

Quand un enfant est malade,
ses parents et les pédiatres
cherchent à le soulager aussi
rapidement que possible.
Pourtant, un traitement
médical peut parfois faire
plus de mal que de bien.

Parfois, moins de
médecine est synonyme
de meilleur traitement
pour votre enfant :
cinq exemples



1

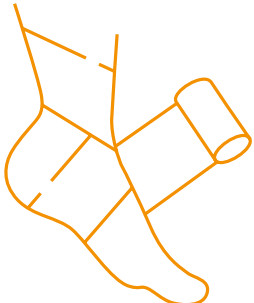
Entorse de cheville

Ne pas réaliser de radiographies chez les enfants et les adolescent·e·s présentant une entorse de cheville avec un faible risque de fracture significative

En cas d'entorse de la cheville, les enfants et les adolescent·e·s ont peu de risque d'avoir une fracture nécessitant un traitement. Si l'examen par un·e médecin montre uniquement un gonflement et une douleur à la pression au niveau de la malléole externe et des tissus mous, y compris des ligaments, on peut renoncer à réaliser une radiographie. Il n'y a ainsi pas de risque de passer à côté d'une fracture osseuse qui nécessiterait un traitement spécifique et il est possible d'éviter une exposition inutile aux radiations.

Voici ce que vous pouvez faire:

- Appliquez du froid et éventuellement un bandage.
- Gardez l'articulation au repos, avec une reprise progressive de la mobilisation selon les douleurs.
- Administrez des anti-inflammatoires (p. ex. ibuprofène).
- En cas d'absence d'amélioration après 10–14 jours, une nouvelle consultation en pédiatrie est recommandée.



2

Fatigue chronique et maladie de Lyme



Ne pas effectuer de sérologie Borrelia sans suspicion clinique de maladie de Lyme

Les tests sanguins de la maladie de Lyme dans les cas de fatigue chronique peuvent souvent s'avérer peu utiles et potentiellement trompeurs.

La fatigue chronique est un symptôme complexe pouvant découler de diverses causes biologiques, psychologiques ou environnementales. Les tests sanguins pour la maladie de Lyme peuvent générer des faux positifs ou des résultats ambigus, car ils ne font pas la distinction entre une infection passée, une infection active ou une simple exposition à la bactérie.

Il est donc essentiel d'adopter une approche clinique holistique en tenant compte de nombreux facteurs pour évaluer la fatigue chronique et de renoncer à des examens liés à la maladie de Lyme s'il n'y a pas d'autres arguments pouvant faire soupçonner une infection active.

Voici ce que vous pouvez faire:

- En cas de fatigue persistante et marquée, vous pouvez en discuter avec votre médecin pour déterminer les causes physiques et mentales possibles et instaurer un traitement correspondant.



3

Convulsion fébrile

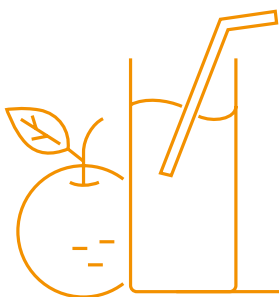
Ne pas proposer d'examens de routine pour les enfants ayant retrouvé leur état de conscience habituel après une convulsion fébrile simple

La convulsion fébrile est probablement l'un des événements les plus effrayants auxquels un parent puisse être confronté. Or, on estime qu'environ 1 enfant sur 20 connaîtra au moins un épisode de convulsion fébrile simple et il est désormais établi que l'immense majorité de ces épisodes n'auront aucune conséquence pour l'enfant et qu'il n'existe aucun lien avec des maladies de la famille des épilepsies ou des anomalies cérébrales.

Il est donc possible de les voir comme une réaction normale du corps pendant une maladie et il n'y a aucune raison d'imposer des examens parfois longs ou pénibles aux enfants après une convulsion fébrile simple.

Voici ce que vous pouvez faire:

- En cas de fièvre, veillez à un repos, à une hydratation et à un apport en nutriments suffisants.
- Conservez les médicaments prescrits par votre pédiatre en cas de nouvel épisode de convulsion fébrile (p. ex. diazépam par voie rectale, etc.). En cas de nouvel épisode, administrez-les à l'enfant si la crise dure plus de 3 minutes.
- En cas de détérioration de l'état général, une consultation en pédiatrie est recommandée.



