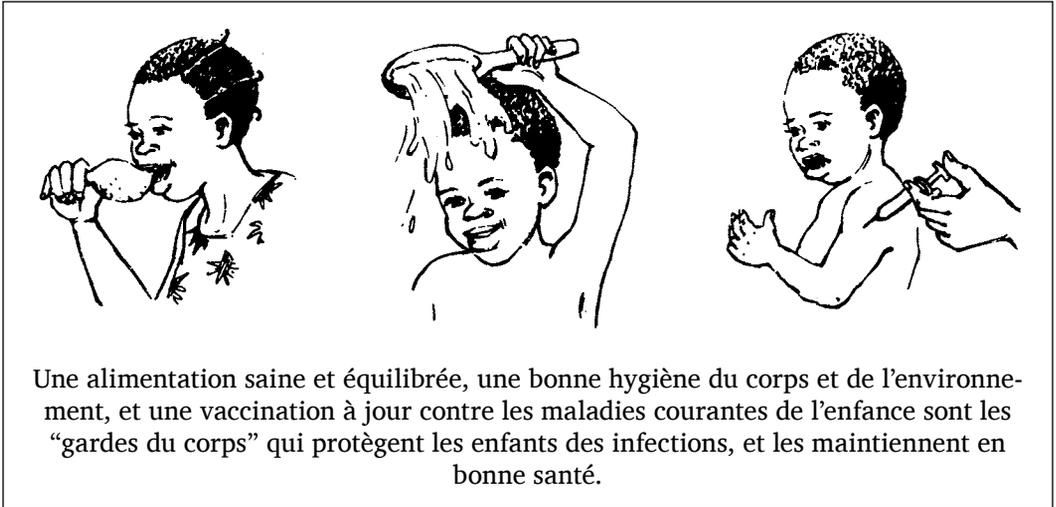


Le Soin des enfants



Parents et soignants trouveront des informations détaillées sur la nutrition au chapitre 11, sur la propreté et l'hygiène au chapitre 12, et sur les vaccins à partir de la page 246, qui les aideront à prévenir la plupart des maladies courantes de l'enfance.

Surtout chez les enfants, un gramme de prévention vaut mieux qu'un kilo de traitement.

Une alimentation saine et équilibrée

Des aliments nutritifs en quantité suffisante, voilà sur quoi reposent avant tout le bon développement et la santé des enfants. Le chapitre 11 a montré comment votre famille et vous pourriez manger sainement, même si vous n'avez que peu d'argent. Il proposait aussi des moyens de soigner la malnutrition chez les enfants et les adultes. Vous pourrez offrir la meilleure alimentation possible à votre bébé et à vos jeunes enfants en suivant ces conseils.

Les 6 premiers mois

Le lait maternel contient tout ce dont un bébé a besoin, et devrait lui être donné aussi souvent qu'il demande de téter : toutes les 3 ou 4 heures pendant la journée, un peu moins souvent la nuit. Attendez qu'il fasse ses premières dents, vers 6 mois, avant de lui donner de l'eau, du jus de fruits, ou de la bouillie liquide, car ces boissons peuvent causer la diarrhée chez les bébés.



Vous trouverez des conseils sur l'allaitement à partir de la page 420.

De 6 mois à 12 mois (1 an)

C'est l'âge où beaucoup de bébés commencent à souffrir de malnutrition. Pour que votre bébé reste bien portant, continuez l'allaitement et donnez-lui aussi un peu de nourriture solide, plusieurs fois par jour. Commencez par un ou deux aliments comme une simple bouillie, ou l'aliment principal dont vous vous nourrissez d'habitude, en ajoutant un peu d'huile ou de matière grasse. Peu de temps après, passez à d'autres aliments nutritifs, comme :

- des plats riches en protéines, une fois par jour ou plus : une purée de haricots secs bien cuits, ou de la farine de fève moulue, des œufs, des produits laitiers, ou du poisson cuit bien écrasé.
- des légumes bien cuits : courges, pois, carottes, légumes à feuilles vertes, tomates ou tous les aliments verts ou orange que l'on trouve dans votre région.
- des fruits : de petits morceaux de mangue, de papaye, de baies ou de banane par exemple.



Après l'âge de 1 an

Continuez à allaiter pendant 2 ans ou plus.

Donnez aussi les aliments nutritifs et variés que mangent les adultes : féculents/céréales, protéines, fruits et légumes. Les jeunes enfants doivent manger 4 fois par jour ou plus ; plus souvent même, s'ils ne sont plus allaités.

Les filles ont besoin d'autant de nourriture que les garçons. Les filles et les garçons qui mangent suffisamment d'aliments nutritifs se développent mieux et restent en bonne santé. L'alimentation aide aussi à développer le cerveau – de sorte que les enfants pensent, apprennent, et jouent, en utilisant toutes leurs capacités.



