

Enfant qui tousse, qui a du mal à respirer ?

Ce guide vous aidera à désencombrer et nettoyer les voies respiratoires de votre enfant.



Quelques conseils



J'appelle le médecin ou le 15 si :

- Mon bébé est fatigué, moins réactif ou très agité,
- Sa respiration est devenue plus rapide,
- Mon bébé devient gêné pour respirer et creuse son thorax
- Il mange moins de la moitié de chaque repas habituel sur 24h.
- Des parties de son visage deviennent bleues

Je protège l'environnement de mon bébé :

- Je ne fume pas dans les espaces fréquentés par mon enfant,
- J'aère les espaces au moins 2 fois 5 minutes par jour.
- Je régule la température de sa chambre à **19°C**.



Hygiène

Avant toute chose, lavez-vous les mains avant et après les soins, avec de l'eau et du **savon** !

Nettoyer le nez de votre enfant

Quand ?



- Plusieurs fois par jour
- Avant et après chaque dodo
- Avant et après chaque repas
- Systématiquement avant et après les manœuvres qui vous seront proposées plus bas

Comment ?

- Avec du sérum physiologique ou un spray nasal si vous n'avez pas de sérum (cf vidéo)
- Attention aux capuchons des pipettes de sérum physiologiques, comptez-les après le lavage du nez.



1	J'allonge bébé sur le dos ou sur le côté avec la tête maintenue sur le côté
2	Je place doucement l'embout de la pipette de sérum physiologique à l'entrée de la narine (la plus haute)
3	J'appuie <u>doucement</u> sur la pipette pour vider une partie du sérum tout en fermant la bouche de l'enfant. À répéter 2 à 3 fois avant de passer à l'autre narine. La même pipette est utilisée pour les deux narines.
4	Le sérum ressort par l'autre narine avec les sécrétions nasales, j'attends que bébé ait dégluti correctement
5	J'essuie son nez à l'aide d'un mouchoir jetable
6	Je répète l'opération pour l'autre narine en couchant bébé et en lui tournant la tête de l'autre côté.



A réaliser 1h30
à 2h après la
dernière prise
alimentaire

Manœuvres respiratoires

(Lien vidéo en bas de page)

Sur la vidéo :
une manœuvre
complémentaire
est proposée.

Ces manœuvres permettront de faire remonter les sécrétions logées dans les bronches de l'enfant.

- Je couche l'enfant sur le dos,
- Je place une main sur son thorax et une main sur son ventre,



- Je laisse l'enfant prendre de l'air : mes mains se soulèvent,
- Je n'appuie JAMAIS sur le ventre mais je laisse ma main posée dessus.

- Quand l'enfant souffle, je l'accompagne en appuyant **légèrement** sur le thorax pour l'aider à souffler le maximum d'air sans forcer. Il doit pouvoir reprendre son souffle facilement après chaque manœuvre

« Légèrement et lentement, mais sûrement. »

- Je répète l'opération plusieurs fois, sans excéder 10 minutes.
- Je laisse l'enfant tousser, si besoin. S'il avale ses glaires ce n'est pas grave

Chambre d'inhalation

(Dans le cas où votre enfant nécessite une prise d'aérosol)

- Je place bébé assis sur mes genoux
- J'enlève le bouchon de l'aérosol, je le secoue, je place l'aérosol sur le babyhaler.
- Je fais **2 bouffées à vide** pour que le médicament se répartisse dans tout le système.
- Je place le masque nez-bouche sur le bébé puis j'injecte 1 bouffée et je laisse le bébé respirer 10 fois, **sans enlever le masque**. J'observe la valve de la chambre pour compter.
- Je répète le nombre de bouffées prescrites par le médecin, à voir **sur l'ordonnance**
- **Je nettoie le visage de l'enfant et sa bouche.**
- Je nettoie la chambre avec de l'eau savonneuse, je rince abondamment à l'eau tiède puis je laisse sécher à l'air libre.



Nous vous invitons à aller voir notre vidéo explicative disponible sur : <https://youtu.be/LKXdyJ1DoIM>

