

# LA FIÈVRE ou L'HYPERTHERMIE chez l'enfant



VIVALIA – Site de Marche

Service de pédiatrie : 063/55.41.05

Consultation pédiatrique : 063/55.12.37

## Qu'est-ce que la fièvre ?

Le corps cherche constamment à maintenir sa température autour de 37°C.

La température peut être plus basse le matin, augmenter le soir, varier en fonction de la journée et de l'environnement et peut même atteindre 38°C sans pour autant être synonyme de fièvre. C'est pourquoi il faut toujours observer votre enfant et tenir compte de son état général en cas d'augmentation de sa température corporelle.

La fièvre n'est pas une maladie, mais un signal. C'est une façon pour le corps de réagir à une situation anormale.

On parle d'état fébrile à partir de 38°C et d'hyperthermie (fièvre) à partir de 38,5°C.

Une forte fièvre peut parfois être associée à d'autres symptômes : maux de tête, vomissements, manque d'appétit, transpiration abondante.

## Quand prendre la température ?

Il est conseillé de prendre la température de votre enfant quand :

- Il est anormalement chaud.
- Il a les joues anormalement rouges.
- Il est anormalement pâle.
- Il frissonne.
- Il est moins actif, joue moins que d'habitude.
- Il dort plus que d'habitude.
- Il vomit ou a de la diarrhée.
- Il pleure sans raison apparente.
- Son nez coule, il tousse et/ou éternue.
- Il attrape des plaques rouges et/ou des boutons sur le corps.
- Il a la bouche sèche et des yeux cernés.
- Il est malade (surveiller sa température toutes les 4 à 6 heures).
- Vérifier l'efficacité du traitement antipyrétique 30 min à 1h après l'administration du médicament.
- Il a reçu un vaccin.

## Comment prendre la température ?

- ✓ De la naissance à 5 ans : privilégier la voie rectale.
- ✓ A partir de 5 ans : toujours prendre la température au même endroit, soit sous le bras (en axillaire) ou dans l'oreille (en auriculaire) car il existe de légères variations.

## Que faire selon la température de mon enfant :

### A partir de 37.5°C :

- Le mettre en sous-vêtements / body / lange en s'assurant qu'il n'y ait pas de risque de courant d'air.
- Régler la température de la pièce afin qu'elle ne dépasse pas les 20°C.
- Ne pas le couvrir (même en cas de frissons). C'est souvent le premier réflexe, mais celui-ci ne fera qu'augmenter davantage sa température ou d'empêcher les médicaments de la faire descendre.
- Bien l'hydrater en évitant toutefois les boissons chaudes.
- Re contrôler sa température régulièrement.

### A partir de 38.5°C :

- Répéter les 5 points précédents.
- Administrer des antipyrétiques **en alternance et selon le poids de votre enfant.**
  - ✓ Paracétamol® (= Dafalgan® = Perdolan®) dont la dose est de 15mg/kg /6 heures ou maximum 4x/j (avec un minimum de 4 heures entre deux doses).

et/ou

- ✓ Ibuprofène® (= Nurofen® = Perdofen®) dont la dose est de 10mg/kg /8 heures ou maximum 3x/j (avec un minimum de 6 heures entre deux doses).

## Aide-mémoire : suivi des heures d'administration des antipyrétiques :

T°/Heures	Jour 1 = 24h				Jour 2 = 48h				Jour 3 = 72h			
Paracétamol												
Ibuprofène												

### Quand appeler le médecin traitant ou le pédiatre ?

- Si la fièvre est présente depuis plus de 48 heures.
- Si votre bébé a moins de 6 mois.
- Si la température ne diminue pas malgré les médicaments.
- Si votre enfant présente d'autres symptômes : toux, éruptions cutanées, vomissements, diarrhée, maux de tête, fatigue anormale, maux de ventre.
- Si les urines de votre enfant sentent mauvais ou si votre enfant se plaint d'une sensation de brûlure lorsqu'il urine.
- S'il refuse de boire et/ou de manger.
- Si votre enfant se plaint de forts maux de tête amplifiés par la lumière.
- Si votre enfant a perdu du poids (surtout pour les bébés).

### Quand appeler le 112 ou se rendre aux urgences ?



- Si votre enfant convulse (tremblements / spasmes violents et involontaires).
- Si des taches violacées apparaissent sur son corps et ne disparaissent pas à la pression.
- Si l'état neurologique de votre enfant est dégradé.