Les enfants devraient être comme les poules :
toujours en train de picorer.



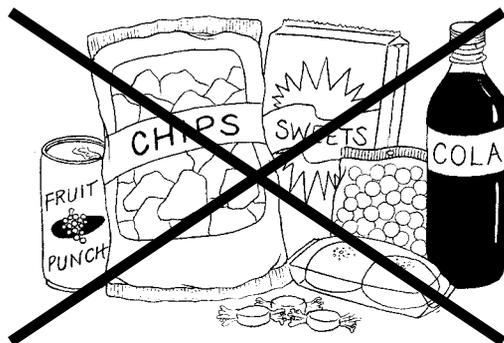
Les Biberons

Les biberons et les tétines en caoutchouc peuvent être dangereux, car il est difficile de bien les nettoyer. Ils portent souvent des microbes qui causent la diarrhée. Si vous devez nourrir l'enfant quand la mère est absente, au travail par exemple, donnez-lui du lait maternel, en utilisant une tasse et une cuillère propres.

Les bébés plus âgés et les jeunes enfants ne devraient jamais boire au biberon, car les dents baignent plus longtemps dans le sucre si le biberon contient du jus de fruits, de la bouillie, ou du lait pour les enfants plus âgés, ce qui est une cause fréquente de caries. Les enfants apprennent facilement à boire à la tasse.

L'alimentation malsaine

Les gâteaux, bonbons, chips, et sodas ou encore les aliments transformés en usine font partie de "l'alimentation malsaine", ou "malbouffe". Ils sont remplis de sucre, de sel, de matières grasses et de produits chimiques inutiles, sans contenir assez d'éléments nutritifs. Une alimentation malsaine est source de caries, d'hypertension, de diabète et d'autres lourds problèmes de santé qui se déclareront plus tard dans la vie.



Si on trouve facilement des aliments malsains dans les commerces de votre localité, les enfants en demanderont sans doute souvent, car ces aliments ont bon goût. En tant que parents et soignants, nous avons la responsabilité de protéger les enfants des mauvaises habitudes alimentaires. Si votre enfant a faim, donnez-lui des fruits frais, des noix, des yaourts, de la bouillie, ou un autre aliment nutritif sans sucre ajouté.

Apprenez aux enfants que les aliments nutritifs sont aussi agréables à manger. De bonnes habitudes alimentaires rendront un grand service aux enfants, qui durera toute leur vie.

Les enfants poussent mieux et plus fort grâce aux aliments naturels. Les aliments malsains, au contraire, attaquent leur santé.

Des soins attentionnés pour un enfant malade

Tout comme avec un adulte, vous aurez besoin de la coopération de l'enfant pour bien le soigner. Obtenir ce lien entre vous demande de la patience et de l'honnêteté. Soyez doux et compréhensif. Ne lui dites pas qu'une piqûre ne va pas faire mal ou qu'un médicament amer a bon goût. S'il vous fait confiance, l'enfant acceptera plus facilement que vous l'examiniez et aura plus envie de répondre à vos questions ou de participer à son traitement.

Voici d'autres façons de créer un lien de confiance entre vous :

- Avant de toucher l'enfant, prenez le temps d'avoir une conversation avec lui. Profitez de ce moment pour évaluer son état général. Semble-t-il en bonne santé ? Respire-t-il normalement ? Sa peau est-elle nette, sans lésions ?
- Si vous avez l'intention d'utiliser un stéthoscope ou un thermomètre, montrez-lui comment marchent ces instruments.



L'amour est le meilleur des remèdes pour les enfants.

- Encouragez la mère, la grand-mère ou la personne qui s'occupe de l'enfant à le tenir et à le réconforter. Si possible, montrez à la personne soignante comment pratiquer tout traitement nécessaire.
- Si l'enfant souffre, donnez-lui du paracétamol (acétaminophène). Cela n'agira pas sur la cause du problème, mais si vous soulagez ses douleurs, l'enfant pourra peut-être boire, manger et commencer à guérir. Voir les doses p. 566.

- Gardez les traitements douloureux ou les médicaments désagréables pour la fin de la visite.

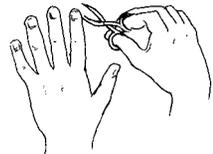
La Propreté et l'Hygiène

Lavez les mains de vos enfants avant chaque repas et plusieurs fois pendant la journée. La plupart des diarrhées, des rhumes, des gripes ou des autres maladies sont transmis par des microbes qui passent des mains à la bouche (et les enfants se mettent tout le temps les mains dans la bouche !). Le lavage des mains permet d'empêcher les microbes, qui s'accumulent nécessairement sur les mains, d'atteindre la bouche où ils pourraient causer des maladies. En lavant souvent les mains de vos enfants, vous les aidez à être en bonne santé.

