

# Que faire quand votre enfant a de la fièvre?

## Service de pédiatrie

Adresse du site : [www.docvadis.fr/service-de-pediatrie-gien](http://www.docvadis.fr/service-de-pediatrie-gien)

**La fièvre chez un enfant inquiète beaucoup ses parents, surtout s'il s'agit d'un nourrisson. Pourtant on surestime souvent les dangers de la fièvre, et si on sait comment la gérer on est moins inquiet. Ces recommandations vous aideront à mieux maîtriser ce problème très fréquent.**

## POURQUOI FAIRE BAISSER LA FIEVRE ?

La fièvre peut avoir des conséquences graves chez le nourrisson et l'enfant jusqu'à 4 ans, en particulier convulsions et déshydratation. **Lutter contre la fièvre est donc indispensable**, pas seulement pour le confort de votre enfant. On parle de fièvre chez un enfant à partir de 37°8, mais on ne donne un traitement contre la fièvre qu'à partir d'une température de 38°5. Bien sûr il est indispensable de savoir pourquoi votre enfant a de la fièvre, c'est pourquoi vous devez **faire appel à votre médecin** dans les meilleurs délais pour qu'il traite la maladie en cause. Mais en attendant son avis vous devez faire baisser la fièvre de votre enfant. Signalez-lui ce que vous avez fait, éventuellement montrez-lui ce document.

## COMMENCEZ PAR DES GESTES SIMPLES ET EFFICACES

Tout d'abord **découvrez votre enfant**, mais sans le laisser tout nu à l'air, ce qui est très inconfortable. Laissez-le en sous-vêtements ou en pyjama léger, sans drap sur lui, ou éventuellement tout nu sous un simple drap, sans couverture ni couette.

Maintenez une **température ambiante** de 18 à 22° maximum dans sa chambre ou dans la pièce où il se trouve. **Faites-le boire** de l'eau à volonté. Lorsque la fièvre est très élevée, supérieure à 39°5 malgré le traitement, vous pouvez utiliser un **ventilateur** pour le rafraîchir.

## NEANMOINS LES MEDICAMENTS SONT SOUVENT NECESSAIRES

Les médicaments contre la fièvre sont très efficaces, à condition qu'ils soient donnés **à bonne dose** et **à intervalle régulier**, car ces médicaments n'agissent plus au bout de 6 à 8 heures. De plus il faut **continuer** le traitement, même si la fièvre a diminué, pendant au moins **24 heures**, sinon la fièvre risque de remonter brutalement.

Voici les médicaments à utiliser, et les doses nécessaires. Ayez toujours chez vous ces médicaments, mais tenez-les **hors de portée des enfants** car il sont toxiques à très fortes doses.

### Le PARACETAMOL est le plus utilisé et suffit dans la plupart des cas

**Si votre enfant pèse moins de 20 kg**, utilisez de préférence, pour leur côté pratique et précis les sirops,

#### **Doliprane sans sucre** ou **Dafalgan Pédiatrique**

une dose correspondant au poids en kg de votre enfant, toutes les 6 heures\* (la cuillère est graduée en kg).

**Si votre enfant pèse plus de 20 kg**, les sirops restent pratiques mais les quantités à boire deviennent importantes et il existe d'autres présentations (génériques):

s'il pèse de 20 à 33 kg, **paracétamol 250mg**, un sachet ou un comprimé toutes les 6 heures\*,

s'il pèse plus de 33 kg, **paracétamol 500mg**, un sachet ou un comprimé toutes les 6 heures\*.

\* Si la fièvre remonte au-dessus de 38°5 avant ce délai de 6 heures, vous pouvez lui redonner une dose plus tôt que prévu, mais en respectant toujours un délai minimum de 4 heures. En effet au-delà de 6 doses par 24 heures il y a un risque d'intoxication.

Et les suppositoires ?

Evitez les suppositoires car leur efficacité est moins régulière que les formes à avaler. Ne les utilisez donc que si votre enfant vomit ou refuse obstinément d'avalé.

Utilisez les mêmes doses que pour les comprimés et sachets.

## **Vous pouvez aussi utiliser l'ibuprofène, mais...**

l'ibuprofène a plus d'effets indésirables que le paracétamol, parfois très graves, c'est pourquoi nous ne le conseillons pas, sauf en cas de nécessité absolue, ce qui est très rare. Il est contre-indiqué en cas de varicelle.

Enfin **l'aspirine**, certes efficace sur la fièvre, est déconseillée chez l'enfant avant 12-13 ans car elle peut entraîner des complications très rares mais gravissimes.

Nous espérons que ces conseils vous permettront d'agir efficacement en attendant de consulter votre médecin traitant habituel ou de garde.