



# Fièvre & douleur



Votre enfant reçoit-il  
un traitement approprié?





# Fièvre & douleur

## Contenu

Les médicaments les plus utilisés contre la fièvre et la douleur chez les enfants contiennent du paracétamol ou de l'ibuprofène. Du fait de sa plus grande sécurité d'emploi, le paracétamol est toujours le médicament privilégié pour le traitement de la douleur et de la fièvre chez les enfants. Toutefois, comme tous les maux sont différents, **demandez toujours conseil à votre médecin ou à votre pharmacien**, ils vous aideront volontiers à faire un choix.

Vous trouverez dans cette brochure des informations utiles sur la fièvre et sur ce que vous pouvez faire pour y remédier. Consultez aussi le site internet [www.antidouleur.be](http://www.antidouleur.be) pour davantage de conseils utiles ou pour télécharger les brochures d'information disponibles.

|   |     |
|---|-----|
| Qu'est-ce que la fièvre? .....                    | p 2 |
| La fièvre, un signal! .....                       | p 3 |
| Quand et comment prendre la température? .....    | p 4 |
| Que faire et ne pas faire en cas de fièvre? ..... | p 5 |
| Quand consulter un médecin? .....                 | p 7 |
| Quels fébrifuges utiliser? .....                  | p 8 |



## Qu'est-ce que la fièvre ?

Dès la naissance, le corps humain cherche à se maintenir à une température à peu près constante qui varie autour de 37°C. Le soir, cela peut être un demi-degré de plus, le matin un demi-degré de moins. Quelle est alors la température normale d'un enfant? La réponse n'est pas simple. Il n'existe pas de température absolue car elle peut différer d'un enfant à l'autre. Elle varie également en fonction du moment de la journée. C'est pourquoi le médecin tiendra compte d'une zone: tant que la température se situe entre 36,5°C et 37,5°C, elle est normale. Si votre enfant se sent bien, des variations de température passagères ne doivent pas vous inquiéter. Ainsi, une légère augmentation jusqu'à 37,5°C voire 38°C n'est pas synonyme de fièvre. Par contre, si votre enfant a plus de 38 °C, on parlera d'état fébrile.



## La fièvre est un signal

La fièvre n'est pas une maladie mais un signal. Elle révèle une situation anormale. Dans la grande majorité des cas, il ne s'agit pas d'une réaction nocive. Au contraire, en cas d'infection, la fièvre augmente la résistance de l'organisme. Elle permet également de suivre l'évolution de la maladie. Sauf en cas de forte fièvre, la température en elle-même n'est pas si importante. Ce qu'il faut avant tout, c'est observer l'aspect et le comportement de votre enfant. Un enfant fiévreux présente parfois certains troubles: maux de tête, vomissements, manque d'appétit, etc. Il perd aussi beaucoup de liquide parce qu'il transpire abondamment. Ne le forcez pas à manger mais donnez-lui régulièrement à boire.



## Quand et comment prendre la température ?

Lorsque vous sentez que votre enfant est chaud ou lorsque vous constatez un des symptômes suivants, il est conseillé de prendre sa température:

- **il dort moins ou au contraire, plus**
- **il est difficile ou il pleure davantage**
- **il a l'air pâle ou des joues anormalement rouges**
- **son nez coule, il éternue ou tousse, il est enrôué**
- **il mange moins ou refuse de manger**
- **il joue moins ou ne joue pas**
- **sa respiration est anormalement rapide, lente ou bruyante**
- **il vomit ou a la diarrhée**

Pour suivre l'évolution de la fièvre, prenez la température de préférence deux fois par jour, le matin et le soir. Si votre enfant est très malade, augmentez la fréquence. La prise de température la plus fiable se fait dans l'an us (température rectale). Chez les nourrissons, c'est d'ailleurs la seule manière fiable. Si votre enfant est plus grand, vous pouvez néanmoins prendre la température dans la bouche ou sous l'aisselle, à moins que votre médecin n'ait conseillé la méthode rectale.



## Que faire et ne pas faire en cas de fièvre ?

Tant que la fièvre ne dépasse pas 38°C, ne faites rien. Si ce n'est veiller à ce que votre enfant boive suffisamment. Dès que la température corporelle dépasse les 38°C, donnez-lui un fébrifuge qui ne contient qu'une seule substance active.


En cas de fièvre, le "thermostat" de l'organisme est réglé plus haut. Le corps cherche donc par tous les moyens, tels que les frissons, à atteindre et à conserver cette nouvelle température. Si vous essayez de rafraîchir votre enfant (vêtements légers, couverture légère, pièce fraîche...), l'organisme fera encore plus d'efforts pour atteindre la température supérieure réglée par le thermostat interne. Sans compter que votre enfant ressentira une désagréable sensation de froid.



