

Douleurs et fièvre chez l'enfant

Les douleurs et la fièvre sont les symptômes de maladie les plus courants chez les enfants. Le Dr Roman Schmid de la pharmacie Bellevue à Zurich nous explique les méthodes et les traitements qui existent, ainsi que les points essentiels pour la recommandation des antalgiques et des anti-pyrétiques en pharmacie.

Jürg Lendenmann



Le Dr Roman Schmid, pharmacien, dirige la pharmacie Bellevue à Zurich depuis 1989 et en est le seul propriétaire depuis 2005. La pharmacie est ouverte 24 heures sur 24, 365 jours par an, et emploie 56 collaborateurs. Elle propose un vaste choix de remèdes de la médecine officielle et complémentaire.

fièvre en soi n'a rien de négatif. C'est le signe que le corps se défend et que l'organisme a besoin de repos. Mais si on monte à 40°, il convient de suivre de près l'évolution de la maladie et de traiter avec un antipyrétique. Les enfants ayant tendance à faire des convulsions doivent toujours être soignés avec un fébrifuge. Pour les nourrissons et les enfants de moins d'un an, il est conseillé de consulter.

Les remèdes traditionnels comme les enveloppements de vinaigre et de moutarde ou les méthodes de la médecine complémentaire sont surtout utiles au tout début et à mon avis judicieux quasiment en premier recours.

J'observe souvent que les parents sont démesurément inquiets, surtout avec leur premier, quand ils ne savent pas encore à quel point un enfant qui a de la fièvre peut être agité, ni que les écarts de température sont beaucoup plus marqués chez les petits enfants que chez les jeunes ou les adultes. Quand il s'agit d'un bambin qui ne sait pas encore dire ce qui lui arrive, les parents sont d'autant plus soucieux.

Dans de telles situations, il faut d'abord rassurer. Il est alors très utile que je raconte mon expérience avec mes propres enfants et que je puisse faire des recommandations en conséquence. Il est aussi important de garder les enfants malades à la maison : il peut arriver qu'au bout d'une demi-journée de fièvre, les petits veuillent déjà retourner jouer dehors. Il faut leur faire comprendre qu'ils ne pourront sortir qu'après un certain temps de convalescence. Pour beaucoup d'enfants malades, il ne faut pas non plus sous-estimer le rôle des soins et de l'attention des parents dans le processus de guérison. En règle générale, je recommande une attitude pragmatique dictée par l'amélioration du bien-être du patient.

Pour savoir comment traiter les douleurs et la fièvre, il est essentiel d'évaluer le degré de souffrance non seulement de l'enfant (c'est bien sûr plus difficile), mais aussi des parents.

Quand les parents se présentent à la pharmacie avec leurs enfants, associez-vous l'enfant malade à l'entretien de conseil ?

Oui, s'il est assez âgé pour communiquer des informations sur son état. Souvent, cela donne lieu

Dr Schmid, quelles maladies peuvent entraîner douleurs et fièvre chez les enfants ?

Elles sont nombreuses : angine, grippe et infections grippales, infections des voies respiratoires, maladies gastro-intestinales, infections urinaires, otite moyenne, roséole, pneumonie, sans oublier les maladies infantiles, varicelle, oreillons, rougeole, rubéole et scarlatine, enfin les réactions aux vaccins et les poussées dentaires. Les douleurs (sans fièvre mais liées à une inflammation) peuvent aussi survenir lors de légères blessures de sport, comme les contusions.

L'hiver, la grippe et les infections grippales sont courantes, y compris chez les enfants. Existe-t-il des consignes générales à suivre pour ces maladies ?

A titre préventif, quand ils vont dehors, les enfants doivent avoir une tenue adaptée à la température. La durée de la sortie au grand air doit être ajustée en fonction des conditions météorologiques. Si les enfants sont en sueur ou si leurs vêtements sont mouillés, ils ne doivent pas rester au froid, où ils commencent vite à grelotter. Je préconise de ne surtout pas trop chauffer les

logements. La température doit notamment rester modérée dans les chambres. Une alimentation équilibrée fait aussi partie des principales mesures de prévention.

Les rhumes sont courants chez les enfants et ne sont généralement pas inquiétants : à un certain âge, les petits doivent renforcer leur système immunitaire. J'observe souvent qu'entre un et six ans, les infections sont proportionnellement plus fréquentes que chez les plus grands, dont le système immunitaire est plus développé, grâce aux précédentes maladies.

