

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



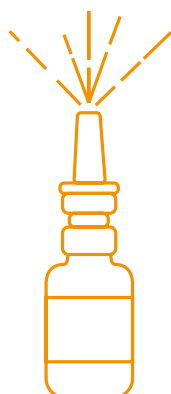
1 Otite moyenne

Une otite moyenne aiguë chez l'enfant ne doit pas être traitée d'emblée par des antibiotiques.

Les otites moyennes sont souvent d'origine virale et ne nécessitent aucun traitement antibiotique. L'usage injustifié d'antibiotiques conduit à des effets indésirables comme des allergies, le développement d'une résistance, des diarrhées ou d'autres complications. La guérison des otites moyennes est souvent spontanée.

Voici ce que vous pouvez faire :

- en cas de fortes douleurs, donnez des antalgiques à votre enfant, comme du paracétamol ou de l'ibuprofène, en ajustant le dosage selon son âge et son poids;
- soignez son nez avec une solution saline isotonique;
- consultez votre pédiatre après deux à trois jours si l'état de votre enfant ne s'améliore pas.



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.

2 Reflux gastrique

N'utilisez pas d'antiacides pour traiter les reflux gastriques chez le nourrisson.

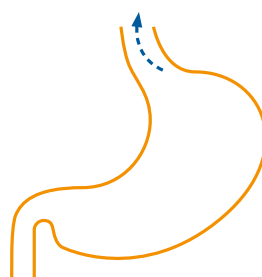
Le reflux gastrique est un processus normal chez le nourrisson et ne requiert pas de traitement à base d'antiacides. La moitié des nourrissons sont sujets aux reflux, qui débutent généralement dès le premier mois suivant la naissance et s'intensifient jusqu'au 4^e, voire 5^e mois. Les nourrissons rendent alors une partie de leurs repas. Ce phénomène s'explique notamment par le fait que le système digestif n'est pas encore mature.

Une inhibition de la production d'acide gastrique n'améliore ni les pleurs inexplicables ni les renvois. L'utilisation d'antiacides peut même être néfaste pour l'enfant en bas âge et causer des infections des voies respiratoires, des atteintes de la flore intestinale, voire une fragilisation osseuse.

Un médecin doit être consulté si l'enfant présente des vomissements importants, des pleurs permanents ou si sa prise de poids est insuffisante.

Voici ce que vous pouvez faire :

- vous pouvez opter pour une position surélevée du haut du corps afin de limiter les reflux (en relevant par exemple le haut du corps de 30 degrés à l'aide d'un linge).



3

Toux

Ne donnez pas de médicament contre la toux à vos enfants.

La toux est un mécanisme de défense normal du corps. Les médicaments contre la toux, à base de produits chimiques ou de plantes, ne sont pas efficaces contre les refroidissements. Selon différentes études, ils peuvent même être dangereux pour votre enfant. Les médicaments contre la toux contiennent souvent plusieurs principes actifs, ce qui augmente le risque de surdosages quand ils sont combinés à d'autres médicaments.

Voici ce que vous pouvez faire :

- donnez du miel à votre enfant dès 12 mois : à la cuillère ou en tisane ;
- évitez d'exposer votre enfant à la fumée de tabac ;
- aérez bien les pièces pour un taux d'humidité de 50-60 % et une température de 18°C ;
- surélevez le haut du corps de l'enfant.



4

Grippe intestinale

Chez les enfants avec perte légère à modérée de liquides (notamment en cas de grippe intestinale avec vomissements ou diarrhées), le liquide perdu devrait être compensé par voie orale.

Une forte grippe intestinale peut entraîner une grande perte de liquides chez l'enfant en bas âge. Cette perte doit être compensée. L'apport en liquide peut intervenir de différentes façons. La méthode la plus douce et la mieux tolérée consiste à faire boire l'enfant.

S'il ne boit pas suffisamment, une réhydratation gastrique ou intraveineuse est possible. La réhydratation gastrique utilise une fine sonde, qui passe par le nez et le tube digestif. Pour la réhydratation intraveineuse, un tube très fin est positionné directement dans une veine et branché sur une perfusion. Les veines de ces enfants sont souvent difficiles à trouver et nécessitent parfois plusieurs essais, ce qui peut être douloureux et pénible.

Voici ce que vous pouvez faire :

- donnez à votre enfant du jus de pomme dilué, du lait maternel ou toute autre boisson qu'il connaît déjà, à la cuillère ou en gorgées ;
- vous pouvez également donner à votre enfant une solution électrolytique en vente libre.



5

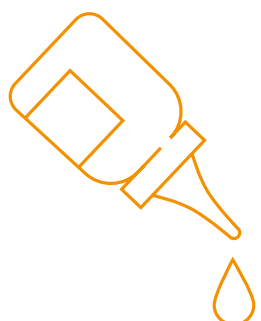
Bronchiolites

N'utilisez pas systématiquement des traitements similaires à la cortisone ou contre l'asthme chez les nourrissons souffrant de bronchiolite.

La bronchiolite est une inflammation virale des voies aériennes inférieures des poumons. L'inflammation se caractérise par une forte toux grasse, un rhume et la plupart du temps par de la fièvre. Elle touche fréquemment les nourrissons, qui ont alors des difficultés à respirer et boivent moins bien. Dans une telle situation, les médicaments similaires à la cortisone et les traitements contre l'asthme ne permettent ni de réduire le risque d'hospitalisation, ni de raccourcir la durée de la maladie. En revanche, ils peuvent provoquer une baisse de la saturation en oxygène du sang, une tachycardie ou encore des tremblements.

Voici ce que vous pouvez faire :

- hydratez le nez de votre enfant avec une solution saline isotonique ;
- faites boire votre enfant régulièrement, par petites quantités ;
- laissez votre enfant se reposer selon ses besoins.



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

Les traitements et examens inutiles sont une perte d'argent 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 à la patiente ou au patient.

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 les langues suivantes : allemand, anglais, français, italien, bosnien/croate/serbe, portugais, espagnol et turc



smartermedicine
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