4

Angine

Ne pas demander d'examens sanguins chez les enfants souffrant de pharyngite aiguë



Les infections du pharynx (mal de gorge) et des amygdales (angines) sont fréquentes chez les enfants. Elles sont généralement causées par des virus et guérissent spontanément en l'espace de quelques jours et les antibiotiques sont inefficaces en cas d'infection virale. Même pour les angines bactériennes (qui sont plus rares), les antibiotiques n'ont généralement aucun impact sur l'infection dans sa phase aiguë, pas plus qu'ils n'empêchent les complications. Il existe cependant des situations dans lesquelles le médecin envisage un traitement antibiotique. Une angine bactérienne est alors diagnostiquée sur la base des résultats des examens et d'un frottis. Les examens sanguins n'ont aucun intérêt pour le choix du traitement et sont donc inutiles.

Voici ce que vous pouvez faire:

- Pour le confort de votre enfant, administrez des traitements adaptés (p. ex. paracétamol ou ibuprofène).
- Lors des repas, proposez différentes textures ou températures, afin de voir ce que votre enfant préfère.
- En cas de détérioration de l'état général, une consultation en pédiatrie est recommandée.



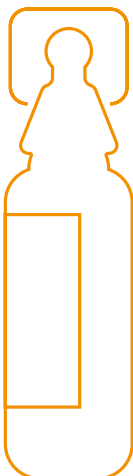
Ne pas réaliser de radiographies du thorax de façon routinière chez les enfants présentant une bronchiolite

La bronchiolite est une infection pulmonaire fréquente chez le nourrisson et l'enfant en bas âge. Elle est causée par des virus. La maladie commence par un rhume et, après quelques jours, s'attaque aux petites voies respiratoires (inflammation et formation de mucosités).

Les enfants ont alors des difficultés à respirer et de la toux. Ils peuvent également être fatigués ou irritables et n'ont envie ni de boire ni de manger. Dans la plupart des cas, ils peuvent rester à la maison et se remettent dans un délai de 7 à 10 jours et aucune radiographie des poumons ne doit être effectuée. Les radiographies sont inutiles pour le diagnostic et ne présentent que des inconvénients pour les enfants concernés: elles constituent une exposition aux radiations et conduisent à une augmentation des traitements antibiotiques inutiles. Les radiographies des poumons ne sont pertinentes que dans les rares cas de bronchiolites sévères.

Voici ce que vous pouvez faire:

- En cas de difficultés à respirer par le nez, utilisez une solution saline ou des gouttes nasales pour le décongestionner.
- Assurez-vous que votre enfant boive suffisamment.
- Donnez à votre enfant un médicament contre la fièvre et l'inconfort (p. ex. du paracétamol).
- Une inclinaison du lit, en surélevant le haut du corps, peut faciliter la respiration.
- Si l'état général de l'enfant se détériore, une consultation en pédiatrie est recommandée.



pédiatrie suisse s'engage pour le bien-être de l'enfant

Les traitements et examens inutiles sont un gaspillage de ressources et nuisent souvent aux enfants.

pédiatrie suisse, l'association professionnelle des pédiatres suisses, s'engage pour une «smarter medicine». Cette initiative relève du principe selon lequel un traitement ne doit être utilisé que s'il apporte quelque chose aux patient·e·s.

Parfois, la patience vaut mieux que le traitement.

- Vous trouverez de plus amples informations sur les cinq exemples de cette brochure ici: paediatrieschweiz.ch/fr/choosingwisely
- Vous pourrez télécharger les informations au format PDF et les imprimer dans plusieurs langues.



smarter medicine
Choosing Wisely Switzerland

pédiatrie
suisse

L'organisation professionnelle
de la pédiatrie

Rue de l'Hôpital 15
Case postale 516
1701 Fribourg

+41 26 350 33 44
secretariat@paediatriesuisse.ch
paediatriesuisse.ch