

---

## Gérer le rhume, la grippe et les enfants : Doucement avec les antibiotiques

Si votre enfant a mal à la gorge ou a le nez qui coule, vous vous attendez peut-être à ce que son fournisseur de soins de santé lui prescrive des antibiotiques. Mais la plupart du temps, les enfants n'ont pas besoin d'antibiotiques pour ces symptômes de maladie respiratoire. Au contraire, les antibiotiques pourraient faire plus de mal que de bien.

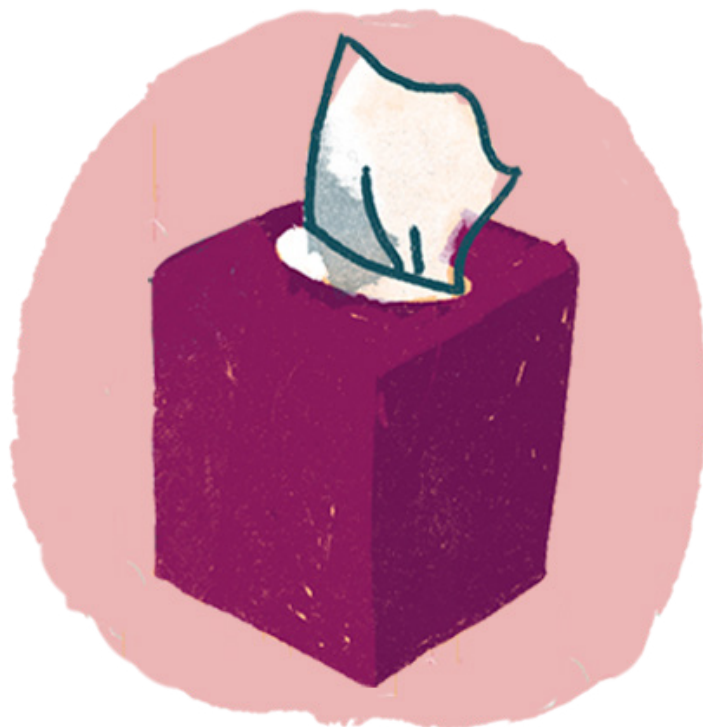
Voici pourquoi :

---

### **Les antibiotiques combattent les bactéries, pas les virus.**

Si votre enfant a une infection bactérienne, les antibiotiques pourraient l'aider. Mais si l'infection est virale, les antibiotiques ne feront rien pour soulager votre enfant ni empêcher la contagion.

- Le rhume et la grippe sont causés par des virus.
- La bronchite est aussi généralement causée par un virus.
- La bronchiolite est un type particulier d'infection respiratoire qui cause souvent une respiration sifflante et peut rendre les jeunes bébés très malades. Elle est aussi causée par un virus.
- La plupart des infections des sinus (sinusites) sont causées par des virus. Les symptômes comprennent une grande accumulation de mucus dans le nez et un écoulement post-nasal.
- La présence de mucus coloré ne signifie pas nécessairement que votre enfant a une infection bactérienne.



---

### **Les antibiotiques n'aident pas à éliminer la majorité des infections respiratoires, sauf dans certains cas et certaines infections.**

La grippe est toujours causée par un virus. Parfois, les bébés et les enfants développent une infection bactérienne en plus de la grippe. Dans ce cas précis, des antibiotiques pourraient être nécessaires.

Il arrive que des bactéries causent une sinusite, mais encore là, l'infection se résorbe habituellement d'elle-même en une semaine environ. La majorité des otites se guérissent aussi sans antibiotiques.

Dans la plupart des cas, les maux de gorge

sont d'origine virale. Mais dans certains cas, comme la pharyngite streptococcique, il s'agit d'infections bactériennes. Les symptômes de pharyngite streptococcique comprennent la fièvre, la rougeur, et la difficulté à avaler généralement sans toux ni écoulement nasal.

Votre fournisseur de soins de santé décidera si votre enfant doit subir un dépistage du streptocoque. Si ce test est positif, le fournisseur prescrira alors des antibiotiques.

