

Prendre soin des enfants



Une alimentation nutritive, l'hygiène et la propreté ainsi que la vaccination contre les maladies communes de l'enfance constituent des « gardes du corps » qui protègent les enfants contre les infections et les maintiennent en bonne santé.

Les parents et les travailleurs de la santé peuvent en apprendre davantage sur la santé dans le chapitre Bien s'alimenter pour rester en bonne santé, sur l'hygiène et la propreté dans le chapitre L'eau et assainissement : Les clés pour rester en bonne santé, et sur la vaccination dans le chapitre Les vaccins (en cours d'écriture) afin de prévenir la plupart des maladies courantes de l'enfance.

*Mieux vaut prévenir que guérir.
cela est d'autant plus vrai pour les enfants.*

Une alimentation nutritive

Disposer d'une alimentation nutritive en quantité suffisante constitue l'élément clé pour la croissance et la santé des enfants. Le chapitre Bien s'alimenter pour rester en bonne santé vous montre comment vous et vos enfants pouvez manger sainement, même avec peu d'argent. Vous y découvrirez aussi comment traiter la malnutrition chez les enfants et les adultes. Vous pourrez offrir la meilleure alimentation possible à vos bébés et à vos jeunes enfants avec ces conseils.

Les 6 premiers mois

Le lait maternel contient tout ce dont a besoin un nourrisson, n'hésitez pas à le faire téter aussi souvent qu'il veut : toutes les 3 ou 4 heures en journée, un peu moins souvent la nuit. Attendez qu'ils fasse ses premières dents vers l'âge de 6 mois pour lui donner de l'eau, du jus de fruit ou des flocons d'avoine car ces aliments peuvent provoquer une diarrhée chez les nourrissons.

Voir pages 18-23 Les nouveau-nés et l'allaitement pour en savoir plus sur l'allaitement maternel.



S'occuper d'un enfant malade

Tout comme avec un adulte, la coopération de l'enfant vous est nécessaire pour que vous vous occupiez bien de lui. Obtenir sa coopération demande de la patience et de l'honnêteté. Soyez doux et gentil. Ne lui dites pas qu'une injection ne fait pas mal ou qu'un médicament amer a bon goût. S'il vous fait confiance, votre enfant acceptera plus facilement que vous l'examiniez et sera plus enclin à répondre à vos questions ou à respecter son traitement.

D'autres moyens pour que l'enfant se sente en sécurité :

- Avant d'ausculter votre enfant, prenez le temps de discuter avec lui. Profitez de ce moment pour évaluer son état général. Semble-t-il en bonne santé ? Respire-t-il normalement ? Sa peau est-elle claire ?
- Si vous avez l'intention d'utiliser un stéthoscope ou un thermomètre, montrez-lui simplement comment fonctionnent ces instruments.
- Encouragez la mère, la grand-mère ou la personne qui s'occupe de l'enfant à le tenir et à le cajoler. Si possible, montrez à la personne soignante comment procurer tout traitement nécessaire.
- Si votre enfant souffre, donnez-lui du paracétamol (acétaminophène). Cela ne résoudra pas la cause du problème, mais en soulageant ses douleurs, un enfant pourra boire, manger et commencer à guérir. Voir page 39 pour les doses.
- Réservez les traitements douloureux ou désagréables pour la fin de la visite.



L'amour est le meilleur des remèdes pour les enfants

De 6 mois à 12 mois (1 an)

Il s'agit de l'âge où de nombreux nourrissons commencent à souffrir de malnutrition. Pour maintenir votre nourrisson en bonne santé, poursuivez l'allaitement et commencez également à l'alimenter plusieurs fois par jour. Commencez par un ou deux aliments comme de simples flocons d'avoine ou votre aliment principal habituel avec un peu d'huile ou de matière grasse.

Complétez peu de temps après avec des aliments sains tels que :

- Des aliments riches en protéines une fois par jour voire plus : une purée d'haricots secs cuisinés ou de la farine de fève moulue, des œufs, des produits laitiers, une purée de poisson cuit.
- Des légumes bien cuits : courges, pois, carottes, légumes verts, tomates ou tous les aliments verts ou oranges consommés localement.
- Des fruits : petites portions de mangue, de papaye, de baies ou de banane par exemple.



Après l'âge de 1 an

Poursuivez l'allaitement pendant 2 ans ou plus.



Donnez également les mêmes aliments sains et variés qu'un adulte a l'habitude de consommer : féculents, protéines, fruits et légumes. Les jeunes enfants doivent manger 4 fois par jour ou plus. Ils ont besoin de manger bien plus souvent lorsqu'ils ne sont plus allaités.

Les portions sont les mêmes qu'il s'agisse de filles ou de garçons. Les filles et les garçons qui mangent suffisamment d'aliments nutritifs grandissent mieux et en bonne santé. L'alimentation aide également à développer le cerveau pour que les enfants puissent réfléchir, apprendre et jouer.

Les enfants sont comme les poules : toujours en train de picorer.

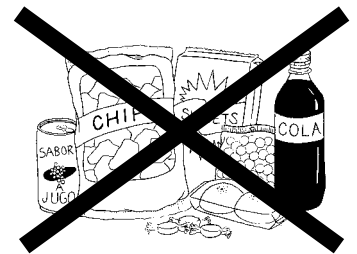


Les biberons

Les biberons et les tétines en caoutchouc peuvent être dangereux car il est difficile de bien les nettoyer. Ils portent souvent des germes qui entraînent la diarrhée. Si vous devez nourrir l'enfant lorsque la mère est absente, au travail par exemple, donnez-lui du lait maternel avec une tasse et une cuillère propres. Les nourrissons plus âgés et les jeunes enfants ne devraient jamais utiliser de biberons. Les dents baignent plus longtemps dans le sucre si l'on donne du jus de fruit, des flocons d'avoine ou du lait en biberon aux enfants plus âgés, ce qui abîme généralement les dents (caries). Les enfants apprennent facilement à boire à la tasse.

L'alimentation malsaine

Les gâteaux, bonbons, chips, sodas ou encore les aliments industriels font partie de « l'alimentation malsaine ». Ils contiennent trop de sucre, de sel, de matières grasses, de substances chimiques et pas assez d'éléments nutritifs. Une alimentation malsaine entraîne des caries, de l'hypertension artérielle, du diabète et d'autres problèmes de santé dangereux qui se révéleront plus tard au cours de la vie.



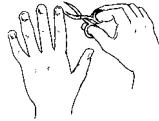
Si les aliments malsains sont disponibles, les enfants les réclameront sans doute car ils ont bon goût. En tant que parents et travailleurs de la santé, il est de notre responsabilité de protéger les enfants des mauvaises habitudes alimentaires. Si votre enfant a faim, donnez-lui des fruits frais, des noix, des yaourts, des flocons d'avoine ou un autre aliment nutritif sans sucres ajoutés. Apprenez aux enfants que les aliments nutritifs sont aussi agréables à manger. De bonnes habitudes alimentaires aideront les enfants durant toute leur vie.

Les enfants grandissent mieux et en bonne santé avec une alimentation naturelle, pas avec une alimentation malsaine.

La propreté et l'hygiène

Lavez les mains de vos enfants avant chaque repas et plusieurs fois par jour. La plupart des diarrhées, des rhumes, des gripes ou des autres maladies sont transmises par des germes qui passent des mains à la bouche (et les enfants se mettent constamment les mains dans la bouche !).

Se laver les mains permet d'éliminer les germes qui s'accumulent sur les mains et de les empêcher d'atteindre la bouche. On peut ainsi éviter des maladies. Se laver les mains régulièrement permet de garder votre enfant en bonne santé.



Lavez vos enfants tous les jours. Coupez-leur les ongles afin que la saleté ne s'y incruste pas. Lavez régulièrement les vêtements, les draps et les couvertures.

Les enfants et les adultes ont besoin d'un espace sûr et propre pour aller à la selle tous les jours. Autrement, les excréments ainsi que les germes responsables de la diarrhée qu'ils contiennent se dispersent partout. En construisant des toilettes pour votre famille, vos voisins ou votre communauté, vous vous prémunirez contre la diarrhée.

Le chapitre L'eau et assainissement : Les clés pour rester en bonne santé contient de nombreuses propositions détaillées pour améliorer les conditions sanitaires et pour prémunir les enfants contre la diarrhée.

Les vaccinations et les médicaments

Les vaccinations protègent les enfants contre de nombreuses maladies de l'enfance. Parmi les plus dangereuses sont la rougeole, le tétanos, la polio et la tuberculose. Il est plus facile, moins coûteux et plus efficace de vacciner que d'aider un enfant malade ou mourant. Vacciner les enfants constitue un des moyens les plus efficaces pour les maintenir en bonne santé.

Voir le chapitre Les vaccins (en cours d'écriture) pour une liste des vaccinations recommandées ainsi que les périodes durant lesquelles celles-ci doivent être effectuées.

Assurez-vous que votre enfant ait reçu toutes les vaccinations nécessaires.

D'autres moyens de protéger la santé de votre enfant

- Protégez les dents de votre enfant par un brossage régulier. Ne lui donnez pas trop de sucreries, de bonbons ou de boissons sucrées. Voir page 14 Bien s'alimenter pour rester en bonne santé pour en savoir plus sur « l'alimentation malsaine ».



- Allaitez. Lorsque vous donnez d'autres aliments ou d'autres boissons, utilisez un bol et une cuillère propres et évitez les biberons ou les tétines qui sont difficiles à nettoyer.

- Ne laissez pas les enfants malades ou souffrants, les enfants ayant la gale, des poux ou la teigne partager leur lit avec d'autres enfants ou utiliser les mêmes vêtements ou les mêmes serviettes. Traitez les enfants rapidement contre ces infections qui se transmettent facilement d'un enfant à l'autre.



- Utilisez les lits à moustiquaires pour empêcher les moustiques d'entrer. Nettoyez toutes les flaques d'eau et toute autre eau stagnante pour empêcher la prolifération des moustiques. Équipez les portes ainsi que les fenêtres de moustiquaires.

- Laissez les cochons, les chiens et les poules, et les germes qu'ils transportent, en dehors de la maison.



- En présence d'ankylostomes, les enfants doivent porter des chaussures ou des sandales et ne pas marcher pieds nus.
- En présence d'ascaris, vermifugez tous les 6 mois, à l'âge de 1 an. Voir page 50 pour les médicaments et dosage.

Les problèmes de santé des enfants

Malgré tous nos efforts en matière de prévention, les enfants peuvent encore parfois tomber malades. Chez les enfants, une maladie peut s'aggraver très rapidement. Il est donc important de noter tous les signes précurseurs d'une maladie et de les traiter immédiatement.

⚠ Les signes de danger

Un enfant présentant un de ces signes nécessite un traitement rapide et une attention particulière. En le soignant, l'enfant peut rapidement aller mieux. S'il présente plus d'un de ces signes ou si l'un de ces signes s'aggrave, l'enfant est en danger :

- **Déshydratation.** Une absence d'urine, une bouche sèche ou un creux mou sur la tête d'un nourrisson sont des signes de déshydratation mettant sa vie en danger. Voir ci-dessous.
- **Convulsions.** Périodes brèves et soudaines de perte de connaissance accompagnées de mouvements brusques se manifestant souvent en cas de forte fièvre. Voir page 12.
- **Léthargie.** Les signes de faiblesse ou de fatigue générale ne sont ni normaux ni sains. Un manque d'intérêt pour la nourriture et une confusion mentale sont notamment inquiétants. Toute maladie grave peut mener à ce problème.
- **Difficultés respiratoires ou respiration accélérée.** Il s'agit de signes de pneumonie pouvant être mortels chez les jeunes enfants. Voir page 14.

La déshydratation

La déshydratation est un manque d'eau dans le corps. La plupart des enfants mourant d'une diarrhée meurent de déshydratation. Le traitement consiste à boire plus pour remplacer les fluides manquants. C'est de la réhydratation, voir pages 22-24 Les douleurs au ventre, les diarrhées, et les vers. La réhydratation traitera la déshydratation due à la diarrhée, au vomissement ou au fait de travailler dans un environnement chaud. La déshydratation due à la diarrhée est très dangereuse chez les enfants, surveillez constamment ces signes :

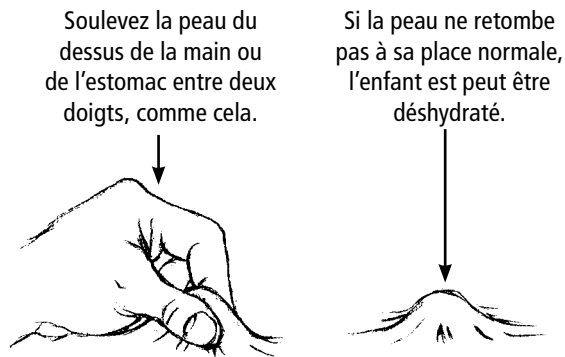
LES SIGNES DE LA DÉSHYDRATATION

- Avoir une diarrhée même s'il n'y a pas d'autres signes de déshydratation
- Avoir soif (mais les enfants ne disent pas toujours qu'ils ont soif)
- Avoir la bouche et la langue sèches (lorsque vous touchez l'intérieur des joues de l'enfant, cela vous paraît sec)
- Uriner moins souvent et avoir une urine foncée

Commencez le traitement immédiatement avant que les signes n'empirent.

LES SIGNES QUI MONTRENT QUE LA DÉSHYDRATATION S'AGGRAVE

- Être léthargique : fatigué, manque d'énergie
- Un pouls rapide
- Une respiration plus profonde
- Des yeux creux, sans larmes
- La peau qui reste dans sa forme étirée lorsque vous la pincez



Lorsque la déshydratation devient grave comme ici, l'enfant est en grand danger. Un traitement rapide peut sauver la vie de l'enfant.

LE TRAITEMENT ET LA PRÉVENTION

Le traitement de la déshydratation est simple : donner des liquides à boire. Consultez la recette d'une boisson réhydratante qui sauve des vies, page 22 Les douleurs au ventre, les diarrhées, et les vers. Si l'état de l'enfant ne s'améliore pas rapidement, demandez de l'aide.

Le lait maternel

Si vous allaitez un enfant déshydraté, continuez à le faire téter et donnez-lui aussi des boissons réhydratantes. Allaites votre enfant plus souvent, au moins toutes les 2 heures. Laissez votre enfant téter aussi longtemps qu'il le souhaite.

La diarrhée

Les selles molles et liquides, c'est la diarrhée. Plusieurs raisons expliquent la diarrhée chez l'enfant, la principale étant la dissémination de germes due à de mauvaises conditions sanitaires ou à la malnutrition. Bien que la diarrhée se soigne généralement sans l'aide de médicaments, un traitement reste essentiel pour toute personne qui y souffre. Ce traitement consiste à boire des liquides pour remplacer les fluides perdus dans les selles. S'il ne boit pas de liquides, un enfant qui a la diarrhée peut en perdre une telle quantité qu'il peut en mourir.

Pour sauver la vie d'un enfant, donnez-lui des liquides pour remplacer ceux qu'il a perdus.

Pensez-vous que faire boire un enfant aggravera la diarrhée ? Bien que cette déduction puisse paraître logique puisque les selles diarrhéiques d'un enfant sont liquides, **les liquides ne provoquent pas la diarrhée.**

Empêcher l'enfant de boire n'améliore pas la diarrhée. Au contraire, cela le met en danger.



Boire des liquides est le geste à adopter en cas de diarrhée.



Pour savoir plus sur la diarrhée voir page 25 Les douleurs au ventre, les diarrhées; et les vers. Ces consignes concernent uniquement les enfants.

LE TRAITEMENT

1. Donnez une boisson réhydratante. Pour un enfant de moins de 2 ans, donnez au moins $\frac{1}{4}$ de verre après chaque selle liquide. Pour un enfant de plus de 2 ans, donnez $\frac{1}{2}$ verre après chaque selle liquide. Une boisson réhydratante désigne de l'eau avec un peu de sel et de sucre ou de céréales cuites. Certaines personnes ajoutent un peu de jus de citron pour une question de goût. Voir page 22 Les douleurs au ventre, les diarrhées, et les vers.



2. Donnez à manger. Les enfants ne disent pas toujours qu'ils ont faim. S'ils ne mangent pas, ils s'affaiblissent et tombent malades. Soyez patient. Donnez seulement quelques cuillerées 6 fois par jour ou plus. Donnez progressivement de plus grosses quantités en fonction de l'amélioration de l'état de l'enfant. Enrichissez ses flocons d'avoine avec des aliments énergétiques tels que des cacahuètes (concassées), des œufs, du poisson séché, des yaourts, des avocats ou bien des bananes. Si vous n'avez pas de protéines ou de légumes, ajoutez une cuillère d'huile aux flocons d'avoine.



3. Évitez les médicaments antidiarrhéiques. Ce sont comme un bouchon et donc ne lutte pas réellement contre la diarrhée et les infections à l'intérieur du corps. Les antibiotiques ne sont utiles que dans certains cas de choléra et de diarrhée sanglante, voir page 40.

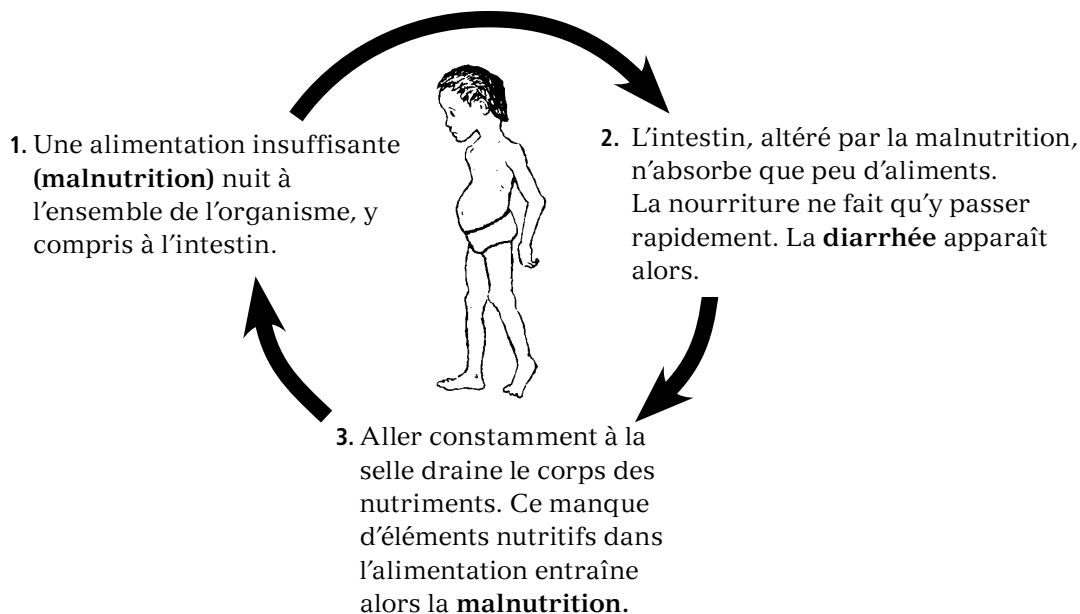
4. Prévenez la diarrhées en améliorant les conditions sanitaires et la nutrition.



Le lait maternel remplace des fluides et les nutriments perdus avec la diarrhée.

