

**Votre enfant est gêné pour respirer**



**FAITES LES 3 BONS GESTES**

**OBSERVEZ**

**AGISSEZ**

**SURVEILLEZ**

## Observez

- ▶ le début de la gêne est-il brutal ?



**votre enfant a avalé quelque chose de travers,  
appelez le SAMU (téléphone : 15)**

- ▶ a t-il le nez bouché ou qui coule ?
- ▶ tousse t-il ? la toux est-elle gênante ?
- ▶ quel est son comportement ?
- ▶ a t-il plus de 38°C ?

## Agissez

- ▶ débouchez le nez : lavez le nez avec du sérum physiologique, mouchez-le souvent



- ▶ Continuez de l'allonger à plat sur son dos



- ▶ si votre enfant est asthmatique, vérifiez qu'il a pris correctement son traitement

# Surveillez votre enfant

**Votre enfant se comporte comme d'habitude :  
il joue, il bouge, il mange normalement**

▶ **continuez les soins du nez**

**Si votre enfant :**

- **tousse sans arrêt**
- **siffle en respirant**
- **est très essoufflé**
- **est gêné pour manger**
- **n'est pas comme d'habitude**

▶ **consultez rapidement votre médecin.**

**Votre enfant a moins de 3 mois :**

**à cet âge un bébé est plus vulnérable,  
il peut s'agir d'une urgence**

▶ **APPELEZ VOTRE MEDECIN**

**La rhinopharyngite** est la cause la plus fréquente de la gêne respiratoire. Elle est le plus souvent bénigne et guérit spontanément en quelques jours. C'est le nez bouché qui gêne le plus l'enfant : il faut le désobstruer souvent. La toux est un réflexe naturel pour dégager les sécrétions (les glaires).

**La laryngite** provoque une gêne souvent nocturne et brutale avec une toux rauque, aboyante. Appelez un médecin.

**La bronchiolite** est souvent bénigne mais, si votre enfant est gêné pour manger ou pour dormir, consultez rapidement un médecin.

**Pour éviter la contagion**, lavez-vous très souvent les mains.

**Demandez à votre médecin ou à votre pharmacien de vous apprendre comment laver le nez avec du sérum physiologique.**

Votre médecin									
---------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

SAMU	1	5
------	---	---

Cette fiche conseil a été réalisée par l'association Courlygones, groupe de travail composé de professionnels de santé et de parents. Son message a été validé par un comité scientifique national indépendant.



Avec le concours de :



Les plaquettes déjà publiées par Pédia Santé sont disponibles librement sur le site : [www.pediasante.net](http://www.pediasante.net)