

# Mon enfant a de la fièvre

Votre enfant a la nuque et le front chauds ainsi que les mains froides. Il frissonne et ne se sent pas en forme. Vous contrôlez sa température à l'aide d'un thermomètre. Si elle est supérieure à 38°C, votre enfant a de la fièvre.

Lors d'un pic de fièvre, votre enfant va monter sa température en frissonnant. Il essayera par tous les moyens de conserver un maximum de chaleur au centre de son corps : il aura les mains et les pieds frais mais le front chaud ! Il va grelotter, claquer des dents et se plaindre d'avoir froid. Après la fin du pic de fièvre, votre enfant va transpirer et perdre son excès de température

## QU'EST-CE QUE C'EST ?

La fièvre est souvent l'un des premiers signes d'une infection. Il s'agit d'un mécanisme naturel du corps pour combattre les microbes. La fièvre n'est pas dangereuse en soi quand elle est inférieure à 41°C. Vouloir faire baisser à tout prix la température en cas de fièvre peut paradoxalement empêcher le corps de bien se défendre contre l'infection !

Votre enfant développera certainement plusieurs épisodes de fièvre pendant ses premières années. Il s'agira le plus souvent d'infections virales banales ; un enfant de moins de 5 ans peut en attraper jusqu'à 6 à 8 par année ! Ces épisodes durent de 3 à 5 jours, ils se résolvent sans traitement et sont dans la grande majorité des cas sans conséquence pour la santé. Les antibiotiques sont inefficaces et inutiles contre les virus. Parfois, il s'agira d'infections causées par des bactéries telles les angines à streptocoque ou les infections urinaires. Ces infections nécessitent un traitement par antibiotique qui sera prescrit par votre pédiatre.

**Si votre enfant fait 40°C de fièvre**, cela ne signifie pas forcément que sa maladie est grave... L'importance de la fièvre n'a pas de corrélation directe avec la sévérité de la maladie. Néanmoins, quand la fièvre est élevée, il y a plus de chance que l'infection soit d'origine bactérienne.

## La fièvre est responsable de convulsions ?

Non, ce n'est pas la fièvre qui est directement impliquée. Les convulsions sont une conséquence de la maladie chez un enfant souvent génétiquement prédisposé. Les médicaments qui font baisser la fièvre n'empêchent pas la survenue des convulsions.

## Si je ne donne rien, la fièvre va monter ?

Non, c'est le corps qui va limiter spontanément l'importance de la fièvre. C'est pour cette raison que la fièvre oscille au cours d'une maladie.

## C'est en faisant baisser la fièvre que j'accélère la guérison ?

Non, la fièvre est une conséquence de la maladie, non sa cause.

## Je dois faire baisser la fièvre à tout prix ?

Non, la fièvre est l'alliée de votre enfant, pas votre ennemie. Elle témoigne de la mise en route de ses défenses. Elle n'est pas dangereuse. La fièvre peut être respectée, c'est l'inconfort qu'il faut traiter.

**A l'inverse, il y a deux questions importantes à se poser** quand un enfant est fiévreux.

- **Quelle maladie est la cause de cette fièvre ?** En effet, la fièvre est la conséquence d'une maladie. Si votre enfant a moins de trois mois, il faut consulter rapidement en cas de fièvre. Après cet âge, la consultation est nécessaire lorsque le comportement de votre enfant est modifié, lorsque la fièvre est prolongée ou très élevée.
- **Quand un enfant a de la fièvre, faut-il apaiser sa douleur à tout prix ?** Pour cela un traitement systématique n'est pas justifié (un enfant peut avoir de la fièvre et ne pas se sentir mal). Les médicaments qui font baisser la fièvre sont surtout utiles pour leur pouvoir antalgique et le confort qu'ils procurent.

## Quel traitement privilégier en cas de fièvre ?

La première chose à faire est de bien mesurer la température de votre enfant avant d'envisager un traitement. Toucher son front, **ce n'est pas très précis**, il faut donc utiliser un thermomètre électronique, de préférence par voie rectale.

S'il affiche 38°C, cela signifie que l'enfant a de la fièvre. A partir de 38,5°C, et s'il se sent visiblement mal, on peut commencer par adopter quelques mesures simples pour le soulager. Déshabillez-le, donnez-lui à boire régulièrement et aérez sa chambre. Un bain tiède ou pire glacé sont déconseillés car cela risque d'aggraver sa sensation d'inconfort.

Si la température continue de monter, vous pouvez alors utiliser 3 types de médicaments : le paracétamol, l'aspirine et, si votre enfant à plus de 3 mois, l'ibuprofène. En automédication, c'est le **paracétamol** qui est recommandé en première intention.

L'**aspirine** n'est plus ou presque plus utilisé car il avait été associé à une forme d'insuffisance hépatique chez l'enfant notamment en cas de varicelle ou de grippe. Quant à l'**ibuprofène**, on considère en France qu'elle expose à un peu plus d'effets indésirables, notamment un risque de surinfection bactérienne plus important en cas de varicelle et d'insuffisance rénale en cas de déshydratation.

Dans tous les cas, il ne faut utiliser qu'un seul médicament à la fois, en veillant à bien respecter les doses en fonction du poids et de l'âge et le délai entre les prises qui est en général de 6 heures.

## Comment procéder ?

Commencez par administrer une dose de paracétamol. Si votre enfant a toujours de la fièvre trois heures plus tard et qu'il le supporte mal : il est alors possible de lui donner une dose d'une autre famille de fébrifuge : les anti-inflammatoires non stéroïdiens. Cela va permettre d'alterner deux classes de médicaments différentes et ainsi d'administrer un fébrifuge toutes les trois heures.

**Si malgré ces traitements, la fièvre persiste** pendant plus de 3 jours ou que votre enfant ne se sent vraiment pas bien, il faut impérativement consulter un médecin.

## QUAND VOTRE ENFANT PEUT-IL REPRENDRE L'ÉCOLE ?

Votre enfant sera plus confortable s'il peut rester à la maison. Si l'enfant présente une fièvre, s'il a passé une mauvaise nuit mieux vaut le garder, surtout s'il tousse. Au lieu d'accumuler la fatigue, ce qui ralentira forcément la guérison, il est préférable de garder l'enfant au calme : moins de bruit, moins d'agitation et la possibilité de se reposer, aideront peut-être à faire tout rentrer dans l'ordre en 24 heures. Au-delà, il faut consulter un médecin.

## QUAND FAUT-IL CONSULTER VOTRE PÉDIATRE ?

Immédiatement si :

l'état de votre enfant vous inquiète  
votre enfant est difficile à éveiller ou ne vous répond pas  
le teint de votre enfant est grisâtre  
il a des difficultés à respirer  
il n'a pas uriné depuis 8 heures  
il présente des taches violacées sur sa peau  
il tremble ou a des secousses  
il est confus ou irritable.

Dans les 24 heures si :

votre enfant se plaint de douleur (oreille, gorge, ventre, en urinant, dans les articulations)  
la fièvre dure depuis plus de 3 jours.

## LE SAVIEZ-VOUS ?

- **La fièvre augmente les pertes d'eau par la peau (transpiration). Donnez suffisamment à boire à votre enfant en cas de fièvre.**
- **Les antibiotiques ne sont pas un traitement de la fièvre. Ils ne sont efficaces que contre les infections causées par les bactéries.**