La malnutrition et la diarrhée

Les enfants malnourris souffrent plus souvent de diarrhée et ont plus de mal à en guérir. En effet, ces 2 maladies se développent mutuellement dans un cycle nuisible.



La malnutrition cause la diarrhée et la diarrhée cause la malnutrition.

Arrêter ce cycle infernal empêchera l'enfant de mourir d'une association de diarrhée et de malnutrition ou d'une des nombreuses infections qui affectent les enfants affaiblis en permanence par la faim et la diarrhée.

Si vous ne disposez que de peu d'argent, dépensez-le pour nourrir votre enfant. Nourrir votre enfant le renforcera et lui permettra de guérir plus vite, il sera donc moins susceptible d'avoir une nouvelle diarrhée.

Pour traiter la malnutrition sévère, voir page 23 Bien s'alimenter pour rester en bonne santé.

Le zinc aide à lutter contre la diarrhée

Le zinc est un minéral (voir page 52) qui aide à atténuer les diarrhées chez les enfants. Si vous avez du zinc et que votre enfant souffre de diarrhée, donnez-lui-en.

Pour les nourrissons âgés de 2 à 6 mois : donnez 10 mg de zinc tous les jours pendant 10 jours. Écrasez le comprimé et mélangez-le avec un peu de lait maternel.

De 6 mois à 5 ans : donnez 20 mg de zinc tous les jours pendant 10 jours.

Les vomissements

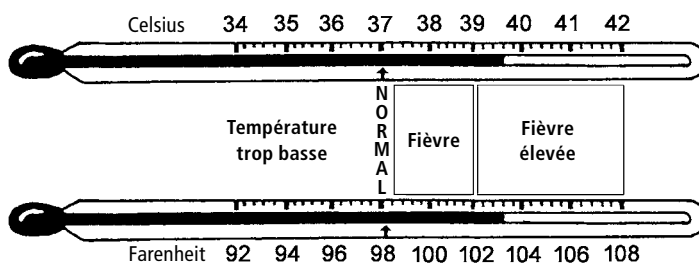
Certains enfants vomissent plus souvent que d'autres. Mais si un enfant vomit beaucoup ou montre des signes de déshydratation, donnez-lui une boisson réhydratante. Voir page 22 Les douleurs au ventre, les diarrhées, et les vers. Au début donnez juste une cuillerée toutes les 15 minutes, même s'il continue à vomir. S'il ne rejette pas ce qu'il boive, donnez-lui une cuillerée toutes les 5 minutes. Après, augmentez les doses. En lui donnant le plus tôt possible plus de liquides et de nourriture, vous l'aidez à retrouver ses forces.

La fièvre

Les enfants ont souvent de la fièvre lorsque leur corps lutte contre une maladie. Cette fièvre peut être assez élevée. Soulagez votre enfant en lui donnant du paracétamol (acétaminophène) ou de l'ibuprofène. Des vêtements humides et un bain frais (mais pas froids) peuvent également l'aider. Donnez-lui beaucoup de liquides pour prévenir la déshydratation. Une fièvre élevée chez un jeune enfant peut provoquer une convulsion, voir page 12. Si elle est élevée, la fièvre peut également signaler l'apparition d'une infection grave. Le meilleur réflexe face à un enfant fiévreux est de trouver la cause de sa fièvre et d'en traiter l'origine.

LES SIGNES DE DANGER ET LES CAUSES DE LA FIÈVRE

| En cas de fièvre et du problème suivant... | Cela peut être... | Voir page |
|--|-------------------|---|
| Torticolis ou forte migraine | Méningite | 13 |
| Éruption cutanée | Rougeole | 22 |
| Toux persistante | Tuberculose | 17 |
| Maux d'estomac, diarrhée ou constipation, parfois accompagnés de tâches roses sur le ventre ou sur les flancs. (En cas de typhoïde, la fièvre augmente généralement progressivement pendant environ une semaine et des maux de ventre apparaissent.) | Typhoïde | Voir Quelques maladies infectieuses graves (en cours d'écriture). |
| Les frissons et la fièvre sont courants si vous vivez dans une zone de paludisme | Paludisme | 11 |



Le Paludisme

Le paludisme est expliqué en détail dans le chapitre Quelques maladies infectieuses graves (en cours d'écriture). Le paludisme est une des principales causes de mortalité des enfants dans les régions où on le rencontre.

LES SIGNES

- Fièvre
- Frissons ou sueurs
- Maux de tête, douleurs musculaires, maux de ventre
- Vomissement ou diarrhée

LE TRAITEMENT

Si possible, effectuez un test de dépistage avant d'utiliser un traitement antipaludéen. Si vous ne pouvez effectuer un test de dépistage et que le paludisme sévit dans l'endroit où vous vivez, commencez immédiatement un traitement antipaludéen si vous ne pouvez déterminer une autre cause expliquant la fièvre.

L'anémie est courante chez les enfants atteints de paludisme, il est donc recommandé de leur donner également des suppléments en fer, voir page 53.

LES SIGNES DE DANGER

- Difficultés respiratoires
- Convulsions, confusion, perte de connaissance ou tout autre signe d'infection cérébrale (voir La méningite page 13).

Tous ces signes mettent la vie de l'enfant en danger et constituent une urgence médicale. Injectez immédiatement de l'artésunate. Si vous n'en disposez pas, injectez de la quinine. Voir le chapitre Quelques maladies infectieuses graves (en cours d'écriture).

LA PRÉVENTION

Voir le chapitre Quelques maladies infectieuses graves (en cours d'écriture) pour connaître de nombreux moyens de réduire l'incidence du paludisme au sein de votre famille ou de votre communauté.



Éloignez le paludisme en installant des moustiquaires sur les lits et aux fenêtres.

Les crises et les convulsions

Les convulsions sont des crises soudaines et généralement brèves entraînant une perte de connaissance ou des changements dans l'état mental. Elles sont souvent accompagnées de mouvements brusques. L'enfant qui fait une convulsion peut toutefois parfois être très calme.

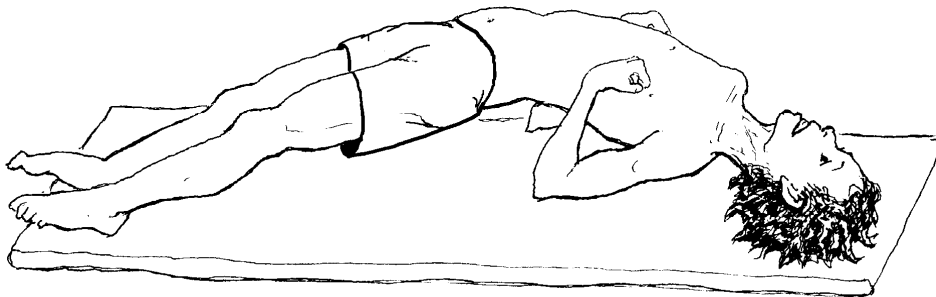


Un jeune enfant peut convulser à cause d'une fièvre élevée, de déshydratation, d'une blessure, du paludisme ou pour d'autres raisons. Les convulsions récurrentes sont désignées sous le terme d'épilepsie. Voir le chapitre Les problèmes à la tête et au cerveau (en cours d'écriture).

Lors d'une convulsion, dégagez l'espace autour de l'enfant afin d'éviter qu'il ne se blesse. Tournez-le sur le côté afin qu'il ne s'étouffe pas s'il vomisse. **Ne tenez jamais à terre un enfant qui convulse et ne tenez jamais sa langue.**

- En cas de convulsion due au paludisme, consultez un médecin. Donnez immédiatement du diazépam (Voir page 46). Traitez avec des médicaments antipaludéens (voir le chapitre Quelques maladies infectieuses graves en cours de écriture).
- En cas de convulsion due à la **déshydratation**, consultez un médecin. Une fois la convulsion terminée, donnez une boisson réhydratante (Voir page 22 Les douleurs au ventre, les diarrhées, les vers).
- En cas de convulsion due à la méningite (Voir page 13), **consultez un médecin**. Si aucune de ces dangereuses causes de convulsions ne semble probable, une convulsion isolée peut ne pas être inquiétante (bien que voir un enfant convulser peut s'avérer assez impressionnant). Si la convulsion se reproduit, consultez un travailleur de la santé.

Les spasmes dus au tétanos peuvent être pris pour une convulsion. La mâchoire se ferme et devient raide (trismus) et le corps se courbe brusquement. Pour apprendre à reconnaître les signes du tétanos, voir page 20 Les premiers secours (en cours d'écriture).



La méningite

Bien qu'elle soit rare, la méningite est une infection grave qui touche l'enveloppe du cerveau et de la moelle épinière. La plupart du temps, elle se déclenche sans raison apparente et la fièvre en constitue le premier signe. Elle découle parfois d'une autre maladie telle que la tuberculose, la rougeole ou les oreillons.

La méningite causée par la tuberculose peut mettre plusieurs semaines pour se développer.

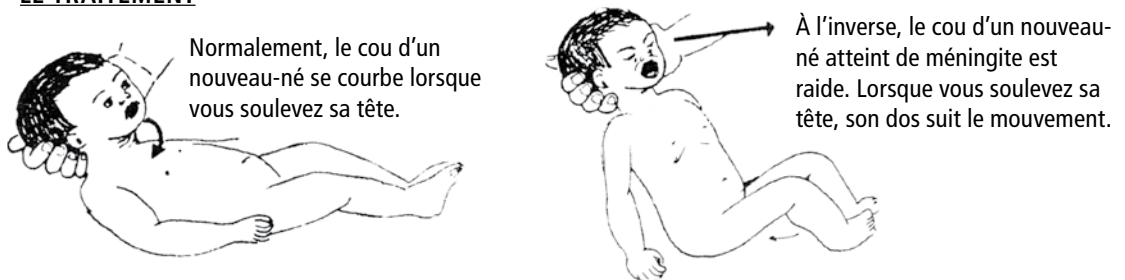
LES SIGNES

- Fièvre
- Forte migraine
- Vomissement
- Crises
- Torticolis — la personne n'arrive pas à mettre sa tête entre ses genoux
- La personne ne veut pas qu'on le touche — essayer de retenir un enfant le fait pleurer
- Sensibilité à la lumière
- Irritabilité, sensibilité et contrariété
- Léthargie : faiblesse, somnolence ou perte de connaissance

LES SIGNES CHEZ LE NOUVEAU-NÉ

L'espace mou (fontanelle) sur le haut de la tête peut gonfler. L'enfant peut vomir ou avoir la diarrhée. Il peut avoir de la fièvre ou une température anormalement basse.

LE TRAITEMENT



Consultez immédiatement un médecin. Procédez immédiatement à une injection d'ampicilline et de gentamicine. Voir page 43.

Si la méningite fait suite au paludisme ou à la tuberculose, traitez également ces maladies. En cas de paludisme cérébral ou de tuberculose cérébrale, voir le chapitre Quelques maladies infectieuses graves (en cours d'écriture).

La pneumonie (infection pulmonaire)

La toux, le rhume et les problèmes respiratoires peuvent être légers ou sévères. L'infection pulmonaire, appelée pneumonie, est l'un des problèmes les plus graves. La pneumonie est décrite en profondeur dans le chapitre Les problèmes respiratoires et la toux (en cours d'écriture). La pneumonie est une des principales causes de mortalité chez les jeunes enfants.

LES SIGNES

- **Une respiration accélérée** est le signe le plus important de la pneumonie. Cette augmentation de la fréquence respiratoire se définit :

Chez les nouveau-nés âgés de moins de 2 mois : Plus de 60 respirations par minute.

Chez les nourrissons âgés de 6 à 12 mois : Plus de 50 respirations par minute.

Chez les enfants âgés de 12 mois à 5 ans : Plus de 40 respirations par minute.

Tous les enfants respirent plus vite lorsqu'ils pleurent. Essayez de calmer l'enfant. Lorsqu'il cesse de pleurer, posez une main sur son ventre pour mesurer sa respiration. Comptez alors combien de fois il respire par minute.

- Fièvre
- Toux
- Peau de la poitrine qui colle aux os à chaque respiration
- Perte d'appétit (ne veut pas manger)



LE TRAITEMENT

Si vous pensez qu'un jeune enfant est atteint de pneumonie, traitez-le immédiatement avec des antibiotiques.

Donnez-lui 325 mg d'amoxicilline 2 fois par jour pendant 5 jours. Pour un enfant âgé de moins de 12 mois, donnez-lui 187,5 mg ($\frac{3}{4}$ d'un comprimé de 250 mg écrasé) mélangé avec un peu de lait maternel. Voir page 43 pour en savoir plus sur l'amoxicilline. Le cotrimoxazole est également efficace contre la pneumonie. Voir page 46.

Donnez-lui abondamment à boire et à manger.

L'enfant commencera à se sentir mieux au bout de 2 jours. Si tel n'est pas le cas, il peut y avoir une autre cause telle que la tuberculose, l'asthme ou une infection par des vers qui s'est propagée au niveau des poumons. Si l'état de santé de l'enfant s'aggrave, s'il a des difficultés respiratoires, s'il perd connaissance ou convulse, il lui faut des injections d'ampicilline et de gentamicine et, si possible, une consultation médicale. Voir page 43.

LA PRÉVENTION

Tout ce qui irrite les poumons facilite le développement d'une infection. Fumer affaiblit les poumons et augmente le risque de contracter une pneumonie. Les fumeurs doivent toujours fumer en dehors de la maison et loin des enfants.

Une cuisinière avec cheminée rejettera la fumée en dehors de la maison et protégera les poumons des jeunes filles ou des femmes qui font la cuisine ainsi que ceux des enfants qui se trouvent à proximité.

La pneumonie et la malnutrition

La plupart des enfants qui meurent de pneumonie sont mal-nourris. La malnutrition les affaiblit trop pour combattre l'infection.



Tout le monde respire plus facilement lorsque les enfants ont suffisamment accès à une nourriture saine chaque jour.

La toux

La toux est généralement causée par un simple rhume et les médicaments sont inutiles. Soulagez l'enfant avec du thé chaud et sucré, avec des inhalations ou tenez-le dans vos bras et réconfortez-le. Son état devrait s'améliorer au bout d'une semaine.

LES SIGNES INDIQUANT UNE TOUX DANGEREUSE

| Les signes | Cela peut être | Voir page ou chapitre |
|---|----------------|--|
| Une toux persistante pendant 2 semaines ou plus, perte de poids et fièvre | Tuberculose | Voir Les problèmes respiratoires et la toux (en cours d'écriture). |
| Une toux accompagnée d'une respiration accélérée | Pneumonie | 14 |
| Une toux sèche durant la nuit lorsque l'enfant ne semble visiblement pas malade (notamment s'il y a également des sifflements). | Asthme | Voir Les problèmes respiratoires et la toux (en cours d'écriture). |

Le croup (toux dite « aboyante »)

Une toux « aboyante » ou une toux persistante avec une voix rauque peuvent être des signes du croup. On peut aussi entendre un son aigu quand l'enfant inspire.

Le croup est causé par une infection des voies respiratoires dans la gorge. En général, les antibiotiques sont inutiles dans ce cas. Vous pouvez soulager l'enfant en lui faisant respirer de la vapeur chaude ou en l'emmenant à l'extérieur pour respirer l'air frais nocturne.

Parfois, l'intérieur de la gorge gonfle tellement que l'enfant a du mal à respirer. Écoutez ses respirations et emmenez-le dans un centre médical si vous pensez qu'il n'a pas assez d'air. Certains médicaments réduisent le gonflement.

La coqueluche

La coqueluche démarre comme un simple rhume (fièvre, nez qui coule, toux). Une ou deux semaines plus tard, la toux empire. Il s'agit de quintes de toux incontrôlables, avec des successions de nombreuses toux rapides. La toux peut être assez forte pour faire vomir la personne.

Après une forte quinte de toux, la personne halète pour reprendre de l'air. Quand elle inspire, elle produit un son aigu caractéristique. La coqueluche peut durer plusieurs mois.



La coqueluche est pénible pour n'importe qui, mais surtout pour un enfant. Un bébé de moins de 1 an peut mourir à force de tousser constamment. Les bébés n'émettent pas toujours le son aigu caractéristique de la coqueluche, ce qui fait qu'il peut être difficile de savoir qu'ils en sont atteints.

LE TRAITEMENT

- L'enfant doit se reposer pour éviter de déclencher la toux.
- Allaitez plus ou donnez d'avantage de fluides et d'aliments.
- Si l'enfant perd du poids ou semble avoir des difficultés respiratoires, adressez-vous à un professionnel de santé.

La meilleure protection est de veiller à ce que les enfants soient vaccinés contre la coqueluche (DTC). Voir le chapitre Les vaccins (en cours d'écriture).

La tuberculose

La tuberculose affecte les enfants plus rapidement que les adultes. Si un enfant a une toux persistante pendant au moins 3 semaines, surtout s'il a une fièvre ou s'il habite près d'une personne qui pourrait avoir la tuberculose, voir le chapitre Les problèmes de respiration et la toux (en cours d'écriture).

La respiration sifflante

La respiration sifflante est un sifflement aigu qui se produit quand on respire. Il vient d'un resserrement à l'intérieur des poumons ou de la gorge et peut accompagner un rhume ou un problème plus grave. Si la respiration sifflante revient de façon récurrente, c'est probablement de l'asthme. La respiration sifflante peut aussi être un signe de la tuberculose, surtout si elle est plus marquée d'un côté du thorax. Voir le chapitre Les problèmes de respiration et la toux (en cours d'écriture).

Le rhume

Chez un enfant, un nez qui coule, un mal de gorge ou une toux disparaissent s'il se repose, boit beaucoup de liquides et mange suffisamment. L'enfant se remettra de lui-même sans médicaments. Les antibiotiques sont inutiles dans le cas d'un rhume. Les rhumes peuvent parfois conduire à des infections de l'oreille (page 18) ou à des maux de gorge (page 20).



L'otite

Si un bébé ou un enfant se frotte l'oreille et pleure, c'est peut-être à cause d'une otite. Les otites sont très fréquentes chez les enfants, en particulier après un rhume ou une rhinite. L'intérieur du nez est relié à la partie interne de l'oreille et les microbes parcourent facilement cette courte distance.

LES SIGNES

- Un enfant plus âgé peut dire qu'il a mal à l'oreille.
- Les bébés pleurent, se frottent les oreilles ou le côté de la tête.
- Il peut y avoir de la fièvre, un manque d'appétit, des difficultés à dormir ou une irritabilité générale.

LE TRAITEMENT

Une otite peut être très douloureuse et peut faire beaucoup pleurer les enfants. Mais si l'enfant a une bonne santé générale et est bien nourri, l'otite disparaît le plus souvent d'elle-même. L'acétaminophène peut aider à gérer la douleur.

Vous pouvez aussi essayer de soulager l'enfant avec de l'huile à l'ail, un remède à préparer chez soi. Faites tremper une gousse d'ail dans de l'huile végétale toute une nuit. Déposez-en ensuite quelques gouttes dans l'oreille plusieurs fois par jour.



