° de moins).

Quand consulter le médecin ?

- ▶ Si la fièvre se prolonge plus de 24 heures.
- ▶ Si votre enfant a déjà eu des convulsions associées à une fièvre.
- ▶ Si le nourrisson a moins de 3 mois.
- ▶ En cas de pleurs fréquents, de perte d'appétit, d'abattement.
- ▶ En cas de convulsions, d'éruption cutanée, de diarrhée, de vomissement.