



# RESPIRATION

Votre enfant a des difficultés à respirer ?

+ CENTRE DE  
SOINS IMMÉDIATS



## Le début de la gêne est-il brutal ?



## OBSERVEZ



- A-t-il le nez bouché ou qui coule ?
- A-t-il plus de 38°C ?
- Quel est son comportement ?
- Tousse-t-il ? La toux est-elle gênante ?

## AGISSEZ

**Débouchez le nez** (voir vidéo mouchage sur [www.pediasante.net](http://www.pediasante.net))

- Placez-vous à la tête de votre enfant
- Couchez votre enfant la tête tournée sur le côté (jamais en arrière)
- Placez la dosette de sérum physiologique à l'entrée de la narine du haut et pressez-la doucement en direction de l'oreille opposée
- Maintenez cette narine et sa bouche fermées pour que le sérum puisse ressortir par l'autre narine. Tournez sa tête de l'autre côté et faites de même dans l'autre narine.

**Il est normal que votre enfant pleure et se débâte pendant le mouchage.**

Refaites le lavage de nez avant chaque repas et avant de le coucher. Proposez-lui à boire et à manger plus souvent et en petites quantités. Continuez à le coucher sur le dos, à plat, même la nuit. Si votre enfant a un traitement inhalé (cf fiche asthme) vérifiez qu'il est correctement pris.

### Votre enfant à - de 3 mois

A cet âge un bébé est plus vulnérable.  
Il peut s'agir d'une urgence.

**Consultez votre  
médecin**

### Votre enfant à + de 3 mois

Votre enfant se comporte comme d'habitude : il mange, il boit, il joue, il bouge.

Continuez les soins du nez.

Si votre enfant :

- Tousse sans arrêt,
- siffle en respirant,
- est très essoufflé,
- est gêné pour manger,
- n'est pas comme d'habitude.