QUAND DOIT-ON DONNER DES ANTIBIOTIQUES

Donner de l'amoxicilline ou du cotrimoxazole peut être une bonne idée si l'enfant est déjà en mauvaise santé. Ces enfants ont du mal à lutter contre les infections et l'otite a tendance à durer longtemps. Une longue otite ou des otites fréquentes peuvent conduire à la surdité. Donnez toujours des antibiotiques lorsque :

- Du pus ou du sang s'écoule de l'oreille.
- L'otite ne s'atténue pas après plusieurs jours.
- Un bébé de moins de 6 mois a une otite.

Voir pages 43-46 pour les doses.



Retirez le pus à l'aide d'un petit rouleau de papier ou de tissu doux.

LES SIGNES DE DANGER

Adressez-vous à un professionnel de santé si vous constatez l'un des signes suivants :

- Douleur dans l'os derrière l'oreille
- Maux de tête, étourdissement ou convulsion
- Léthargie (enfant très fatigué ou très faible)
- Perte d'audition, surdité



Une douleur et un gonflement derrière l'oreille peuvent être liés à une infection osseuse dangereuse appelée mastoïdite.

LA PRÉVENTION

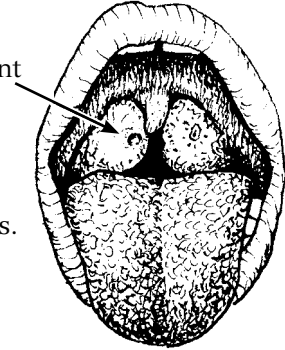
Il arrive parfois qu'un enfant se mette quelque chose dans l'oreille. Essayez de nettoyer l'oreille avec une seringue sans aiguille que vous aurez remplie d'un mélange mi-eau, mi-peroxyde d'hydrogène ou vinaigre. Ou bien, si vous veillez bien à ne pas toucher l'intérieur de l'oreille, vous pouvez retirer l'objet avec une petite pince à épiler. En tout cas, évitez de mettre quoi que ce soit dans l'oreille. Cela risque d'apporter des microbes dans l'oreille ou de perforer le tympan accidentellement. Même une petite égratignure peut s'infecter.



Les bébés allaités sont moins sujets aux otites.

Le mal de gorge

Les maux de gorge viennent généralement d'un rhume. L'intérieur de la gorge est rouge et l'enfant a mal quand il avale. Les amygdales (2 nœuds lymphatiques qui ressemblent à des bosses de chaque côté, au fond de la gorge) peuvent grossir et devenir douloureuses ou se couvrir de pus.



LE TRAITEMENT

- Donnez beaucoup de jus de fruits, tisane et autres fluides.
- Apprenez à l'enfant à se gargariser avec de l'eau chaude salée (½ cuillère à café de sel par verre d'eau).
- Donnez-lui du paracétamol contre la douleur. Voir page 39.

Pour la plupart des maux de gorge, les antibiotiques ne servent à rien et ne devraient pas être utilisés. Mais un cas particulier appelé angine est dangereux pour les enfants et doit être traité à la pénicilline.

LES SIGNES DE L'ANGINE

- Gonflement et pus (petites traces blanchâtres) au fond de la gorge
- Ganglions lymphatiques gonflés ou douloureux dans le cou, en-dessous des oreilles
- Fièvre
- **Pas** de toux ni de nez qui coule

Si un enfant présente 3 ou 4 de ces signes, l'infection est susceptible d'être une angine et doit être traitée (à la pénicilline ou à l'amoxicilline pendant 10 jours par voie orale, ou en une seule injection de pénicilline G - benzathine-benzyl, voir page 45). Une culture de gorge est le seul moyen sûr de connaître l'origine d'un mal de gorge, et doit être utilisée si elle est disponible.

Une angine non traitée peut devenir une maladie douloureuse et dangereuse appelée fièvre rhumatismale.

La fièvre rhumatismale

La fièvre rhumatismale survient à la suite d'une angine et touche en général les enfants de 5 à 15 ans. Si un enfant présente certains des signes dessous 2 à 4 semaines après avoir eu une angine, il peut s'agir d'une fièvre rhumatismale :

- Douleurs dans les articulations, en particulier les poignets et les chevilles
- Articulations enflées, chaudes et rouges
- Fièvre
- Taches cutanées ou bosses sous la peau arrondies ou en forme d'anneaux sur le corps, les bras ou les jambes, mais pas sur le visage
- Mouvements incontrôlés du visage, des pieds ou des mains (que l'on appelle la chorée ou danse de Saint-Vitus)
- Faiblesse, essoufflement, douleurs dans la poitrine

Si vous pensez que l'enfant peut souffrir d'une fièvre rhumatismale, donnez-lui de la pénicilline (voir page 44) pour traiter l'infection. Adressez-vous à un professionnel de santé. La fièvre rhumatismale endommage et affaiblit le cœur. C'est ce que l'on appelle une cardiopathie rhumatismale et elle peut handicaper une personne ou même provoquer une mort précoce.



La diphtérie

La diphtérie est une maladie dangereuse qui commence avec un mal de gorge et un peu de fièvre. Au bout de quelques jours, le fond de la gorge peut se recouvrir d'une couche grise ou blanche. Souvent, l'enfant a la voix enrouée, son cou se gonfle et il a une mauvaise haleine. Ce gonflement et cette couches grise ou blanche peuvent lui rendre la respiration difficile ou impossible.



LE TRAITEMENT

- Adressez-vous à un professionnel de santé. Il existe une antitoxine qui peut être disponible.
- Donnez-lui de l'érythromycine (page 46) ou de la pénicilline (page 45).
- Faites-le se gargariser avec de l'eau tiède légèrement salée.
- Faites-lui respirer de la vapeur chaude pour faciliter la respiration.

Si la couche au fond de la gorge s'épaissit au point que l'enfant a du mal à respirer, essayez-la à l'aide d'un tissu propre.

La diphtérie est facilement évitée avec le vaccin DTC. Assurez-vous qu'il existe un programme de vaccination dans votre communauté et faites vacciner vos enfants.

La rougeole

Les premiers signes de la rougeole sont de la fièvre, le nez qui coule, des yeux rouges et irrités et une toux. Ces signes apparaissent une dizaine de jours après être entré en contact avec une personne atteinte de la rougeole. Viennent ensuite des taches dans la bouche et de la diarrhée. Enfin, une éruption cutanée apparaît derrière les oreilles et sur le cou, sur le visage et le corps, et enfin sur les bras et les jambes.



LE TRAITEMENT

L'enfant atteint de la rougeole peut se remettre en l'espace de 5 à 10 jours si vous l'aidez à boire, à manger et à se reposer :

- Faites-lui boire beaucoup de liquides. Si l'enfant a la diarrhée ou des signes de déshydratation, faites-le boire une solution de réhydratation régulièrement.
- Continuez à allaiter votre enfant s'il est encore au sein. Laissez-le téter aussi souvent et pour aussi longtemps qu'il le souhaite. S'il a du mal à prendre le sein, donnez-lui le lait maternel à l'aide d'une cuillère.
- Proposez à l'enfant de petites portions de nourriture à de nombreuses reprises chaque jour. S'il a du mal à avaler la nourriture solide, proposez-lui des soupes, des bouillies et des jus de fruits.
- Donnez-lui du paracétamol ou de l'ibuprofène pour atténuer la douleur et la fièvre. Voir page 39.
- Donnez-lui de la vitamine A. Voir page 52

Le principal danger de la rougeole est qu'elle peut conduire à d'autres maladies plus graves. C'est surtout le cas des enfants qui souffrent de malnutrition, du VIH ou d'une autre maladie. Si l'un des problèmes ci-dessous survient, traitez-le rapidement :

- **Diarrhée** : Traitez-la avec une boisson réhydratante. Adressez-vous à un professionnel de santé si l'état de l'enfant ne s'améliore pas dans les deux jours.
- **Otite** : Une otite provoquée par la rougeole peut provoquer la surdité. Traitez la douleur d'oreille immédiatement à l'amoxicilline ou au cotrimoxazole. Voir page 18.
- **Détérioration de la vue** : La rougeole peut rendre aveugle. Pour l'éviter, donnez de la vitamine A à tous les enfants atteints de rougeole. Voir page 52.
- **Pneumonie** : Si l'enfant atteint de rougeole respire plus vite que normale ou que sa respiration est difficile, traitez-le contre la pneumonie. Voir page 14.
- **Méningite** : Adressez-vous   un professionnel de santé si l'enfant se comporte anormalement, a très mal à la tête, est pris d'une convulsion ou s'évanouit. Voir page 13.

LA PRÉVENTION

Tous les enfants doivent être vaccinés contre la rougeole (voir le chapitre Les vaccins - en cours d'écriture). Si un enfant a la rougeole, vous pouvez essayer de protéger les autres enfants de la famille et de l'école en les faisant vacciner rapidement. Gardez un enfant atteint de la rougeole à la maison et, si possible, à l'écart de ses frères et sœurs qui ne sont pas malades. Toutefois, il est possible que ses frères et sœurs soient aussi infectés même s'ils n'en ont pas encore les symptômes. Il vaut donc mieux que vous les gardiez tous à la maison jusqu'à ce que vous soyez sûrs qu'ils sont en bonne santé. Cela évite de contaminer le reste de la communauté. On ne peut contracter la rougeole qu'une seule fois dans sa vie, ensuite on en est immunisé.

La rubéole

LES SIGNES

- Fièvre modérée, inférieure à 38,3 ° C (100° F)
- Légère éruption cutanée qui démarre sur le visage et se propage vers le bas du corps
- Gonflement des ganglions lymphatiques derrière les oreilles et à l'arrière du cou et de la tête

Chez les enfants et les jeunes adultes, la rubéole est moins sérieuse que la rougeole. Elle commence à disparaître d'elle-même au bout de 3 ou 4 jours.

Chez les femmes adultes, la rubéole peut provoquer des douleurs aux genoux, aux poignets et aux doigts.



La rubéole a des répercussions très sérieuses sur le fœtus d'une femme enceinte. Les femmes enceintes doivent rester à l'écart d'enfants atteints de rubéole

La seule façon fiable de protéger les femmes enceintes de la rubéole est de vacciner tous les enfants de la communauté.

La varicelle

La varicelle cause une fièvre légère et de petites rougeurs qui démangent. Ces rougeurs commencent en général sur le corps et se propagent sur le visage, les bras et les jambes. Plus tard, elles se transforment en cloques ou en boutons qui peuvent éclater et se dessécher.

La varicelle disparaît en général au bout d'une semaine. Mais le fait de se gratter favorise la pénétration des germes et de la saleté sous la peau et peut entraîner des infections cutanées.

Il faut donc distraire l'enfant pour l'empêcher de trop se gratter. Coupez les ongles de l'enfant courts et gardez-les propres. Ou mettez-lui des moufles ou des chaussettes sur les mains. Soulagez la démangeaison avec des morceaux de tissu trempés dans des flocons d'avoine cuits et refroidis et dans de l'eau. Un antihistaminique comme le chlorphénamine peut aider à réduire les démangeaisons. Voir page 49.

La varicelle peut être prévenue grâce à la vaccination (voir le chapitre Les vaccins - en cours d'écriture). Si vous avez déjà reçu le vaccin ou avez déjà eu la maladie, vous êtes immunisé.

La gale

La gale cause une éruption accompagnée de démangeaison sur les côtés, les mains, les bras, les jambes, ou le pénis. C'est une maladie courante chez les enfants. Pour en savoir plus sur la gale et les autres problèmes de peau, voir le chapitre Les problèmes de peau, d'ongles et de cheveux (en cours d'écriture).

Les oreillons

La maladie disparaît d'elle-même en 10 jours environ. Si le gonflement ne disparaît pas, il peut s'agir d'autre chose. Tant la malnutrition (page 20 Bien s'alimenter pour rester en bonne santé) que le VIH (voir le chapitre Le VIH et le SIDA - en cours d'écriture) peuvent causer un gonflement des ganglions lymphatiques situés sous les oreilles, ce qui ressemble beaucoup aux oreillons.



Il est rare que les oreillons affectent les oreilles ou le cerveau. Consultez immédiatement un professionnel de santé si quelqu'un souffrant des oreillons présente des symptômes de méningite (page 13) ou a des problèmes d'audition.

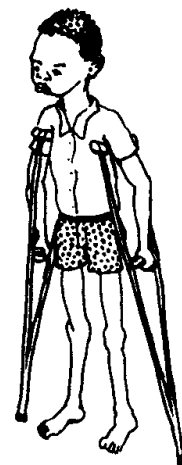
Les oreillons peuvent être prévenus grâce à la vaccination (voir Les vaccins - en cours d'écriture).

La polio

La polio est une maladie grave. Cela commence comme un rhume, avec de la fièvre, de la diarrhée, des vomissements et des courbatures musculaires. D'ordinaire l'enfant se remet rapidement. Mais dans quelques cas, la polio peut endommager les muscles.

Les enfants deviennent faibles, en général dans une jambe. Quelquefois la jambe devient paralysée. Si la jambe demeure paralysée, elle restera maigre et petite alors que l'autre jambe grandira normalement. Si vous voyez qu'un enfant a des problèmes pour bouger tout ou une partie de son corps (paralysie), consultez immédiatement un professionnel de santé.

La polio peut être douloureuse. La prise d'acétaminophène ou d'ibuprofène peut aider, tout comme de baigner le membre affecté dans l'eau chaude. Il est important de faire fonctionner régulièrement les membres affectés afin de limiter les effets incapacitants de la maladie. Voir chapitre 7 L'enfant handicapé au village.



LA PRÉVENTION

Faites vacciner tous les enfants contre la polio. Les campagnes de vaccination ont si bien réussi que la polio a disparu de nombreuses régions du monde. Si tous les enfants sont vaccinés, la maladie disparaîtra complètement.

Le VIH et le SIDA

Le VIH affaiblit les défenses du corps contre les maladies ; on attrape ainsi plus facilement la pneumonie, la tuberculose, la diarrhée, et d'autres maladies. Il est important de découvrir le plus tôt possible si un enfant a le VIH.

Si vous répondez « oui » à l'une des questions suivantes, veuillez lire le chapitre Le VIH et le SIDA (en cours d'écriture).

- Le VIH est-il courant là où vous vivez ?
- Êtes-vous un père ou une mère qui pourrait avoir le VIH ?
- Vous occupez-vous d'une femme enceinte qui pourrait avoir le VIH ?
- Vous occupez-vous d'un enfant qui pourrait avoir le VIH ?
- Vous occupez-vous d'un petit enfant qui ne grandit pas bien, et tombe malade plus souvent que d'autres jeunes enfants ?

Les médicaments contre le VIH peuvent aider un enfant atteint du VIH à vivre longtemps et en santé.

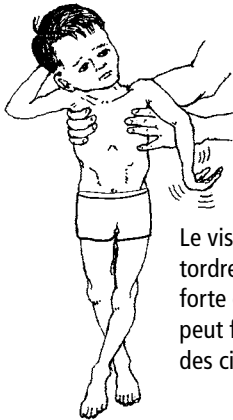
Les problèmes physiques

La paralysie cérébrale (enfant handicapé moteur)

La paralysie cérébrale est une atteinte du cerveau qui affecte la façon dont un enfant bouge ou se tient.

- À la naissance, le bébé peut être flasque et souple (mais parfois de prime abord il semble normal).
- À mesure qu'il grandit, le bébé se développe plus lentement que les autres bébés. Il peut être lent à savoir tenir sa tête droite, s'asseoir ou ramper.
- Le bébé peut avoir des difficultés pour s'alimenter.
- Il peut être de mauvaise humeur et pleurer beaucoup ; ou il peut au contraire être anormalement calme.
- À mesure qu'il grandit, ses mouvements sont raides et saccadés.

Environ la moitié des enfants atteints de paralysie cérébrale ont l'esprit plus lent et éprouvent du retard dans l'apprentissage, mais il ne faut pas penser que c'est automatiquement le cas. Les enfants atteints de paralysie cérébrale peuvent jouer, apprendre et aller à l'école.

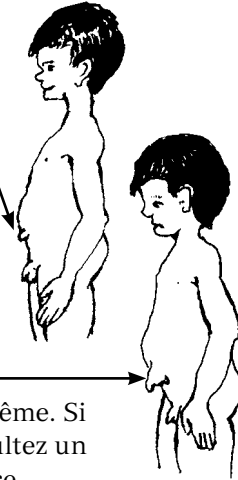


Le visage, le cou ou le corps peut se tordre et être agité. La tension très forte des muscles dans les jambes peut faire se croiser celles-ci comme des ciseaux.

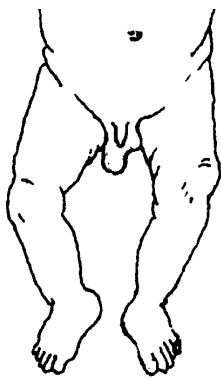
La paralysie cérébrale ne peut pas être guérie. Mais vous pouvez aider un enfant atteint de cette invalidité à mieux se déplacer par lui-même, à mieux communiquer et à prendre soin de lui-même et des autres. Consultez une clinique qui offre la réhabilitation ou la thérapie physique, et voir le chapitre L'enfant handicapé au village pour en savoir plus sur les soins à apporter à un enfant atteint de paralysie cérébrale.

Un nombril saillant (hernie ombilicale)

Un nombril saillant comme ceci est causé par une petite séparation des muscles de l'abdomen. Habituellement, ils se referment d'eux-mêmes, et aucun médicament n'est nécessaire. Enrouler une bande de tissu autour du ventre n'est d'aucune aide. (Mais cela ne fera pas de mal non plus après la chute du cordon ombilical)



Même une hernie ombilicale aussi importante n'est pas dangereuse et disparaîtra d'elle-même. Si la hernie est encore présente après l'âge de 5 ans, consultez un professionnel de santé. La chirurgie peut être nécessaire.



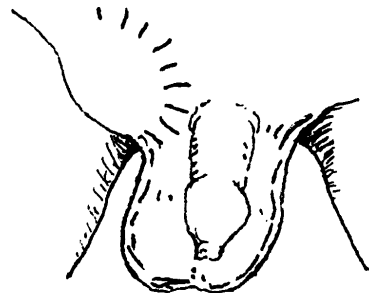
Un testicule enflé, hydrocèle et hernie

Le sac (bourse) qui contient les testicules, appelé le scrotum, peut se remplir de liquide ou avec une portion de l'intestin. Ceci cause une enflure sur le côté affecté.

Vous pouvez trouver la cause du problème. Placez une lampe sous le scrotum.

- Si la lumière brille à travers le scrotum, celui-ci est rempli de liquide. Il s'agit d'une **hydrocèle** qui habituellement disparaîtra d'elle-même. Si l'hydrocèle est encore présente un an plus tard, consultez un professionnel de santé.
- Si la lumière ne brille pas à travers le scrotum, que l'enflure augmente quand l'enfant tousse ou crie, c'est qu'une partie de l'intestin (les boyaux) a glissé. On parle alors d'une **hernie**.

Une hernie peut causer une enflure à cet endroit aussi bien chez un garçon que chez une fille. Si l'enflure augmente quand l'enfant pleure ou tousse, il s'agit probablement d'une hernie. (Si l'enflure ne change pas de taille, il peut s'agir juste d'un ganglion lymphatique enflé ; voir le chapitre Examiner une personne malade - en cours d'écriture.)



Une hernie doit être traitée par la chirurgie. Il peut être d'abord possible de faire rentrer la hernie.