---

### **Quand votre enfant a-t-il besoin d'antibiotiques?**

Votre enfant POURRAIT avoir une infection bactérienne dans les cas qui suivent, et vous devriez alors consulter un fournisseur de soins de santé :

- des symptômes de sinusite qui ne s'améliorent pas en 7 jours, ou qui s'améliorent puis s'aggravent à nouveau;
- un écoulement nasal et une fièvre durant plusieurs jours consécutifs, ou un écoulement nasal et un mal de tête qui ne s'en vont pas.

Votre enfant AURA BESOIN d'antibiotiques dans les cas suivants :

- il a une pneumonie bactérienne;
- on lui a diagnostiqué une coqueluche;
- il a une pharyngite streptococcique, d'après un test rapide ou une culture de la gorge.

**RAPPEL :** Pour un bébé de moins de trois mois, appelez votre fournisseur de soins de santé dès que la fièvre dépasse 38 °C. Les très jeunes bébés peuvent avoir des infections graves nécessitant des antibiotiques, voire une hospitalisation.

---

## **Quoi faire face au rhume et à la grippe :**

### **Essayez d'arrêter la propagation.**

- Lavez vos mains et celles de votre enfant avec de l'eau et du savon.
- Assurez-vous que les vaccins de routine de votre enfant sont à jour et envisagez un vaccin antigrippal si votre enfant a six mois ou plus.
- Essayez de garder votre enfant à la maison pour qu'il puisse se reposer suffisamment quand il est malade.

### **Soulagez les symptômes.**

- Veillez au confort de votre enfant autant que possible. Vérifiez sa température et offrez-lui à boire régulièrement.
- Pour soulager rapidement la douleur, utilisez de l'acétaminophène (Tylenol® ou générique pour bébés ou pour enfants). L'ibuprofène (Motrin® ou générique pour enfants) peut être utilisé pour les enfants de six mois et plus.
  - o Ne donnez pas d'acide acétylsalicylique (Aspirin®) ni de médicaments qui en contiennent aux enfants.
  - o Ne donnez pas de médicaments en vente libre pour la toux et le rhume aux enfants de moins de six ans sans ordonnance d'un fournisseur de soins de santé.
- Pour la toux, vous pouvez donner une cuillère à café de miel pasteurisé au coucher si vous avez plus de 12 mois. Rincer les dents après avoir donné.

---

## **Les antibiotiques comportent des risques s'ils sont pris lorsqu'ils ne sont pas nécessaires.**

Ces médicaments peuvent causer de la diarrhée ou des vomissements. Certains enfants ont des allergies potentiellement graves ou mortelles à des antibiotiques.

La mauvaise utilisation et la surutilisation des antibiotiques encouragent les bactéries à changer. Cela signifie que les antibiotiques deviennent moins efficaces lorsqu'ils sont requis. C'est la « résistance aux antibiotiques ». Quand les bactéries sont résistantes aux médicaments utilisés contre elles.

---

## **Au sujet de Choisir avec soin**

Choisir avec soin est la version francophone de la campagne nationale Choosing Wisely Canada. Choisir avec soin agit comme porte-parole national pour la réduction des examens et des traitements inutiles en santé. L'un de ses principaux rôles est d'aider les professionnels de la santé et les patients à engager un dialogue menant à des choix judicieux et efficaces.

### **Comment ce dépliant a été créé :**

Cette brochure a été adaptée avec la permission d'une brochure similaire utilisée dans la campagne américaine Choisir avec soin, organisée par la Fondation ABIM. Des modifications ont été apportées pour assurer la pertinence pour un public canadien. Ce dépliant a été revu par la D<sup>re</sup> Olivia Ostrow.

Ce dépliant est là pour que vous puissiez l'utiliser lorsque vous parlez avec votre fournisseur de soins de santé. Il ne remplace pas un avis médical et un traitement. L'utilisation de ce dépliant se fait à vos propres risques.