

La bronchiolite

C'est quoi ?

- > La bronchiolite c'est une infection respiratoire liée à un virus très répandu en automne et en hiver, le **Virus Respiratoire Syncytial (souvent appelé VRS)**
- > Elle touche principalement les enfants de moins de 2 ans (30% chaque année).
- > **C'est un virus très contagieux** : il s'attaque aux petites bronches, et se transmet par les « **gouttelettes nasales** » c'est-à-dire **la toux, les éternuements et par les mains aussi**.
- > Souvent **peu grave**, l'évolution est généralement favorable **rapidement** : Les symptômes peuvent durer 8 à 12 jours, même si la toux peut persister jusqu'à 3 semaines.

Comment on la reconnaît ?

- > Un rhume avec écoulement nasal et quintes de toux fréquentes, souvent grasses avec des glaires, et parfois « **sifflantes** »
- > Avec ou sans fièvre
- > Parfois des difficultés respiratoires : respiration plus rapide, bruyante

Dans l'immense majorité des cas une consultation médicale est nécessaire donc n'hésitez pas à prendre contact avec votre médecin du centre émanéa le plus proche de chez vous.

Quel est le traitement ?

- > Dans la majorité des cas : aucun médicament !
- > **RÈGLE NUMERO 1 :**
Laver son nez au serum physiologique avant chaque repas et chaque coucher ! (6 à 8 fois par jour : et oui c'est beaucoup ! Mais c'est vraiment nécessaire)
- > **RÈGLE NUMERO 2 :**
Lui proposer à boire souvent
- > **AUTRES RÈGLES :**
Bien aérer votre habitation régulièrement, Surrélever la tête du lit (petit coussin SOUS LE MATELAS), Fractionner les repas (de petites quantités proposées plus souvent)
Épaissir les biberons (avec céréales ou 1 à 2 mesures de lait en plus dans le même volume d'eau), Doliprane si fièvre

A noter :

En fonction des signes clinique, de la gravité, et de l'appréciation de votre médecin, certains traitements peuvent être prescrits de temps en temps : un traitement par VENTOLINE, ou kiné respiratoire par exemple

PARFOIS : une hospitalisation est nécessaire (uniquement si présence de signes de gravité bien sûre !)

Comment l'éviter ?

Les gestes barrières habituels bien sûre ! (à renforcer en hiver **):

Lavage des mains régulier, Pas de partage des couverts/verres/ tétines, aérer régulièrement les espaces de vie, éviter les lieux très fréquentés, ou les espaces confinés, éviter le tabagisme passif, et porter un masque en cas de maladie !

- > **NOUVEAUTÉ:**
Le traitement préventif (dit « vaccin contre la bronchiolite » cf fiche BEYFORTUS) qui pourrait permettre d'éviter jusqu'à 75% de bronchiolites, et ça c'est une super nouvelle !

Quand consulter son médecin ?

Il n'y a pas de règle : A partir du moment où vous êtes inquiet et/ou que vous souhaitez avoir un avis médical sur une situation il faut consulter.

RAPPEL :

Quand se rendre directement aux urgences et/ou appeler le 15 ?

- > **Terrain fragile :** Nourrisson de moins de 3 mois, enfants nés prématurés, maladie chronique (cardiaque, pulmonaire ou déficit immunitaire)
- > **Signes de détresse respiratoire** avec pauses, battement des ailes du nez (ses narines bougent anormalement), grill costal très visible aux mouvements respiratoires (creusement des espaces entre ses côtes et/ou au-dessus de ses clavicules), doigts ou lèvres bleutés, cerné...
- > **Malaise**
- > **Refus alimentaire AVEC PERTE DE POIDS**

En Bref

Pour répondre à vos questions, prenez rendez-vous auprès de votre médecin de votre centre émanéa.