1. Si possible, donnez du diazépam pour calmer l'enfant (voir page 48).
2. Utilisez un oreiller, ou relevez le pied du lit ou l'extrémité du matelas pour que les hanches de l'enfant soient dans une position plus élevée que celle de sa tête.
3. Faites-lui plier le genou et ouvrir la jambe du côté de la hernie, comme une grenouille.
4. Placez une compresse froide ou de la glace enveloppée dans un morceau de tissu sur la hernie pour réduire l'enflure. Attendez 10 minutes ou plus.
5. Si cela ne marche pas, vous pouvez essayer d'appuyer doucement et très lentement sur la hernie pour la remettre en place.



L'enfant aura toujours besoin d'une chirurgie, même avec la hernie repoussée.

Une douleur sévère dans le scrotum, surtout si elle survient de manière subite est habituellement l'indication d'une torsion interne d'un organe dans le corps. On parle alors d'une « torsion testiculaire » et le garçon aura besoin d'une chirurgie immédiate pour sauver le testicule.

Les blessures et les accidents

Les enfants se blessent et ont des accidents plus souvent que les adultes ; mais, le traitement est souvent le même que pour un adulte. Pour des blessures spécifiques voir le chapitre Les premiers secours (en cours d'écriture).

C'est très simple de prévenir les blessures les plus courantes chez les enfants.

L'étouffement

L'étouffement est un risque sérieux pour les enfants de moins de 2 ans. Si l'enfant tousse ou produit des sons, surveillez-le de près jusqu'à ce qu'il recrache ce qu'il a avalé. Si l'enfant ne tousse pas ni produit des sons, tapez-lui dans le dos et appuyez sur la poitrine immédiatement ; pour un enfant de plus de 1 an, exercez des poussées sur l'estomac pour sortir l'objet de force. Voir le chapitre Les premiers secours, en cours d'écriture).

Des morceaux de nourriture de forme ronde et de consistance ferme sont en général la cause principale d'étouffements chez les petits enfants. Évitez de donner aux enfants des bonbons durs, des noix, des grosses graines, des gros morceaux de viande ou de fromage ou de légumes crus. Il vaut mieux donner aux enfants des morceaux qui soient bien cuits et écrasés ou coupés très fin.



Il convient de garder les jouets de petite taille, les balles, les pièces de monnaie et les ballons hors de portée des enfants car ces objets constituent des causes fréquentes d'étouffement pour les petits enfants.

L'empoisonnement

Les produits chimiques, dont les pesticides et les produits ménagers doivent être rangés sur des étagères en hauteur ou dans des placards fermés à clé, hors de portée des enfants. Pour savoir plus sur le traitement de l'empoisonnement, voir page 44-47 Les premiers secours (en cours d'écriture).

La noyade

Un enfant peut se noyer dans un étang, un fossé de drainage, ou même dans un seau d'eau. Les petits enfants devraient toujours être surveillés quand ils se trouvent près de l'eau. Les enfants plus âgés, surtout les garçons, se noient souvent du fait d'imprudences, en nageant dans les eaux turbulentes ou profondes. S'assurer de l'état des chemins et des ponts à proximité des voies navigables et apprendre à nager aux enfants sont de bons moyens de protéger votre communauté.



Un enfant de 1 an peut se retrouver coincé dans un seau et se noyer.

Les brûlures

On peut prévenir les brûlures en gardant les enfants éloignés des cuisinières, des poêles, des casseroles chaudes, des feux, et des lampes allumées. En cas de brûlures, il est important de les traiter rapidement, tant pour soulager la douleur que pour empêcher l'infection, qui peut être sévère après une brûlure. Certaines brûlures sérieuses ne font pas très mal du fait des dommages causés aux nerfs sous la peau. Même en l'absence de douleur, une brûlure doit toujours être traitée. Voir page 37 Les premiers secours (en cours d'écriture).

Les accidents de la route

Les casques et les ceintures de sécurité peuvent empêcher beaucoup de blessures et de décès en cas d'accidents de motocyclette, de vélo, ou de voiture. En rendant les routes sûres pour les piétons et pour les cyclistes, on peut prévenir encore plus de blessures et de décès.



Protégez la tête de votre enfant en lui faisant porter un casque. Soyez là pour protéger votre enfant en portant un casque vous-même.

La violence

La violence et la maltraitance des enfants sont des problèmes courants et graves. Elles affectent l'enfant pour longtemps – de manière physique et de manière psychologique. Chaque adulte a la responsabilité de protéger les enfants de la maltraitance. Pour identifier les signes de maltraitance et savoir plus sur ce sujet difficile, voir le chapitre La violence (en cours d'écriture).

Pour les travailleurs de la santé

Si vous êtes un travailleur de la santé, rendez visite aux enfants régulièrement. Le meilleur moment pour ces visites est quand l'enfant doit recevoir les vaccinations régulières (voir le chapitre Les vaccins – en cours d'écriture), ou tous les deux mois pendant la première année, et 1 fois par an ensuite.

Rendez plus souvent visite une enfant qui montre des signes de perturbation, comme une croissance faible. Vous devriez aussi revenir (ou demander à la mère de revenir) après avoir traité un enfant pour une maladie pour voir si la santé de l'enfant s'est améliorée ou s'il a besoin de soins supplémentaires.

Alors qu'il pourrait être plus facile de demander aux mères d'amener leurs enfants dans une clinique pour les examens, il est souvent préférable qu'un travailleur de la santé se rende au domicile familial. Il est préférable d'éloigner les nouveau-nés et les jeunes enfants des personnes malades susceptibles de se trouver à la clinique. Aussi, certaines mères ne peuvent pas laisser leurs autres enfants ni leur travail, donc elles ne vont pas à la clinique. Ces mères ont surtout besoin de l'aide d'un travailleur de la santé pour vérifier leurs bébés et leurs jeunes enfants.



*Les enfants qui ont le plus besoin de votre attention
sont ceux qui ne viennent pas jusqu'à vous.*

Lorsqu'un enfant grandit, continuez à l'examiner. Lors de ces visites :

- Posez des questions sur l'évolution de l'enfant – demandez s'il est généralement en bonne santé et s'il grandit bien.
- Observez l'enfant de la tête aux pieds. Un enfant en bonne santé est alerte et s'intéresse à son entourage. Sa peau est claire et son corps grandit et il est solide.
- Demandez comment l'enfant mange. Encouragez l'allaitement et les aliments nutritifs.
- Pesez l'enfant. Ou si la mère participe à un programme de suivi de la croissance, regardez les données antérieures et observez comment l'enfant grandit (avec les courbes de croissance sur le carnet de santé ou sur tout support sur lequel les mesures sont notées).

- Observez si l'enfant est propre et s'il a un domicile globalement sain. Les visites peuvent être le moment d'apprendre à la famille les règles de sécurité et de prévention des maladies, ou de trouver l'aide nécessaire pour rendre le domicile plus sûr et l'enfant plus heureux.
- Assurez-vous de partager ce que vous apprenez avec la mère et avec la famille.

S'occuper des enfants est un moyen pour les travailleurs de la santé de gagner la confiance et le respect de la communauté. Quand les parents voient que vous vous occupez de leurs enfants, ils sont plus à l'aise pour poser des questions sur leur propre santé. Le fait de vérifier régulièrement la santé et la croissance d'un enfant est un bon moyen de s'assurer que la mère et les autres membres de la famille vont également bien et qu'ils reçoivent l'attention dont ils ont besoin.

Tirez parti des opportunités pour apprendre aux enfants les bases de la santé. Les enfants parlent de tout ce qu'ils apprennent à leurs familles et aux autres enfants. Ils peuvent aider à transmettre une multitude d'habitudes saines au sein de leur communauté.

Un enfant qui grandit est un enfant en bonne santé

Gardez une trace de la croissance de l'enfant dans une fiche sanitaire, comme celle qui se trouve ci-dessous. La mère ou la personne ayant la charge de l'enfant doit garder cette fiche. Expliquez-lui comment cela fonctionne, pour qu'elle puisse comprendre ce qui se passe si son enfant prend du retard.

Comment utiliser la fiche sanitaire

Si vous observez qu'un enfant ne grandit pas, venez consulter plus souvent. Cherchez comment vous pouvez l'aider à manger plus. Cherchez une éventuelle maladie qui pourrait ralentir sa croissance.

GRAPHIQUE SANTÉ ENFANT

CLINIQUE 1 N°
CLINIQUE 2 N°

| | | |
|--|-------|----------------------|
| NOM DE L'ENFANT | FILLE | GARÇON |
| DATE DE NAISSANCE | jour | mois |
| ANNÉE | | POIDS À LA NAISSANCE |
| NOM DE LA MÈRE | | |
| PRESTATAIRE DE SOINS SI DIFFÉRENT DE LA MÈRE | | |
| NOM DU PÈRE | | |
| OÙ HABITE L'ENFANT ? | | |

Combien d'enfants a eu la mère ? _____ Combien sont décédés ? _____

REMISE DE CARTE ET ENSEIGNEMENT DE LA MÈRE PAR

Posez les questions suivantes à la mère pour déterminer si l'enfant nécessite plus de soins (encerclez la réponse obtenue)

PLUS DE SOINS

Le bébé pesait-il moins de 2.5 kg à la naissance non . ou . oui

S'agit-il d'un(e) jumeau/jumelle non . ou . oui

L'enfant est-il nourri au biberon non . ou . oui

Est-ce que la mère a besoin de plus de soutien familial non . ou . oui

Y a-t-il des frères ou des sœurs au poids insuffisant non . ou . oui

Y a-t-il d'autres raisons pour donner plus de soins ? non . ou . oui

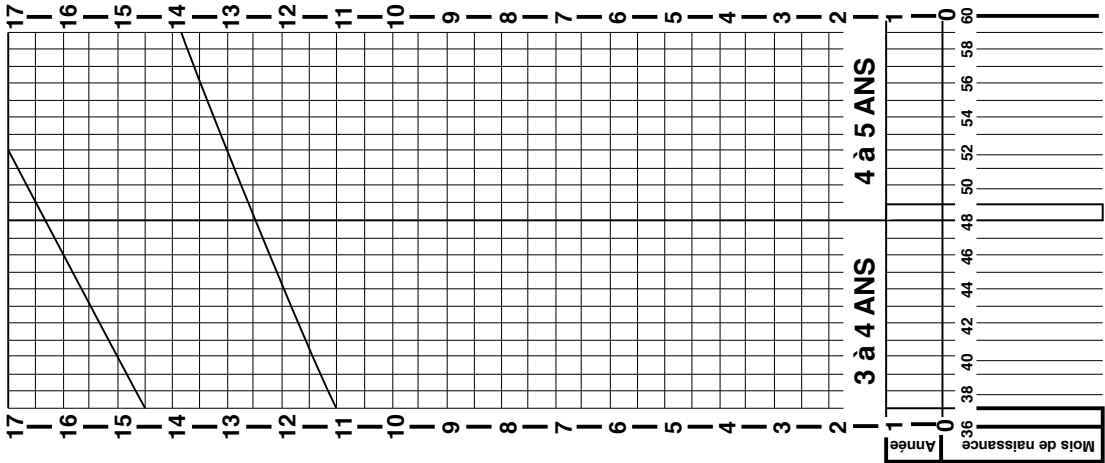
Par exemple – tuberculose ou lépre ou problèmes sociaux



Graphique conçu par TALC

TALC TALC P.O. BOX 49, ST. ALBANS AL1 5TX UK
Tél: +44 (0) 1727 853869 Fax: +44 (0) 1727 846852
E-mail: info@talculuk.org WebSite: www.talculuk.org
Courbe de croissance selon Normes de croissance enfant 2006 de l'OMS
Ligne supérieure : 50e centile Garçons
Ligne inférieure : 3e centile Filles

Ne pas oublier de discuter d'espacement des naissances



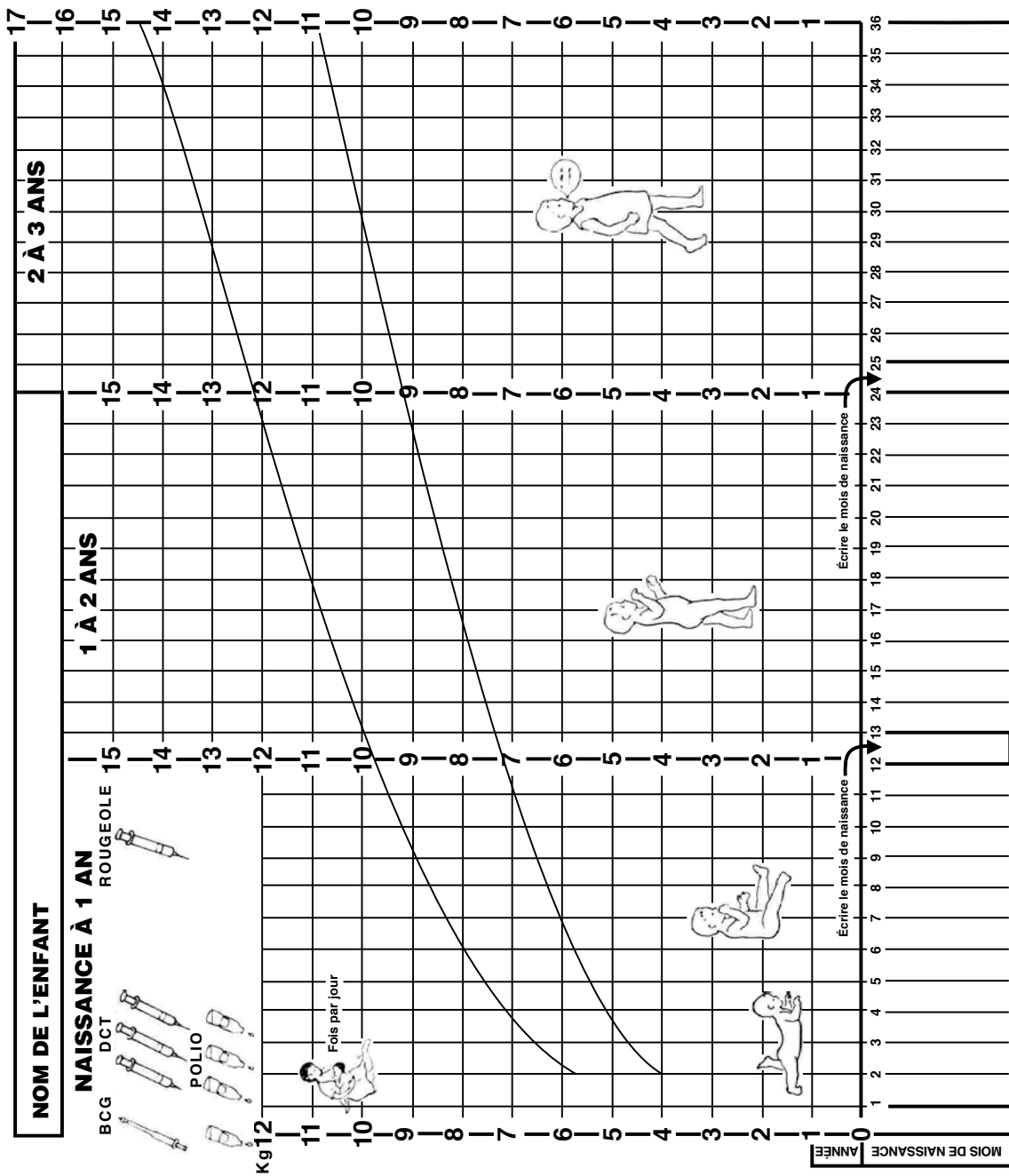
| LES VACCINATIONS | DATE INJECTION |
|---|---|
| BCG | |
| POLIO | 1RE DOSE 2E DOSE 3E DOSE 4E DOSE |
| DCT | Diphthérie Coqueluche Tétanos |
| ROUGEOLE | 1RE DOSE 2E DOSE 3E DOSE |
| ANATOXINE TÉTANIQUE DE LA MÈRE (OU UN RAPPEL) | 1RE DOSE 2E DOSE 3E DOSE |

RÉHYDRATATION PAR VOIE ORALE

DATES

| | |
|-------|--|
| Formé | |
| Fait | |

Date de la visite _____



OBSERVEZ L'ORIENTATION DE LA LIGNE INDICANT LA CROISSANCE DE L'ENFANT

BON
L'enfant grandit bien

DANGER
Ne prend pas de poids, déterminez pourquoi

TRÈS DANGEREUX
Perd du poids
Peut être malade, besoin de plus de soins

ÉCRIRE SUR LE GRAPHIQUE

Maladies par ex. diarrhée, rougeole

Hospitalisation

Introduction des solides

Arrêt de l'allaitement

Naissance du prochain enfant

comme suit...

Dose wt. A

Rougeole

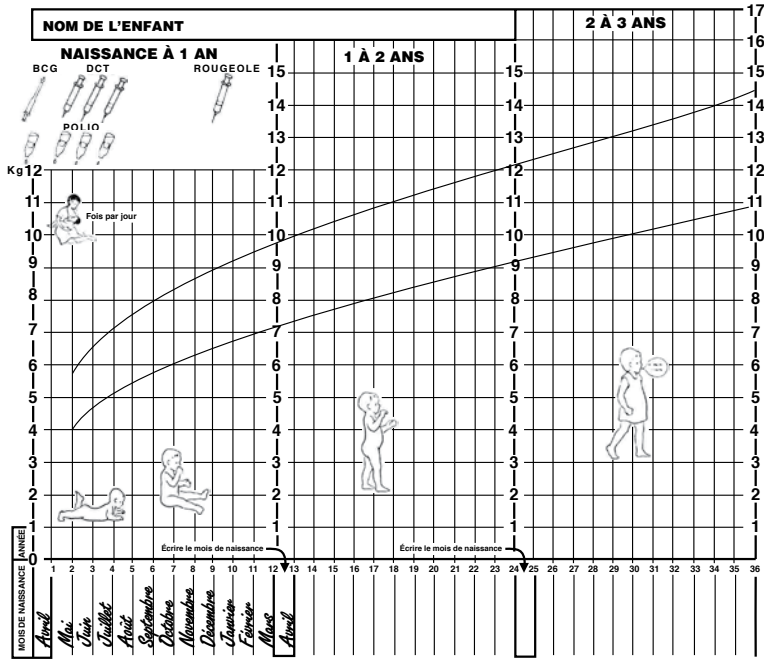
Diphtérie

Hospitalisation

2 - 7 semaines

Fourni après supplémentaires

Médicamenteux contre les yeux



ÉTAPE 1

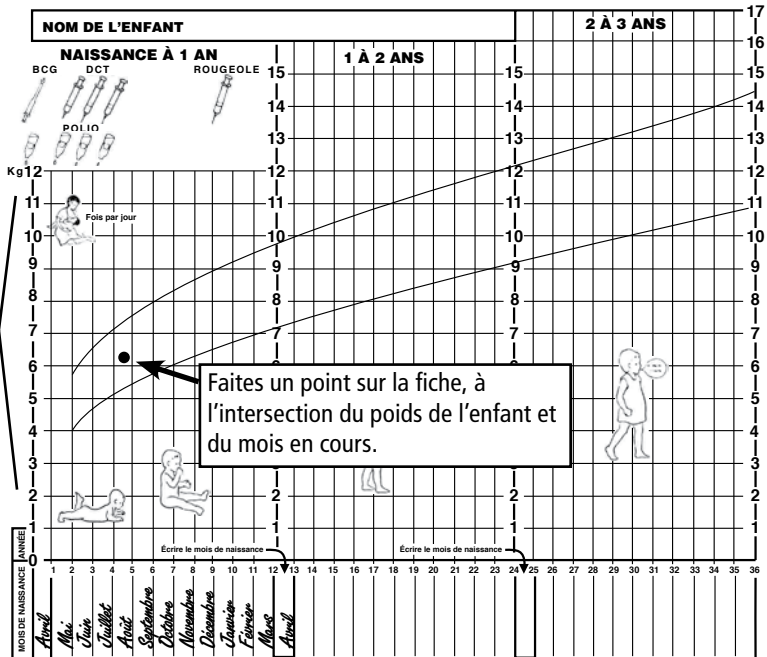
Indiquez le mois de naissance de votre enfant, ici : cette fiche montre que le bébé est né en avril.