Le plus important est d'identifier les maladies à temps, de les diagnostiquer et de bien les traiter. En cas de rhume, de grippe ou d'infection grippale accompagnée de fièvre, il est important que l'enfant boive beaucoup.

Que recommandez-vous aux parents inquiets dont les enfants souffrent de douleurs et de fièvre ?

Si les parents arrivent à la pharmacie avec un enfant de plus d'un an, qui a entre 38 et 39°, je considère que ce n'est pas grave, sauf s'il a de la température depuis trois ou quatre jours. La

à une conversation intégrant tous les participants, qui fournit des informations précieuses et permet d'optimiser le conseil.

En Suisse, quelles substances peuvent être vendues sans ordonnance pour traiter les douleurs et la fièvre chez les enfants de moins douze ans ?

Nous avons l'acide acétylsalicylique, l'ibuprofène et le paracétamol.

Certaines doivent-elles être évitées pour les enfants qui ont de la fièvre ?

Oui, l'acide acétylsalicylique car, dans de rares cas, il peut provoquer le syndrome de Reye. En règle générale, je ne recommande pas les médicaments à base d'acide acétylsalicylique aux enfants de moins de douze ans, d'autant plus que deux autres substances sont utilisables, l'ibuprofène et le paracétamol.

Les infections virales sont-elles souvent accompagnées de symptômes inflammatoires ? Parmi ce type de symptômes, lesquels sont les plus courants ?

Le plus souvent, les inflammations entraînent des maux de gorge et des difficultés à déglutir. Les enfants ont aussi fréquemment mal aux oreilles. Le début de la douleur dans les infections virales varie d'un individu à l'autre. Dans tous les cas, il est intéressant de traiter avec un produit qui non seulement atténue la souffrance, mais qui a en plus un effet anti-inflammatoire. Cela fait disparaître la maladie plus vite.

L'ibuprofène n'est en vente libre pour les enfants de moins de douze ans que depuis le mois de novembre. Du point de vue des pharmaciens, quel est son intérêt pour traiter cette population ?

Avec l'ibuprofène, les pharmaciens ont à leur disposition une substance non seulement antalgique et antipyrétique, mais aussi anti-inflammatoire. Comme je viens de l'expliquer, c'est important, car la plupart des infections grippales s'accompagnent de phénomènes inflammatoires comme les maux de gorge ou les douleurs d'oreilles.

Même pour les blessures de sport légères avec douleurs et inflammations, par exemple pour les contusions, je recommande l'ibuprofène en sirop, qui est en plus facile à doser. L'enfant peut

ensuite dormir calmement et, dans le cas de blessures légères, souvent il peut retourner dès le lendemain à l'école, frais et dispos.

Quelles sont les autres différences entre l'ibuprofène et le paracétamol en termes d'efficacité contre les douleurs et la fièvre ?

D'après les études, à tolérance égale, l'ibuprofène aurait une action antalgique et antipyrétique plus efficace. D'une façon générale, j'ai les meilleurs résultats possibles, même chez les adultes, en recommandant des anti-inflammatoires comme l'ibuprofène ou des substances en vente sur prescription comme le diclofenac ou l'acide méfénamique. Ils permettent à la gorge de dégonfler et au nez de se dégager. Le paracétamol, lui, est efficace sur la douleur mais n'agit pas sur l'inflammation.

Si les clients se plaignent de difficultés à déglutir, je préconise en général des médicaments à base d'ibuprofène à la place des pastilles à sucer.

Quelles formes galéniques sont les plus adaptées aux enfants, et quel rôle joue le goût d'un médicament pour eux ?

Pour les enfants, on peut envisager les suppositoires et les sirops. Dans les pays du sud, les enfants acceptent bien les suppositoires tandis qu'en Suisse et dans les pays du nord, ils ont tendance à s'y opposer. De plus, la résorption de la substance active n'est pas homogène. Je trouve le sirop le mieux adapté pour un traitement, surtout s'il a bon goût.

Quand conseillez-vous aux parents d'un enfant qui a de la fièvre et des douleurs de consulter un médecin ?

Pour les nourrissons comme pour les enfants de plus d'un an, je pense qu'il est recommandé de consulter un médecin quand la fièvre dure depuis plus de trois jours. En général, il est nécessaire d'aller chez le médecin quand la conscience, la respiration, la circulation mais aussi l'activité de l'enfant sont affectées, autrement dit quand son état général devient inquiétant pour sa mère. ■

* Maladie cérébrale aiguë avec inflammation d'un foie très gros, à la suite d'une infection virale, surtout chez les grands nourrissons et les enfants