## Quand consulter un médecin ?

Pour faire baisser la fièvre, il faut d'abord diminuer le thermostat du corps avec un médicament fébrifuge comme Perdolan® à base de paracétamol ou Perdophen® à base d'ibuprofène. Ensuite l'organisme s'efforce d'éliminer la chaleur superflue. Vous pouvez alors l'aider par les mesures suivantes :

- Ne couvrez pas trop l'enfant. Une chemisette suffit.
- Veillez à ce que la température de la pièce ne dépasse pas 20 degrés pour permettre à la chaleur du corps de se dégager dans l'environnement.
- Veillez à ce qu'il ne se refroidisse pas brutalement et évitez les courants d'air.
- N'enveloppez jamais votre enfant dans un essuie ou un drap mouillé: cela empêcherait l'élimination normale de la chaleur par la peau.

 Perdolan® (paracétamol) est un médicament. Pas d'utilisation prolongée sans avis médical. Lisez attentivement la notice. Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien. Perdophen® (ibuprofène) est un médicament pour les enfants à partir de 6 mois. Pas d'utilisation prolongée sans avis médical. Ne pas administrer en cas d'ulcère gastrique ou duodéal ni en cas d'allergie aux salicylates ou aux anti-inflammatoires non stéroïdiens. Lisez attentivement la notice. Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.

- Lorsque votre enfant a moins de six mois.
- Lorsque votre enfant fait plus de 38°C pendant plus de 24 heures.
- Lorsque la fièvre s'accompagne de mouvements anormaux et convulsifs du visage ou des membres, même si ces mouvements ne durent pas longtemps et que votre enfant n'a plus du tout l'air malade par après.
- Lorsque la fièvre s'accompagne de vomissements ou de diarrhée.
- Lorsque la température atteint 39°C ou plus.
- Lorsque votre enfant se plaint de douleurs dans le bas-ventre ou dans le dos au niveau des reins.
- Lorsque votre enfant urine très souvent ou qu'il éprouve des sensations de brûlure en urinant.
- Lorsque la fièvre dure plus de trois jours, même si elle est peu élevée.
- Lorsque votre enfant change brusquement de comportement ou est anormalement fatigué.



## Quels fébrifuges utiliser ?

Lors du choix d'un fébrifuge approprié pour votre enfant, il importe de prendre en considération les points suivants :

- 1. Choisissez un traitement adéquat:** Les fébrifuges les plus utilisés pour les enfants contiennent du paracétamol ou de l'ibuprofène. Du fait de sa plus grande sécurité d'emploi, le paracétamol est toujours le médicament privilégié pour le traitement de la douleur et de la fièvre chez les enfants. Toutefois, comme tous les maux sont différents, demandez toujours conseil à votre médecin ou à votre pharmacien.
- 2. Choisissez la forme la mieux adaptée à votre enfant:** Si possible, on préférera toujours la forme sirop. Un suppositoire peut être utilisé chez les tout-petits en cas de vomissements ou lorsque la prise par la bouche n'est pas possible pour une autre raison. Introduisez toujours le suppositoire par la partie plane d'abord. Ainsi, il se fixera bien (profondément) dans le rectum car les muscles du sphincter poussent le côté bombé dans le corps.
- 3. Choisissez le dosage approprié:** Le dosage en fonction du poids corporel doit toujours être préféré au dosage en fonction de l'âge. Le poids peut en effet fortement varier d'un enfant à l'autre du même âge.

Janssen-Cilag vous offre une gamme large de médicaments pour le traitement de la fièvre et de la douleur de votre enfant :

### Perdolan®

à base de paracétamol

### Perdophen®

à base d'ibuprofène



## Un choix responsable en cas de fièvre ou de douleur.



Perdolan® (paracétamol) est un médicament. Pas d'utilisation prolongée sans avis médical. Lisez attentivement la notice. Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien. Perdophen® (ibuprofène) est un médicament pour les enfants à partir de 6 mois. Pas d'utilisation prolongée sans avis médical. Ne pas administrer en cas d'ulcère gastrique ou duodénal ni en cas d'allergie aux salicylates ou aux anti-inflammatoires non stéroïdiens. Lisez attentivement la notice. Demandez conseil à votre médecin ou à votre pharmacien. E.R.: Johnson & Johnson Consumer SA, Roderveldlaan 1, 2600 Berchem © Johnson & Johnson Consumer