ÉTAPE 2

Notez les autres mois, dans l'ordre, à la suite de son mois de naissance.

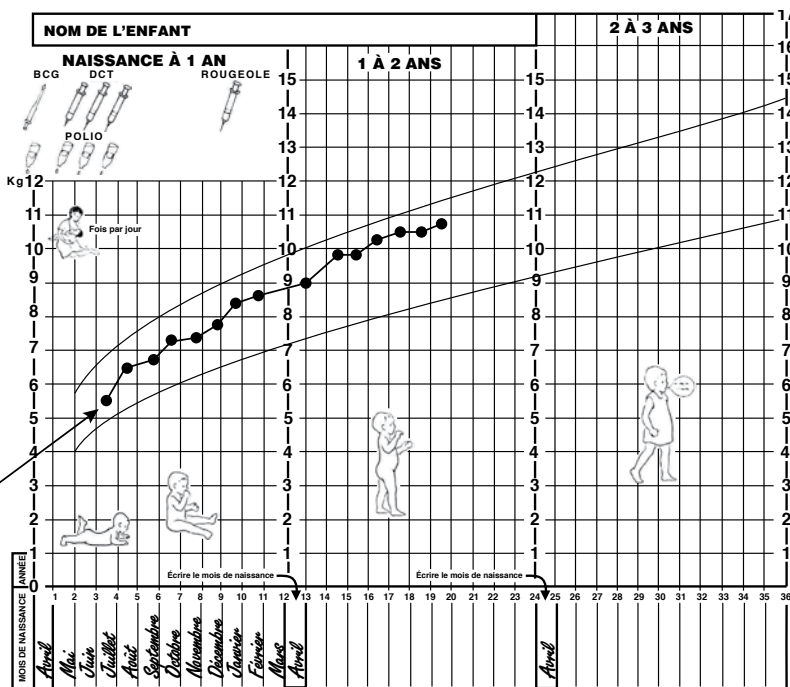
ÉTAPE 3

Prenez le poids de votre enfant chaque mois, en kilogrammes.



ÉTAPE 4

Pesez votre bébé chaque mois et faites un nouveau point sur la fiche. Tracez des lignes entre les points. Si l'enfant est en bonne santé, chaque mois le nouveau point sera plus élevé que le point précédent sur la fiche.



Pour la plupart des enfants normaux et en bonne santé, la ligne rejoignant les points se trouve entre ces deux lignes.

OBSERVEZ L'ORIENTATION DE LA LIGNE INDICANT LA CROISSANCE DE L'ENFANT

BON
L'enfant grandit bien

DANGER
Ne prend pas de poids, déterminez pourquoi

TRÈS DANGEREUX
Perd du poids
Peut être malade, besoin de plus de soins

Le plus important est que l'enfant continue à grandir.

Que la ligne ne soit pas aplatie.

Ni descende comme ceci.

Le développement

Le développement désigne la croissance des capacités d'un enfant. La façon dont il utilise son corps et la façon dont il communique et apprend à résoudre des problèmes lui sont uniques. Mais il doit toujours continuer à se développer au lieu d'être « freiné ». Si un enfant se développe plus doucement, il a besoin de plus d'attention.

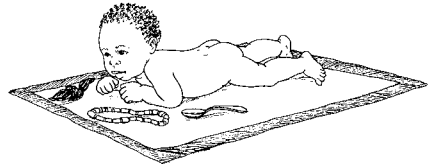
Pourquoi certains enfants se développent-ils plus lentement que les autres ? Parfois il n'y a pas de raison particulière, les différences entre les personnes sont normales. Mais une maladie et la malnutrition peuvent ralentir le développement de façon anormale. Certains handicaps peuvent également affecter le développement. Par exemple, vous pourriez ne pas savoir que votre enfant est sourd. Au lieu de cela, vous pourriez remarquer qu'il n'apprend pas à parler aussi tôt que ses frères et sœurs. Observez le développement de votre enfant parce qu'un développement lent peut être le signe qu'il a un problème de santé ou le signe d'un handicap nécessitant votre attention.

Un bébé de 3 mois doit :

- Sourire
- Réagir aux sons et aux mouvements
- Répondre aux voix et aux visages familiers
- Avoir conscience de ses propres mains

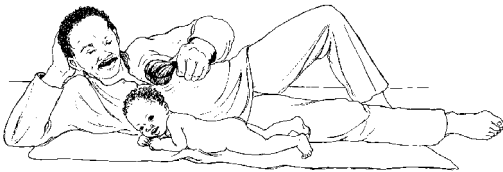


- Pleurer quand il a faim ou quand il n'est pas confortable
- Être allaité sans trop de souci
- Relever la tête quand il est allongé sur le ventre



Un bébé de 6 mois doit :

- Tourner la tête vers le bruit
- Se retourner de la position à plat ventre à la position sur le dos,
- et se retourner de la position sur le dos à la position à plat ventre



- Reconnaître les personnes proches
- Attraper des objets et les mettre dans sa bouche



Un bébé de 1 an doit :

- Comprendre et imiter des sons et des mots simples
- Jouer à des jeux simples, comme à cache-cache
- Essayer de mettre des objets les uns dans les autres
- S'asseoir et marcher à quatre pattes sans aide
- Se mettre debout tout seul

**Un enfant de 3 ans doit :**

- Comprendre et dire des phrases simples
- Accomplir des petites tâches telles que balayer
- Être conscient des sentiments des autres
- Trier des objets
- Courir, sauter et grimper



Si un enfant se développe lentement, il y a 2 choses que vous pouvez faire pour l'aider :

1. Demandez à un travailleur de la santé de rechercher une cause médicale du développement lent.
2. Apportez de l'attention supplémentaire dans les domaines où l'enfant prend plus de temps à se développer.



Aidez l'enfant à grandir là où il est en retard

Voir l'Annexe A (page 54) pour découvrir tous les tableaux de développement de l'enfant. Ces tableaux sont des outils utiles à la fois pour les parents et pour les travailleurs de la santé pour garder une trace du développement de l'enfant et l'aider dans son développement.

Aider les enfants à apprendre

Quand un enfant grandit, il apprend en partie ce qui lui est enseigné. Les connaissances et les compétences apprises à l'école pourront l'aider plus tard à comprendre et à agir. L'école est importante.

Mais un enfant apprend surtout à la maison, dans les champs ou dans les rues. Il apprend en regardant, en écoutant et en essayant de faire lui-même ce que les autres font. Il n'apprend pas vraiment ce que les autres lui disent, mais plutôt en observant leur façon d'agir. Certaines des choses les plus importantes qu'un enfant peut apprendre — telles que la gentillesse, le sens des responsabilités et le partage — peuvent être enseignées seulement en montrant le bon exemple.

Un enfant apprend à travers les aventures. Il doit apprendre à faire les choses seul, même s'il fait des erreurs. Quand il est très jeune, protégez l'enfant des dangers. Mais quand il grandit, aidez-le à s'occuper de lui-même. Donnez-lui des responsabilités. Respectez ses idées, même si elles sont différentes des vôtres.

Lorsqu'un enfant est jeune, il pense surtout à satisfaire ses propres besoins. Plus tard, il découvre l'immense plaisir d'aider et de faire des choses pour les autres. Acceptez l'aide des enfants et faites-leur savoir ce que cela signifie pour vous.

Les enfants qui n'ont pas peur posent beaucoup de questions. Si les parents, les enseignants et les autres personnes prennent le temps de répondre aux questions clairement et honnêtement — et de dire qu'ils ne savent pas quand ils ne savent pas — l'enfant va continuer à poser des questions, et en grandissant, il pourrait chercher des moyens de rendre son village ou sa ville plus agréables à vivre.



Prendre soin des enfants : Les médicaments

Les médicaments contre la douleur et la fièvre

Les médicaments contre les douleurs légères et pour faire baisser la fièvre comprennent le paracétamol (le meilleur médicament et le plus sûr pour les enfants), l'aspirine, et l'ibuprofène. L'aspirine et l'ibuprofène réduisent également les inflammations (gonflement avec du sang). Donc, par exemple, si vous vous tordez la cheville, ils ne diminuent pas seulement la douleur, mais réduisent aussi le gonflement. Cela aide à guérir plus vite. Mais les enfants qui ont de la fièvre ou des infections virales doivent éviter de prendre de l'aspirine.

Ne donnez pas plus que les doses recommandées de ces médicaments. Tous ces médicaments peuvent avoir des effets négatifs si on en prend trop. Par exemple, l'abus d'aspirine et d'ibuprofène peut provoquer des ulcères. L'excès de paracétamol est toxique. Pour les fièvres importantes ou les fortes douleurs, vous pouvez éviter d'en utiliser trop en alternant le paracétamol et l'ibuprofène.

Le paracétamol, l'acétaminophène

Le paracétamol est un bon médicament abordable pour la fièvre et la douleur légère.

Important

Ne pas en prendre plus que la dose recommandée. Un excès est toxique pour le foie et peut entraîner la mort. Conservez ce médicament hors de la portée des enfants, surtout s'il s'agit d'une forme de sirop sucré.

Les médicaments contre le rhume contiennent souvent du paracétamol, donc ne les donnez pas si vous donnez également du paracétamol ou vous pourriez en donner trop.

Utilisation

- ➔ Donnez 10 à 15 mg par kg, toutes les 4 à 6 heures. N'en donnez pas plus que 5 fois par 24 heures. Si vous ne pouvez pas peser l'enfant, dosez selon l'âge :
 - Moins de 1 an** : donnez 62 mg (d'un comprimé de 500 mg), toutes les 4 à 6 heures.
 - 1 à 2 ans** : donnez 125 mg (¼ d'un comprimé de 500 mg), toutes les 4 à 6 heures.
 - 3 à 7 ans** : donnez 250 mg (½ d'un comprimé de 500 mg), toutes les 4 à 6 heures.
 - 8 à 12 ans** : donnez 375 mg (¾ d'un comprimé de 500 mg), toutes les 4 à 6 heures.

L'ibuprofène

L'ibuprofène soulage les douleurs musculaires, les douleurs articulaires, et les maux de tête et fait baisser la fièvre.

Effets secondaires



L'ibuprofène peut provoquer des douleurs d'estomac, mais le prendre avec du lait ou de la nourriture diminue le problème.

Important

Ne prenez pas de l'ibuprofène si vous êtes allergique à l'aspirine. Certaines personnes allergiques à l'un sont aussi allergiques à l'autre. Ne donnez pas de l'ibuprofène aux bébés de moins de 6 mois.

Utilisation



→ Donnez 5 à 10 mg par kg. Si vous ne pouvez pas peser l'enfant, dosez selon l'âge.

6 mois à 1 an : donnez 50 mg, toutes les 6 à 8 heures.

1 à 2 ans : donnez 75 mg, toutes les 6 à 8 heures.

2 à 3 ans : donnez 100 mg, toutes les 6 à 8 heures.

4 à 5 ans : donnez 150 mg, toutes les 6 à 8 heures.

6 à 8 ans : donnez 200 mg, toutes les 6 à 8 heures.

9 à 10 ans : donnez 250 mg, toutes les 6 à 8 heures.

11 ans : donnez 300 mg, toutes les 6 à 8 heures.

Plus de 12 ans : donnez 200 à 400 mg, toutes les 4 à 6 heures.

Ne donnez pas plus de 40 mg par kg par jour. Ne donnez pas plus de 4 doses par jour, et n'en donnez pas pendant plus de 10 jours consécutifs.

Les antibiotiques combattent les infections

Les antibiotiques sont des médicaments qui combattent les infections provoquées par les bactéries. Ils sont inefficaces dans le cas d'infections virales comme la varicelle, la rubéole, le rhume ou la grippe. Tous les antibiotiques ne combattent pas les infections provoquées par les bactéries. Les antibiotiques qui ont une composition chimique similaire sont considérés comme appartenant à la même famille. Il est important de connaître les différentes familles d'antibiotiques pour les deux raisons suivantes :

1. Les antibiotiques appartenant à la même famille traitent souvent le même problème. Donc vous pouvez utiliser un produit différent de la même famille.
2. Si vous êtes allergique à un antibiotique d'une famille donnée, vous serez aussi allergique aux autres produits de la même famille d'antibiotiques. Ceci signifie que vous devrez plutôt prendre un antibiotique d'une autre famille.

Les antibiotiques doivent être administrés pour un cycle de traitement complet. Arrêter le traitement avant la date prévue peut renforcer l'infection.

La pénicilline

Les produits de la famille de la pénicilline sont parmi les antibiotiques les plus utiles. Les pénicillines combattent certaines infections, y compris celles qui produisent beaucoup de pus.

La pénicilline est mesurée en milligrammes (mg) ou en unités (U). Pour la pénicilline G, 250 mg = 400 000 U.

Pour la plupart des gens, la pénicilline est l'un des médicaments les plus sûrs. Utiliser plus de pénicilline que la dose recommandée représente un gaspillage d'argent mais ne risque pas de nuire au malade.

La résistance à la pénicilline

Certaines infections sont devenues résistantes à la pénicilline. Ceci signifie que la pénicilline guérissait ces infections, mais que ce n'est plus le cas maintenant ; elle n'est plus efficace. Si l'infection ne répond pas à la pénicilline ordinaire, on doit essayer un autre antibiotique ou une forme différente de pénicilline. Par exemple, la pneumonie est quelquefois résistante à la pénicilline. Essayez le cotrimoxazole ou l'érythromycine (page 46).

Important pour tous les types de pénicilline (y compris l'ampicilline et l'amoxicilline) ⚠

Certaines personnes sont allergiques à la pénicilline. Les réactions allergiques légères provoquent une éruption cutanée. Ces réactions peuvent survenir plusieurs heures ou plusieurs jours après avoir pris de la pénicilline, et peuvent durer pendant plusieurs jours. Arrêtez la pénicilline immédiatement. Les antihistaminiques aident à calmer les démangeaisons. Des maux d'estomac et la diarrhée lors de la prise de pénicilline ne sont pas l'indication d'une réaction allergique et, bien qu'il s'agisse d'une situation inconfortable, ce n'est pas une raison pour arrêter la pénicilline.

Dans de rares cas, la pénicilline entraîne une allergie sévère appelée choc allergique. Quelques minutes ou quelques heures après avoir pris de la pénicilline, la personne devient rouge, a la gorge et les lèvres enflées, a du mal à respirer, se sent faible, et entre en état de choc. Cette situation est très dangereuse. Il faut injecter de l'épiphrédine (adrénaline) tout de suite. Toujours avoir de l'épiphrédine prête quand vous injectez de la pénicilline. Voir page 77 Les Premiers soins : Les médicaments (en cours d'écriture).

Une personne ayant éprouvé une première réaction allergique à la pénicilline ne devrait plus recevoir aucun type de pénicilline – ampicilline, amoxicilline ou autres – ni par voie orale ni par injection. Parce que la prochaine fois la réaction pourrait être pire et potentiellement mortelle. Les personnes allergiques à la pénicilline peuvent utiliser de l'érythromycine ou un autre antibiotique.

Les injections

La pénicilline fonctionne bien quand elle administrée par voie orale. Les formes injectées de pénicilline peuvent être dangereuses. Elles peuvent plus facilement causer des réactions allergiques sévères et d'autres problèmes, et devraient être utilisées avec prudence. N'utiliser de la pénicilline injectable que dans le cas d'infections sévères ou dangereuses.

L'ampicilline et l'amoxicilline : Des antibiotiques à large spectre

L'ampicilline et l'amoxicilline sont des pénicillines à large spectre ce qui signifie qu'elles tuent plus de types de bactéries que les autres produits de la famille de la pénicilline. Les deux sont souvent interchangeables. Lorsque vous voyez une recommandation pour de l'ampicilline dans ce livre, vous pourrez souvent prendre de l'amoxicilline à la place, selon le dosage recommandé.

L'ampicilline et l'amoxicilline sont des produits très sûrs et sont particulièrement utilisés pour les bébés et les jeunes enfants. Ils sont tous deux utiles dans le traitement de la pneumonie ou des infections aux oreilles. L'ampicilline est aussi utile dans le traitement de la méningite et des autres infections sévères chez les nouveau-nés.

Effets secondaires



Ces deux médicaments, mais plus spécialement l'ampicilline, ont tendance à donner des nausées et des diarrhées. Évitez donc d'en donner aux enfants qui ont déjà de la diarrhée si vous pouvez donner un autre antibiotique à la place.

L'autre effet secondaire habituel est une éruption cutanée. Des petits boutons qui démangent, apparaissent et disparaissent en quelques heures sont probablement un signe d'allergie à la pénicilline. Arrêtez immédiatement le traitement et n'administrez plus jamais de médicament contenant de la pénicilline à l'enfant. Les futures réactions allergiques peuvent être beaucoup plus graves et potentiellement mortelles. Dans certains cas, l'érythromycine (page 46) peut être utilisée. Une cutanée lisse ressemblant à la rougeole, qui se déclenche en général une semaine après le début de la prise du médicament et met plusieurs jours à partir, n'est pas forcément indicateur d'une allergie. Mais comme il est impossible d'être certain si cette éruption cutanée provient d'une allergie ou pas, il est préférable d'arrêter la prise de ce médicament.

Important

La résistance à ces médicaments ne cesse d'augmenter. En fonction du lieu où vous vivez, il est possible qu'ils n'agissent plus contre le staphylocoque, la shigelle ou d'autres infections.

Utilisation



L'ampicilline et l'amoxicilline sont efficaces par voie orale. L'ampicilline peut être aussi être injectée, mais seulement dans les cas de maladies graves comme la méningite, ou quand l'enfant vomit et ne peut pas avaler.

Comme pour les autres antibiotiques, le temps de prise de ces médicaments varie. Continuez à donner ces médicaments jusqu'à ce que tous les signes de l'infection (y compris la fièvre) aient disparus pendant au moins 24 heures. Si l'enfant est porteur du VIH, donnez le médicament pendant toute la durée prescrite. La dose peut aussi varier. En général, donnez la quantité minimale pour un bébé plus mince ou pour une infection moins grave, et la quantité maximale pour un bébé plus gros ou pour une infection plus grave.

L'AMOXICILLINE (ORALE)

Pour la plupart des infections chez les enfants

→ Donnez 45 à 50 mg par kg de poids chaque jour, répartis en 2 doses quotidiennes. Si vous ne pouvez pas peser l'enfant, dosez selon l'âge :

Moins de 3 mois : donnez 125 mg, 2 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

De 3 mois à 3 ans : donnez 250 mg, 2 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

De 4 à 7 ans : donnez 375 mg, 2 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

De 8 à 12 ans : donnez 500 mg, 2 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

Plus de 12 ans : donnez 500 à 875 mg, 2 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

Continuez à administrer de l'amoxicilline jusqu'à ce que tous les signes d'infection aient disparu pendant au moins 24 heures.

Pour les infections sévères vous pouvez donner jusqu'à 95 mg par kg de poids, réparti en 3 doses quotidiennes.

Pour la pneumonie

→ Donnez 90 mg par kg de poids, 2 fois par jour pendant 5 à 10 jours.

L'AMPICILLINE (INJECTION)

→ **Injectez** 100 à 200 mg par kg de poids, répartis entre 3 ou 4 doses quotidiennes, jusqu'à ce que l'état de santé de l'enfant commence à s'améliorer ; puis administrez l'amoxicilline par la bouche.

Pour les nouveau-nés : injectez 125 mg (¼ d'une fiole de 500 mg), 3 fois par jour.

De 1 mois à 1 an : injectez 250 mg (½ d'une fiole de 500 mg), 4 fois par jour.

De 1 à 3 ans : injectez 500 mg, 4 fois par jour.

De 4 à 7 ans : injectez 750 mg, 4 fois par jour.

De 8 à 12 ans : injectez 1000 mg, 4 fois par jour.

Plus de 12 ans : injectez 1500 mg, 4 fois par jour.

En cas d'infection sévère

Doublez les doses ci-dessus. Si vous soupçonnez une méningite ou une pneumonie sévère, injectez la combinaison d'ampicilline et de gentamicine ci-dessous. Voir les avertissements à propos de la gentamicine page 47.

Voir le chapitre Les médicaments, les tests et les traitements (en cours d'écriture) pour savoir comment injecter. Diluez une fiole de 500 mg d'ampicilline avec 2,1 ml d'eau stérile. Ceci fait une concentration de 500 mg par 2,5 ml. Utilisez une fiole non diluée de 2 ml de gentamicine à 40 mg par ml.

L'AMPICILLINE ET LA GENTAMICINE

→ AMPICILLINE Injectez 50 mg par kg de poids, 4 fois par jour pendant au moins 5 jours,

ET

GENTAMICINE Injectez 7,5 mg par kg de poids, une fois par jour pendant au moins 5 jours.

(Pour les consignes sur l'ampicilline et la gentamicine voir la page suivante)

2 à 4 mois, enfant de 4 à 5,9 kg : injectez 1 ml d'ampicilline 4 fois par jour, ET 0,5 à 1 ml de gentamicine 1 fois par jour, pendant au moins 5 jours.

4 à 12 mois, enfant de 6 à 9,9 kg : injectez 2 ml d'ampicilline 4 fois par jour, ET 1,1 à 1,8 ml de gentamicine 1 fois par jour, pendant au moins 5 jours.

1 à 3 ans, enfant de 10 à 13,9 kg : injectez 3 ml d'ampicilline 4 fois par jour, ET 1,9 à 2,7 ml de gentamicine 1 fois par jour, pendant au moins 5 jours.

4 à 5 ans, enfant de 14 à 19 kg : injectez 5 ml d'ampicilline 4 fois par jour, ET 2,8 à 3,5 ml de gentamicine 1 fois par jour, pendant au moins 5 jours.

Donnez la dose minimale de gentamicine aux enfants qui ont le poids le plus faible de la gamme et la dose maximale aux enfants qui ont le poids le plus élevé.

Si vous êtes quasiment certain qu'il s'agit d'une méningite, augmentez l'ampicilline jusqu'à 200 mg par kg de poids, 4 fois par jour.

La pénicilline par voie orale, pénicilline V, pénicilline VK

La pénicilline par voie orale (au lieu d'une injection) peut être utilisée pour les infections légères et modérément sévères, y compris :

- Mal de gorge avec fièvre soudaine et élevée (angine streptococcique)
- Infections aux oreilles
- Sinusite
- Fièvre rhumatismale
- Pneumonie

Si vous commencez le traitement avec des injections de pénicilline pour une infection sévère, vous pouvez passer à une prise par voie orale s'il y a amélioration. S'il n'y a pas d'amélioration après 2 ou 3 jours, changez d'antibiotique et voir un travailleur de santé.

Utilisation

Pour aider le corps à faire le meilleur usage du médicament, prenez la pénicilline l'estomac vide, au moins 1 heure avant ou 2 heures après les repas.

➔ Donnez 25 à 50 mg par kg de poids chaque jour, répartis en quatre doses chaque jour, pendant 10 jours. Si vous ne pouvez pas peser l'enfant, dosez selon l'âge :

Moins de 1 an : Donnez 62,5 mg, 4 fois par jour pendant 10 jours.

De 1 à 5 ans : Donnez 125 mg, 4 fois par jour pendant 10 jours.

De 6 à 12 ans : Donnez de 125 à 250 mg, 4 fois par jour pendant 10 jours.

Plus de 12 ans : Donnez de 250 à 500 mg, 4 fois par jour pendant 10 jours.

Pour les infections plus sérieuses, doublez les doses ci-dessus.

Pour la fièvre rhumatismale

➔ **Enfants** : Donnez 250 mg, 2 fois par jour pendant 10 jours.

Adultes : Donnez 500 mg, 2 fois par jour pendant 10 jours.

La pénicilline injectable, pénicilline G

La pénicilline injectable doit être utilisée pour certaines infections sévères y compris :

- Le tétanos
- La pneumonie sévère
- Les blessures très infectées
- Le transperçement de la peau par un os
- La syphilis

La pénicilline injectable existe sous des formes différentes. La principale différence est la durée pendant laquelle le produit reste actif dans le corps : courte action, action intermédiaire ou longue action.

Utilisation



LA PROCAÏNE (action intermédiaire)

Injectez seulement dans le muscle (IM), pas dans la veine (IV).

- ➔ Donnez 25 000 à 50 000 unités (U, ou IU) par kg de poids par jour. Ne donnez pas plus de 4 800 000 unités. Si vous ne pouvez pas peser l'enfant, dosez selon l'âge :
 - De 2 mois à 3 ans :** Injectez 150 000 unités, 1 fois par jour pendant 10 à 15 jours.
 - De 4 à 7 ans :** Injectez 300 000 unités, 1 fois par jour pendant 10 à 15 jours.
 - De 8 à 12 ans :** Injectez 600 000 unités, 1 fois par jour pendant 10 à 15 jours.
 - Plus de 12 ans :** Injectez de 600 000 à 4 800 000 unités, 1 fois par jour pendant 10 à 15 jours.

Ne pas utiliser avec les bébés de moins de 2 mois à moins qu'aucune autre pénicilline ou ampicilline ne soit disponible. Si vous n'avez pas le choix, injectez 50 000 unités, 1 fois par jour pendant 10 à 15 jours.

Pour les infections très sévères à tout âge, doublez la dose ci-dessus mentionnée.

La dose pour la procaïne combinée avec une pénicilline à courte action est la même que la dose de procaïne seule.

LA BENZATHINE BENZYL PÉNICILLINE, PÉNICILLINE G, PÉNICILLINE BENZATHINE (longue action) Injecter seulement dans le muscle (IM), pas dans la veine (IV).

- ➔ **Les enfants de moins de 30 kg, ou de 1 à 7 ans :** Injectez 300 000 unités à 600 000 unités, 1 fois par semaine. Pour les infections légères, 1 injection peut suffire.
- Les adultes et les enfants de plus de 30 kg, ou enfants plus de 8 ans :** Injecter 1,2 million d'unités. Pour les infections légères, une injection peut suffire.

Pour l'angine streptococcique, donnez 1 injection avec la dose ci-dessus.

Pour quelqu'un qui a eu un rhumatisme articulaire aigu, injectez la dose ci-dessus 1 fois toutes les 4 semaines. Continuez ce traitement pendant 5 à 10 ans afin de prévenir la cardiopathie rhumatismale.

Pour la syphilis chez les nouveau-nés, injectez 1 dose de 50 000 unités par kg.

Les autres antibiotiques

L'érythromycine

L'érythromycine est efficace contre beaucoup d'infections similaires traitées par la pénicilline mais coûte un peu plus cher. Dans de nombreuses parties du monde, l'érythromycine marche mieux que la pénicilline pour certains cas de pneumonie. Elle peut aussi être utilisée contre la diphtérie ou la coqueluche.

L'érythromycine est un bon remplacement pour les gens allergiques à la pénicilline. Pour de nombreuses infections, elle peut aussi remplacer la tétracycline.

Effets secondaires

L'érythromycine donne souvent la nausée ou la diarrhée, en particulier chez les enfants. Ne l'utilisez pas pendant plus de 2 semaines car elle peut entraîner une jaunisse.

Utilisation

→ Donnez 30 à 50 mg par kg répartis en 2 à 4 doses par jour. Donnez pendant 7 à 10 jours ou jusqu'à 24 heures après que tous les signes d'infection aient disparu.

Nouveau-nés : donnez 65 mg 2 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

Moins de 2 ans : donnez 125 mg 3 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

De 2 à 8 ans : donnez 250 mg 3 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

Plus de 8 ans : donnez 250 à 500 mg 4 fois par jour pendant 7 à 10 jours.

Pour les infections sévères, doublez ces doses.

Le cotrimoxazole, triméthoprime/sulfaméthoxazole , TMP-SMX

Cette combinaison de 2 antibiotiques est peu coûteuse et combat de nombreuses infections comme les infections de la vessie (infections urinaires), la typhoïde et les otites. C'est un médicament important pour les personnes vivant avec le VIH en les protégeant de nombreuses infections qui surviennent à cause du VIH.

Important

Évitez de donner du cotrimoxazole aux bébés de moins de 6 semaines. L'allergie à ce médicament est commune. Les signes de réaction allergique sont de la fièvre, des difficultés respiratoires ou une éruption cutanée. Arrêtez de l'utiliser en cas d'éruption cutanée ou si vous pensez qu'il peut y avoir une allergie.

Utilisation

Le cotrimoxazole est disponible en différentes quantités des 2 médicaments qu'il contient. Il peut indiquer 200/40 (c'est-à-dire 200 mg de sulfaméthoxazole et 40 mg de triméthoprime), 400/80 ou 800/160. Parfois, une dose peut être décrite seulement en termes de quantité de triméthoprime.

Contre la plupart des infections

- ➔ **De 6 mois à 5 ans** : donnez 200 mg de sulfaméthoxazole + 40 mg de triméthoprime, 2 fois par jour.
- De 6 à 12 ans** : donnez 400 mg de sulfaméthoxazole + 80 mg de triméthoprime, 2 fois par jour.
- Plus de 12 ans** : donnez 800 mg de sulfaméthoxazole + 160 mg de triméthoprime, 2 fois par jour.

Pour les enfants infectés par le VIH, en prévention de la pneumonie

- ➔ **Moins de 6 mois** : donnez 100 mg de sulfaméthoxazole + 20 mg de triméthoprime, 1 fois par jour, tous les jours.
- De 6 mois à 5 ans** : donnez 200 mg de sulfaméthoxazole + 40 mg de triméthoprime, 1 fois par jour, tous les jours.
- De 6 à 14 ans** : donnez 400 mg de sulfaméthoxazole + 80 mg de triméthoprime, 1 fois par jour, tous les jours.
- Plus de 14 ans** : donnez 800 mg de sulfaméthoxazole + 160 mg de triméthoprime (2 comprimés 400/80, ou 1 comprimé à teneur forte 800/160), 1 fois par jour, tous les jours.

La gentamicine

La gentamicine est un antibiotique puissant de la famille des aminoglycosides. Elle ne peut être administrée que par injection ou intraveineuse. Ce médicament peut être dangereux pour les reins ou l'audition, et ne doit donc être utilisé qu'en cas d'urgence.

Pour la pneumonie ou la méningite chez les bébés et les enfants, donnez une combinaison de gentamicine et ampicilline. (Voir page 43 pour les doses).

Important

Il faut respecter la dose exacte de gentamicine. Un surdosage peut entraîner des problèmes aux reins ou une surdité permanente. Il est préférable de doser selon le poids. Ne donnez pas de la gentamicine pendant plus de 10 jours.

Les médicaments contre les convulsions

Le diazépam

Le diazépam peut être utilisé pour arrêter une crise unique. Pour les personnes souffrant de crises régulières (épilepsie), utilisez un autre médicament pouvant être pris tous les jours.

Effets secondaires



Somnolence.

Important

Trop de diazépam peut ralentir ou arrêter la respiration. **Ne donnez pas plus que la dose recommandée et ne donnez pas plus de deux doses.**

Le diazépam est un médicament d'accoutumance (dépendance). Évitez une utilisation à long terme ou un usage fréquent.

N'injectez pas de diazépam sauf si vous avez de l'expérience ou la formation pour le faire. Il est très difficile de l'administrer en toute sécurité par injection. Au lieu de cela, pendant une crise, vous pouvez en mettre dans l'anus.

Utilisation

Contre une convulsion

Utilisez la solution liquide injectable ou écrasez 1 comprimé dans de l'eau. Après avoir retiré l'aiguille d'une seringue, remplissez la seringue de solution et videz-la dans l'anus. Autrement, utilisez un gel de diazépam conçu pour une utilisation dans l'anus.

- ➔ **Moins de 7 ans** : donnez 0,2 mg par kg en 1 prise.
- De 7 à 12 ans** : donnez 3 à 5 mg en 1 prise.
- Plus de 12 ans** : donnez 5 à 10 mg en 1 prise.

Si la convulsion n'est pas contrôlée dans les 15 minutes qui suivent, répétez la dose. Ne renouvelez pas plus d'une fois.

Pour détendre les muscles et calmer la douleur

Donnez des comprimés de diazépam par voie orale 45 minutes avant une procédure douloureuse comme pour repousser une hernie ou réparer une fracture.

- ➔ Donnez-en 0,2 à 0,3 mg par kg. Si vous ne pouvez pas peser l'enfant, dosez en fonction de son âge :
 - Moins de 5 ans** : donnez 1 mg.
 - Plus de 5 ans** : donnez 2 mg.

Les antihistaminiques : Les médicaments pour les allergies

Les démangeaisons, éternuements et éruptions cutanées causées par des allergies peuvent en général être traités avec des antihistaminiques. Tous les antihistaminiques sont à peu près aussi efficaces. Donc si vous n'avez pas de chlorphéniramine (décrit ci-dessous), utilisez du diphenhydramine ou un autre antihistaminique en modifiant la posologie en fonction du médicament. Tous les antihistaminiques provoquent de la somnolence dans une certaine mesure.

Ces médicaments ne sont pas efficaces contre le rhume.

Dans les cas de réactions allergiques graves accompagnées de difficultés respiratoires, utilisez de l'épinéphrine (adrénaline) en plus des antihistaminiques. Voir page 77 Les premiers soins : Les médicaments (en cours d'écriture).

Le chlorphéniramine, chlorphénamine

Le chlorphéniramine est un antihistaminique qui atténue les démangeaisons, éternuements, éruptions cutanées et autres problèmes causés par des allergies. On peut l'utiliser après une piqûre d'insecte, lors d'une allergie à un aliment ou à un médicament ou contre « le rhume des foins » (éternuements et irritation des yeux dus au pollen dans l'air).

Effets secondaires



Somnolence (mais moins fréquente qu'avec d'autres antihistaminiques).

Utilisation



- ➔ **De 1 à 2 ans** : donnez 1 mg 2 fois par jour jusqu'à ce que la personne aille mieux.
- De 3 à 5 ans** : donnez 1 mg toutes les 4 à 6 heures jusqu'à ce que la personne aille mieux.
- De 6 à 12 ans** : donnez 2 mg toutes les 4 à 6 heures jusqu'à ce que la personne aille mieux.
- Plus de 12 ans** : donnez 4 mg toutes les 4 à 6 heures jusqu'à ce que la personne aille mieux.

Dans le cas de réactions allergiques graves, faites d'abord une injection d'épinéphrine (voir page 77 Les premiers soins : Les médicaments - en cours d'écriture). Si vous injectez ensuite du chlorphéniramine, cela empêchera la réaction de revenir quand l'effet de l'épinéphrine s'estompera. (Si vous n'avez pas de chlorphéniramine injectable, donnez des comprimés par voie orale selon la posologie indiquée plus haut.)

- ➔ **De 1 à 5 ans** : injectez 2,5 à 5 mg toutes les 4 à 6 heures jusqu'à ce que les signes de réaction allergique aient disparu.
- De 6 à 12 ans** : injectez 5 à 10 mg toutes les 4 à 6 heures jusqu'à ce que les signes de réaction allergique aient disparu.
- Plus de 12 ans** : injectez 10 à 20 mg (mais pas plus que 40 mg par 24 heures) toutes les 4 à 6 heures jusqu'à ce que les signes de réaction allergique aient disparu.

Les médicaments contre les vers

Les médicaments seuls ne suffisent pas à se débarrasser d'infections de vers de façon durable. Une bonne hygiène personnelle et publique est indispensable. Comme les infections de vers se propagent facilement au sein d'une famille, il vaut mieux traiter toute la famille dès qu'un membre a des vers.

Le mébendazole

Le mébendazole agit contre les ankylostomes, les trichocéphales, les vers ronds, les oxyures et d'autres vers appelés les anguillules. Il est aussi efficace contre les infections par plusieurs différents vers. Il peut aider contre la trichinose mais il n'est pas le meilleur médicament pour cette maladie. Malgré de rares effets secondaires, des douleurs à l'intestin ou des diarrhées peuvent survenir si la personne est infectée par beaucoup de vers.

Important

Ne pas prendre de mébendazole pendant les 3 premiers mois de la grossesse, période à laquelle il peut nuire au bébé qui se développe. Ne pas donner aux enfants de moins de 1 an.

Utilisation

Pour les oxyures

→ **De 1 an à l'âge adulte** : donnez 100 mg en 1 prise par voie orale. Répétez au bout de 2 semaines si cela est nécessaire.

Pour les vers ronds (ascaris), les trichocéphales et les ankylostomes

→ **De 1 an à l'âge adulte** : donnez 100 mg 2 fois par jour pendant 3 jours (6 comprimés en tout). **OU BIEN**
donnez un comprimé de 500 mg en 1 prise.

En prévention contre les vers ronds : si cette infection est courante

→ **De 1 an à l'âge adulte** : donnez 500 mg tous les 4 à 6 mois.

Pour la trichinose

→ **De 1 an à l'âge adulte** : donnez 200 à 400 mg 3 fois par jour pendant 3 jours, puis 400 à 500 mg 3 fois par jour pendant les 10 jours qui suivent. Si vous avez des douleurs ou des problèmes de vision, donnez aussi un stéroïde, comme du prednisolone, 40 à 60 mg, 1 fois par jour pendant 10 à 15 jours.

L'albendazole

L'albendazole ressemble au mébendazole, mais coûte souvent plus cher. Il agit contre les ankylostomes, les trichocéphales, les anguillules, les vers ronds, les oxyures et les trichinoses. Les effets secondaires sont rares.

Important

Ne prenez pas d'albendazole pendant les 3 premiers mois de la grossesse, période à laquelle il peut nuire au bébé qui se développe. Ne pas donner aux enfants de moins de 1 an.

Utilisation

Pour les vers ronds (ascaris), les trichocéphales et les ankylostomes

- ➔ **De 1 à 2 ans** : ne donnez qu'une seule fois 200 mg.
- Plus de 2 ans** : ne donnez qu'une seule fois. Répétez au bout de 2 semaines si cela est nécessaire.

Pour les anguillules

- ➔ Donnez 400 mg 2 fois par jour pendant 7 jours.

Pour la trichinose

- ➔ Donnez 400 mg 2 fois par jour pendant 8 à 14 jours. Si vous avez des douleurs ou des problèmes de vision, donnez aussi un stéroïde, comme du prednisolone, 40 à 60 mg, une fois par jour pendant 10 à 15 jours.

Le pyrantel pamoate, pyrantel embonate

Le pyrantel agit sur les oxyures, les ankylostomes et les vers ronds (Ascaris), mais il peut être coûteux. Il peut parfois provoquer des vomissements, des vertiges ou des maux de tête. Ne le donnez pas à une personne qui prend également du pipérazine (un autre médicament contre les vers).

Utilisation

Pour les ankylostomes et les vers ronds : ne donnez qu'une seule dose.

Pour les oxyures : ne donnez qu'une seule dose, attendez 2 semaines, puis en donner une autre dose.

- ➔ Donnez 10 mg par kg. Si vous ne pouvez pas peser l'enfant, dosez selon l'âge :
 - En dessous de 2 ans** : donnez 62 mg (¼ d'un comprimé de 250 mg).
 - Entre 2 et 5 ans** : donnez 125 mg (½ comprimé de 250 mg).
 - Entre 6 et 9 ans** : donnez 250 mg (1 comprimé de 250 mg).
 - Entre 10 et 14 ans** : donnez 500 mg (2 comprimés de 250 mg).
 - Au-delà de 14 ans** : donnez 750 mg (3 comprimés de 250 mg).

Les suppléments de vitamines et de minéraux

La vitamine A, rétinol

Pour prévenir la cécité nocturne et la xérophtalmie.

Dans les zones où la cécité nocturne et la xérophtalmie sont des problèmes communs, il faut manger plus de fruits et légumes jaunes, d'aliments à feuilles vert foncé et d'aliments d'origine animale, tels que des œufs et du foie. Comme ce n'est pas toujours possible – au moins à court terme – c'est peut être une bonne idée de donner aux enfants et aux jeunes mères un supplément de vitamine A tous les 6 mois.

Important

On ne peut en général pas prendre trop de vitamine A à partir d'aliments. Mais sous la forme de gélules, de comprimés, ou d'huile, il est dangereux d'en prendre trop. Ne pas utiliser plus que la quantité recommandée.

Utilisation

Pour les jeunes enfants, vous pouvez écraser le comprimé et le mélanger avec un peu de lait maternel. Ou, coupez une gélule et pressez le liquide dans la bouche de l'enfant.

Pour prévenir ou traiter une carence en vitamine A

- **De 6 mois à 1 an** : donnez 100 000 unités par voie orale en 1 prise.
Plus de 1 an : donnez 200 000 unités par voie orale en 1 prise. Répétez tous les 6 mois.
Pour les mères : donnez 200 000 unités par voie orale dans les 6 semaines après l'accouchement. La vitamine A protège la mère et se transmet au bébé par le lait maternel.

Pour les enfants atteints de rougeole

La vitamine A prévient la pneumonie et la cécité, 2 complications de la rougeole.

- **De 6 mois à 1 an** : donnez 100 000 unités par voie orale 1 fois par jour pendant 2 jours.
Plus de 1 an : donnez 200 000 unités par voie orale 1 fois par jour pendant 2 jours.
 (Si l'enfant a déjà reçu une dose de vitamine A au cours des 6 derniers mois, donnez ce traitement un seul jour.)

Si une personne souffre de malnutrition sévère ou commence déjà à perdre la vue, répétez la dose de vitamine A après 2 semaines.

Le Zinc

Le zinc aide les enfants souffrant de diarrhée à se rétablir plus vite. Il doit être donné avec une boisson réhydratante.

Utilisation

Pour les bébés, les comprimés peuvent être réduits en poudre et mélangés avec du lait maternel ou un peu d'eau. Vous pouvez trouver des « comprimés solubles » qui se dissolvent rapidement et facilement dans un liquide.

➔ **Pour les nouveau-nés jusqu'à 6 mois** : donnez 10 mg, 1 fois par jour pendant 10 à 14 jours.

Au-delà de 6 mois : donnez 20 mg, 1 fois par jour pendant 10 à 14 jours.

Le fer, sulfate ferreux, gluconate ferreux

Le sulfate ferreux est utile pour traiter ou prévenir la plupart des cas d'anémie. Un traitement au sulfate ferreux par voie orale prend normalement au moins 3 mois.

Le fer fonctionne mieux lorsqu'il est pris avec de la vitamine C (soit en mangeant des fruits et légumes, ou en prenant un comprimé de vitamine C).

Effets secondaires

Le fer dérange parfois l'estomac et il est préférable de le prendre pendant les repas. En outre, il peut causer de la constipation en particulier chez les personnes âgées, et il peut donner une couleur noire aux selles (matières fécales). Voir les conseils pour la constipation page 37 Les douleurs au ventre, les diarrhées, et les vers. Boire un supplément de fer liquide noircit les dents. Boire avec une paille ou se brosser les dents après.

Importante

Assurez-vous que la dose est juste. L'excès de sulfate ferreux est toxique. Ne donnez pas de fer à des personnes souffrant de malnutrition sévère. Attendez qu'elles sont en santé.

Utilisation

Différentes formes de fer contiennent divers concentrations de ce minéral. Par exemple, un comprimé de 300 mg de sulfate ferreux contient environ 60 mg de fer. Mais un comprimé de 325 mg de gluconate ferreux contient 36 mg de fer. Alors, lisez l'étiquette de vos comprimés, sirop, ou autre supplément de fer pour en connaître la teneur en fer.

Pour PRÉVENIR l'anémie chez les femmes enceintes ou qui allaitent

➔ Administrez 300 mg de sulfate ferreux (60 mg de fer) par jour. Le fer doit également être pris quotidiennement par les femmes qui envisagent une grossesse. Un supplément combiné de fer et d'acide folique est encore mieux, parce que l'acide folique aide à prévenir les malformations congénitales.

Traitement d'un enfant anémique

➔ Donnez du sulfate ferreux 1 fois par jour, ou diviser en 2 doses en cas de maux d'estomac.

DOSE DE SULFATE FERREUX SELON L'AGE

| GROUPE D'ÂGE | COMBIEN PAR DOSE | NOMBRE DE COMPRIMÉS DE 300 MG | QUANTITÉ DE FER TOTALE |
|---------------------|-----------------------------|--|--|
| Moins de 2 ans → | 125 mg de sulfate ferreux → | Utilisez du sirop de fer ou écrasez environ ¼ d'un comprimé de 300 mg de sulfate ferreux dans le lait maternel → | En administrer suffisamment pour fournir une dose de 25 mg de fer → |
| De 2 à 12 ans → | 300 mg sulfate ferreux → | 1 comprimé de 300 mg sulfate ferreux → | En administrer suffisamment pour fournir une dose de 60 mg de fer → |
| Plus de 12 ans → | 600 mg sulfate ferreux → | 2 comprimés de 300 mg sulfate ferreux → | En administrer suffisamment pour fournir une dose de 120 mg de fer → |

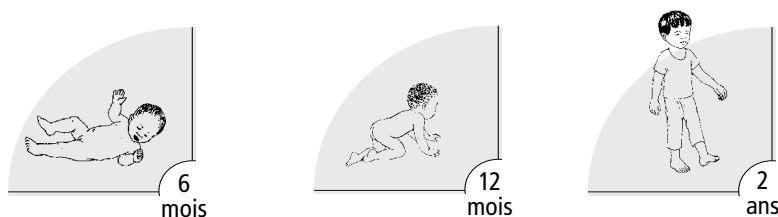
Annexe A : Tableaux de développement de l'enfant

Comment utiliser ces tableaux de développement de l'enfant

Les enfants se développent dans plusieurs domaines : **la capacité physique** (le corps) **la capacité mentale** (esprit), **la communication** (gestuelle ou parler), et **la capacité sociale** (établir des liens avec d'autres personnes). Certaines des capacités qu'apprend l'enfant touche à tous ces domaines : Par exemple quand un enfant tend les bras, pour qu'on le tienne, il travaille :

- La capacité physique – il tend les bras.
- La capacité mentale – il vous reconnaît.
- La communication – il vous dit ce qu'il veut.
- La capacité sociale – il aime bien être tenu dans vos bras.

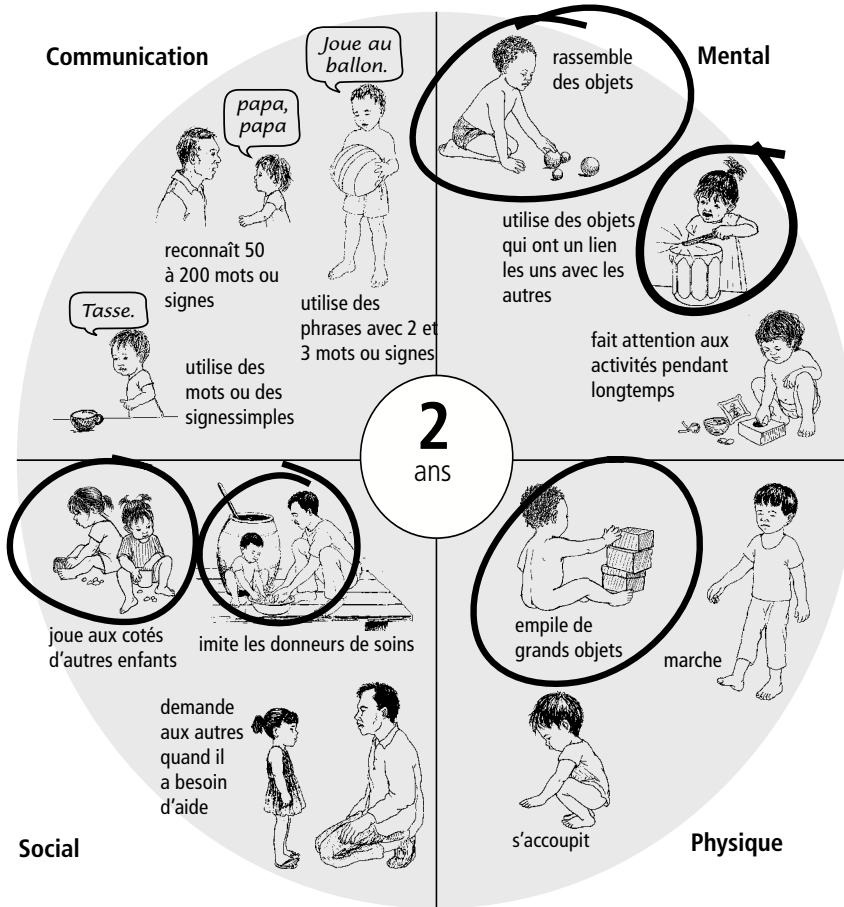
Les tableaux ci-dessous indiquent certaines des capacités que l'enfant apprend et le moment auquel la plupart des enfants les apprennent. Vous pouvez utiliser le tableau pour vous informer sur la façon dont les enfants se développent et décider des habiletés que l'enfant a besoin d'apprendre.



Les tableaux montrent la façon dont les capacités physiques évoluent à mesure que l'enfant grandit.

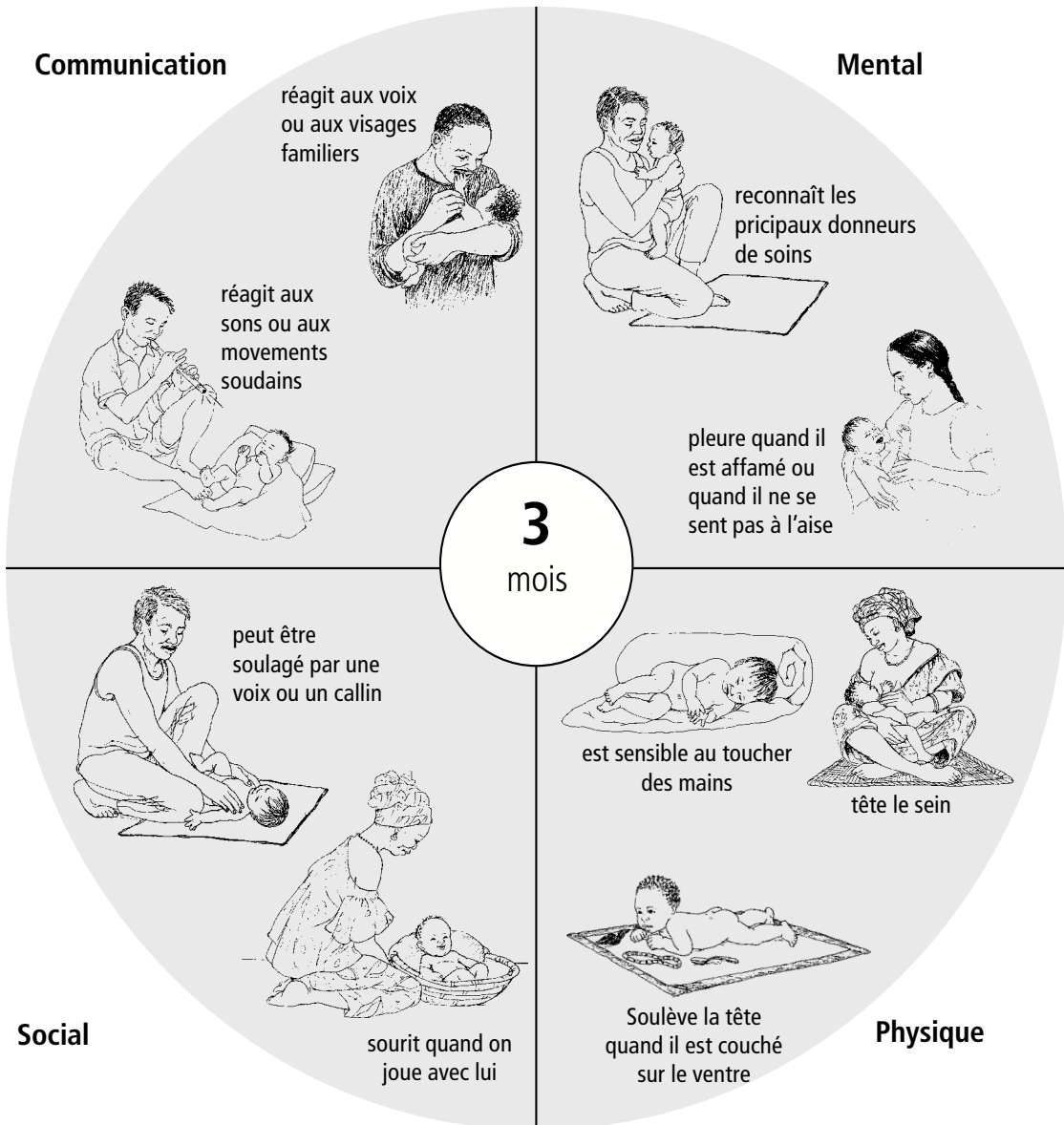
Pour vous aider à décider des capacités que l'enfant a besoin d'apprendre.

Trouvez le tableau applicable au groupe d'âge le plus proche de celui de l'enfant. Au tableau, encerclez les capacités que votre enfant possède. Vous découvrirez peut-être que votre enfant ne possède pas certaines des capacités qu'ont d'autres enfants du même âge. Sur cette base, vous pourrez décider des activités que vous voulez faire avec votre enfant.



Dans le tableau ci-dessus, une mère a encerclé les capacités que possède sa fille de 20 mois. Sa fille a besoin de faire des activités qui l'aide à gagner des capacités physiques et de communication.

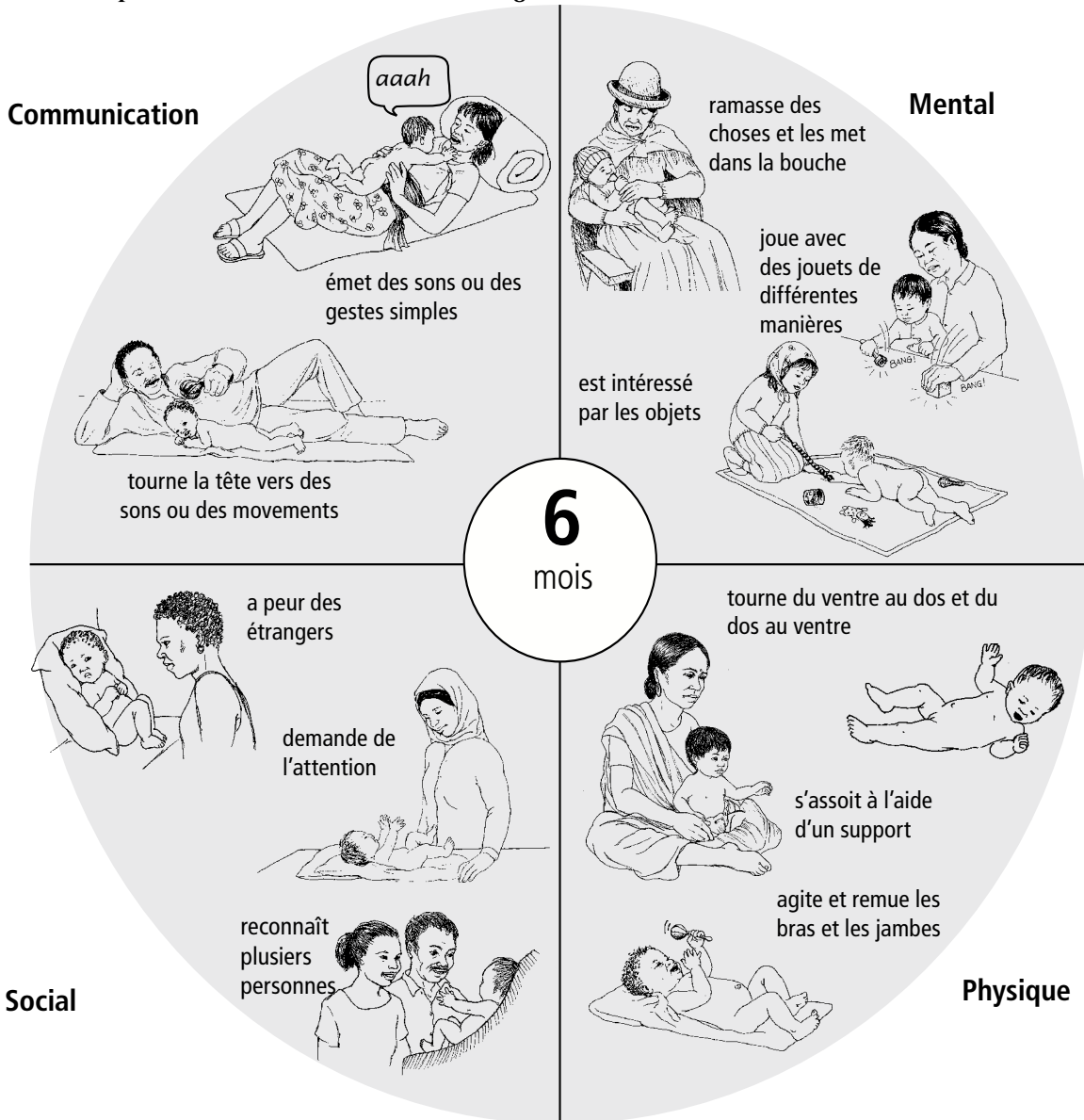
Chacune des parties de ce cercle indique un aspect différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent de nombreux bébés âgés de 3 mois.



Les bébés qui ne peuvent faire 2 des activités dans une des parties du cercle bénéficieront des activités destinées à les aider à se développer dans ce domaine. Les images ne sont pourtant que des exemples—dans le domaine de la Communication, il n'est pas nécessaire que vous jouiez de la flûte ! La question à poser est : votre enfant est-il capable de réagir à un bruit soudain ?

Rappelez-vous qu'un bébé apprendra d'autant mieux s'il pratique des activités que font d'autres bébés du même âge dans votre communauté.

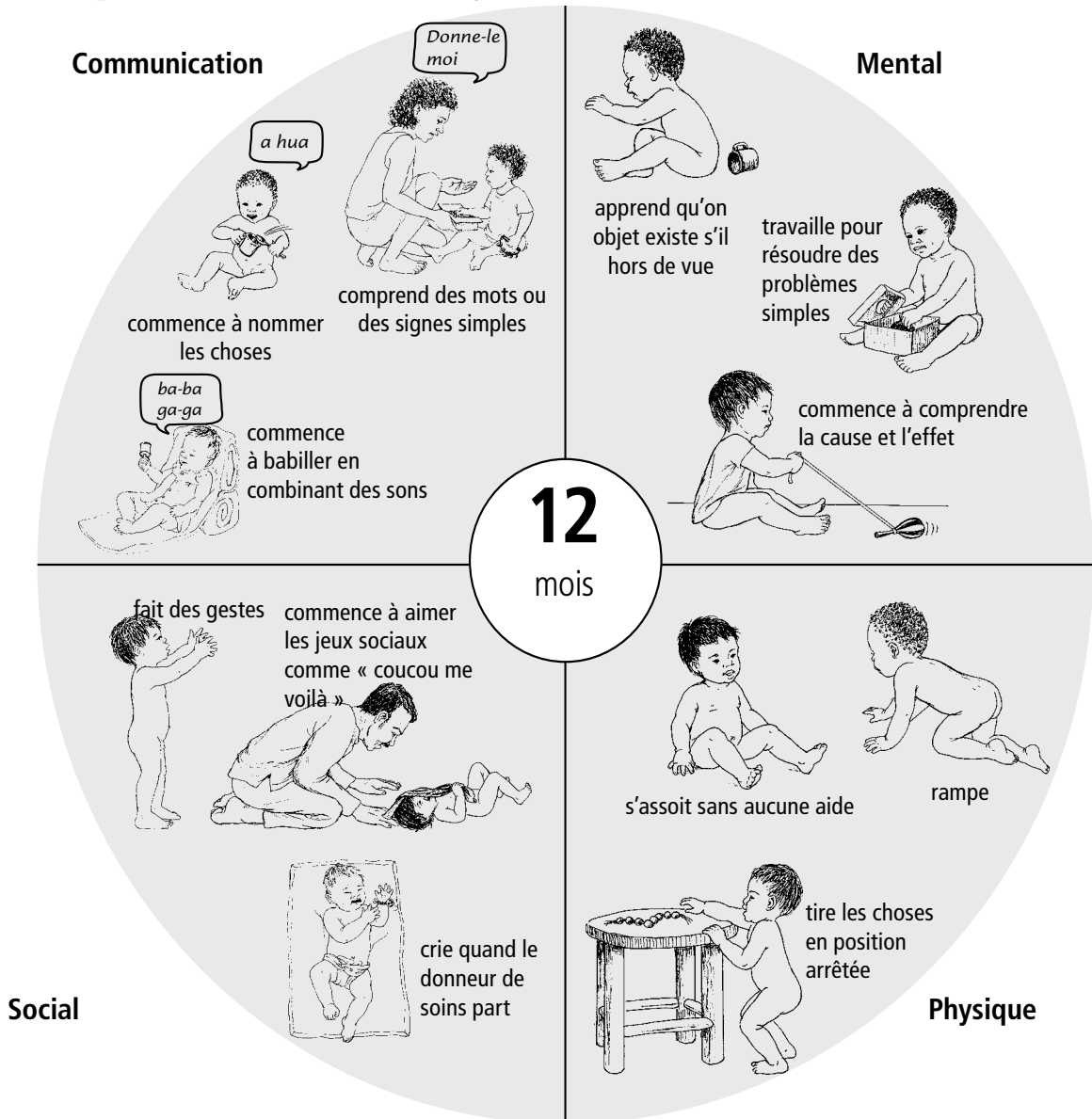
Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent de nombreux bébés âgés de 6 mois.



Les bébés qui ne peuvent faire 2 des activités dans une des parties du cercle bénéficieront des activités destinées à les aider à se développer dans ce domaine. Les images ne sont pourtant que des exemples de capacités— dans le domaine Physique il n'est pas nécessaire que votre bébé joue du hochet. La question à poser est : votre bébé est-il capable d'agiter les bras et les jambes ?

Rappelez-vous qu'un bébé apprendra d'autant mieux s'il pratique des activités que font d'autres bébés du même âge dans votre communauté.

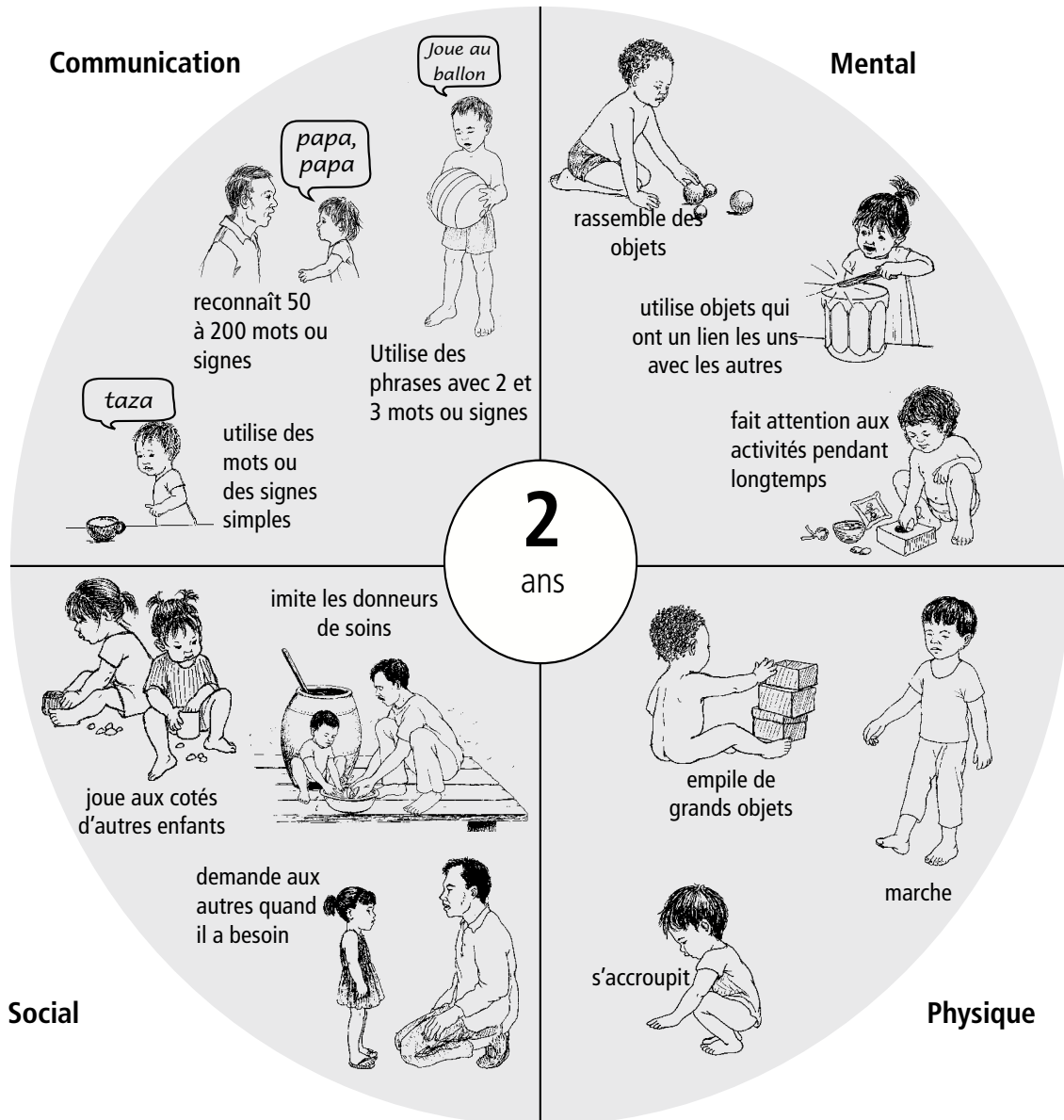
Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent de nombreux bébés âgés de 12 mois.



Les bébés qui ne peuvent faire 2 des activités figurant dans une des parties du cercle bénéficieront des activités destinées à les aider à se développer dans ce domaine. Les images ne sont pourtant que des exemples de capacités—dans le domaine Social il n'est pas nécessaire que vous jouiez à cache-cache avec votre bébé. La question à poser est : votre bébé aime-t-il jouer avec d'autres ?

Rappelez-vous qu'un bébé apprendra d'autant mieux s'il pratique des activités que font d'autres bébés du même âge dans votre communauté.

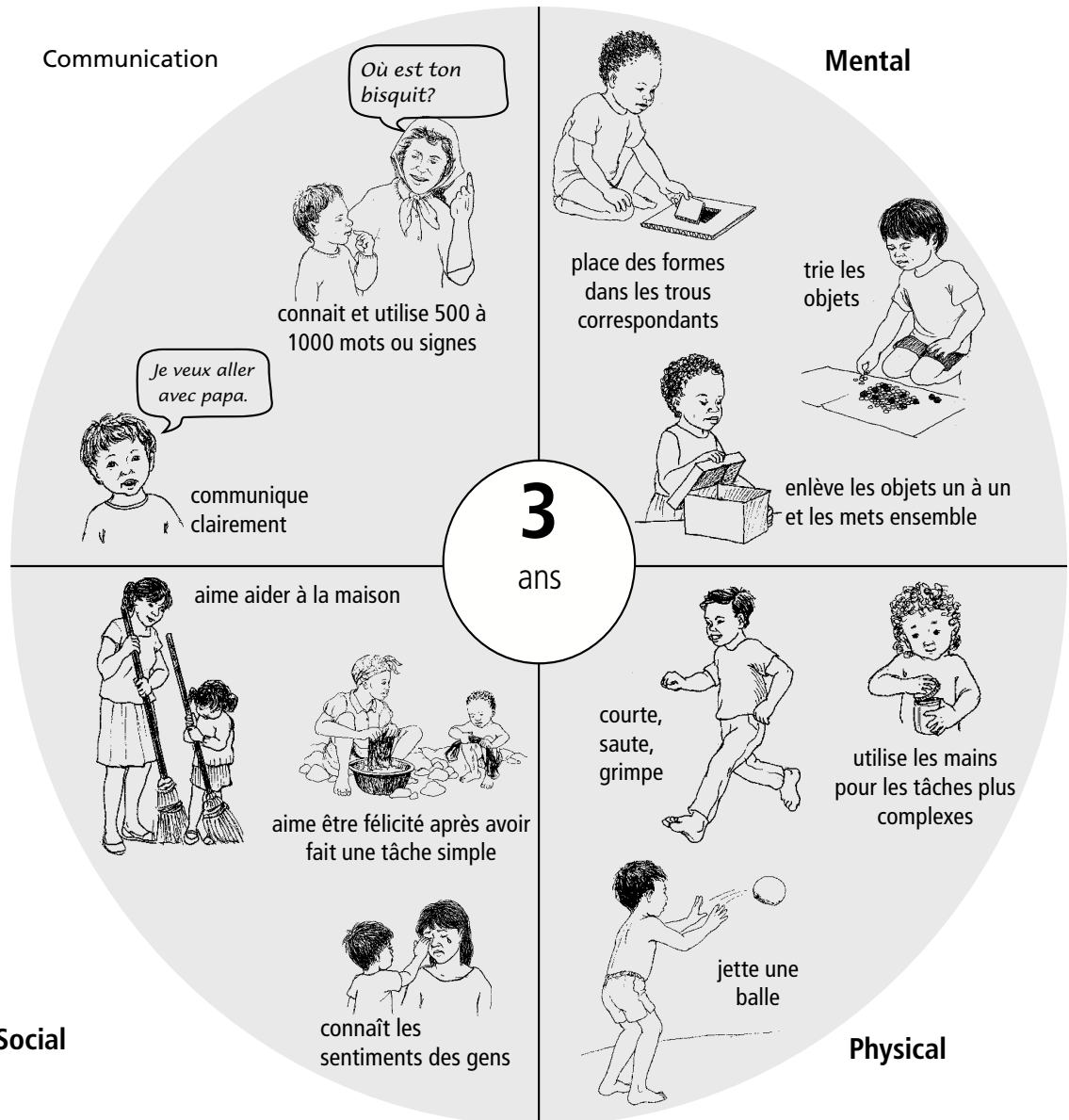
Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent de nombreux tout-petits âgés de 2 ans.



Les enfants qui ne peuvent faire 2 des activités figurant dans une des parties du cercle bénéficieront des activités destinées à les aider à se développer dans ce domaine. Les images ne sont cependant que des exemples de capacités. Par exemple, dans le domaine Mental il n'est pas nécessaire que votre enfant soit capable de jouer du tambour. La question que vous devez vous poser est : votre enfant est-il capable d'utiliser deux objets en même temps ?

Rappelez-vous qu'un enfant apprendra d'autant mieux s'il pratique des activités que font d'autres enfants du même âge dans votre communauté.

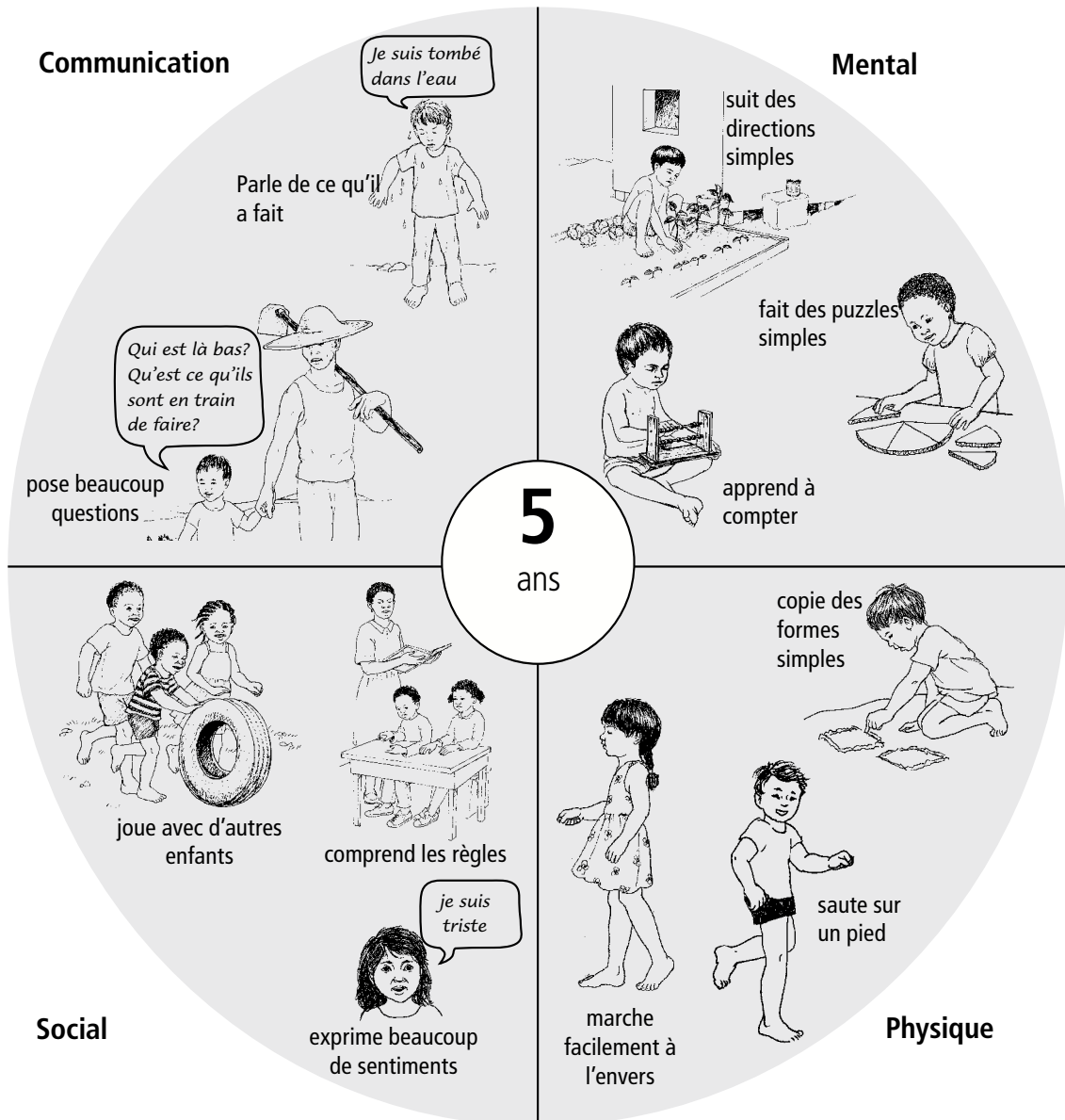
Chacune des parties de ce cercle indique un aspect différent du développement. Les images et les mots sont des exemples d'habiletés que possèdent de nombreux tout-petits âgés de **3 ans**.



Les enfants qui ne peuvent faire 2 des activités figurant dans une des parties du cercle bénéficieront des activités destinées à les aider à se développer dans ce domaine. Les images ne sont cependant que des exemples de capacités. Par exemple, dans le domaine Social il n'est pas nécessaire que votre enfant essuie le plancher. La question que vous devez vous poser est : votre enfant aime-t-il aider au sein de la famille ?

Rappelez-vous qu'un enfant apprendra d'autant mieux s'il pratique des activités que font d'autres enfants du même âge dans votre communauté.

Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent de nombreux enfants âgés de 5 ans.



Les enfants qui ne peuvent faire 2 des activités figurant dans une des parties du cercle bénéficieront des activités destinées à les aider à se développer dans ce domaine. Les images ne sont cependant que des exemples de capacités. Par exemple, dans le domaine Social il n'est pas nécessaire que votre enfant soit en train d'écouter son enseignant. La question que vous devez vous poser est : votre enfant est-il capable de comprendre les règles comme les autres enfants ?

Rappelez-vous qu'un enfant apprendra d'autant mieux s'il pratique des activités que font d'autres enfants du même âge dans votre communauté.