Lavez vos enfants tous les jours. Coupez-leur les ongles pour que la saleté ne s'y coince pas. Lavez régulièrement leurs vêtements, draps et couvertures.

Les enfants et les adultes ont besoin d'un espace sûr et propre pour déféquer (faire caca) tous les jours. Autrement, les excréments et leurs microbes, y compris ceux qui sont responsables de la diarrhée, se répandront partout. En construisant des toilettes pour votre famille, vos voisins ou votre communauté, vous vous protégerez de la diarrhée.

Le chapitre 12 vous propose plusieurs solutions détaillées pour améliorer l'hygiène de votre environnement et prévenir la diarrhée chez les enfants.



La Vaccination et les médicaments

La vaccination protège les enfants de beaucoup de maladies de l'enfance dangereuses, comme la rougeole, le tétanos, la polio, et la tuberculose. Il est plus facile, moins cher et plus efficace de donner un vaccin que d'aider un enfant malade ou mourant. La vaccination des enfants est l'un des meilleurs moyens de les garder en bonne santé.

La page 246 fournit une liste des vaccinations recommandées, et des moments où elles doivent être faites.

Assurez-vous que votre enfant a reçu tous les vaccins nécessaires.

Autres moyens de protéger la santé de votre enfant

- Protégez les dents des enfants grâce à un brossage journalier. Ne leur donnez pas beaucoup de bonbons, de sucreries, ou de boissons sucrées. Voir la page 445 sur la "malbouffe".
- Allaitiez. Quand vous donnez d'autres aliments ou d'autres boissons, servez-vous d'un bol et d'une cuillère propres, et non de biberons et tétines qui sont difficiles à nettoyer comme il faut.
- Ne laissez pas les enfants malades, ou qui ont la gale, des poux, ou la teigne partager leur lit avec d'autres enfants ni s'échanger de vêtements ou de serviettes. Soignez sans attendre ces infections qui se transmettent facilement d'un enfant à l'autre.



- Mettez des moustiquaires sur les lits pour empêcher les moustiques de piquer. Éliminez toutes les flaques d'eau et les mares ou toute autre eau dormante pour empêcher que les moustiques se reproduisent. Mettez des moustiquaires aux portes et aux fenêtres.
- Interdisez l'entrée des cochons, des chiens et des poules – avec les microbes qu'ils transportent – dans la maison.
- S'il y a des ankylostomes dans la région, les enfants doivent porter des chaussures ou des sandales, et non marcher pieds nus.
- Donnez aux enfants des médicaments qui éliminent les vers dans les intestins, tous les 3 à 6 mois, dès qu'ils ont plus d'un an. Voir les médicaments et leurs doses p. 523.



Les Problèmes de santé chez les enfants

Parfois, malgré toutes nos actions de prévention, les enfants tombent malades. Chez eux, une maladie peut s'aggraver très rapidement. Il est donc important de noter tous les signes qui annoncent une maladie et de s'en occuper tout de suite.

Signes de danger

Un enfant qui a l'un des signes ci-dessous a besoin d'un traitement rapide et d'une surveillance constante. Soigné, il se portera de mieux en mieux. Mais s'il présente plus d'un de ces signes, ou si le signe s'aggrave, l'enfant est en danger :

- **Déshydratation.** Absence d'urine, bouche sèche ou creux mou sur la tête d'un nourrisson – ces signes annoncent une déshydratation grave, qui met la vie en danger. Voir ci-dessous.
- **Convulsions.** Courts et soudains moments de perte de connaissance, accompagnés de mouvements brusques et désordonnés – ils arrivent souvent pendant une forte fièvre (p. 453).
- **Prostration (abattement).** Un état de faiblesse et de fatigue extrêmes n'est ni sain ni normal. L'indifférence à la nourriture, et la confusion mentale sont très inquiétantes. Toute maladie grave peut mener à cet état.
- **Difficultés à respirer ou respiration accélérée.** Ce sont des signes de pneumonie, maladie parfois mortelle chez les jeunes enfants (p. 456).

Déshydratation

La déshydratation est un manque d'eau dans le corps. La plupart des enfants qui meurent d'une diarrhée meurent en réalité de déshydratation. Le traitement consiste simplement à boire plus, pour remplacer les liquides perdus. Ce traitement de réhydratation est décrit à partir de la page 255. Lisez ces pages pour apprendre à traiter une déshydratation due à la diarrhée, à des vomissements, ou au fait de travailler trop longtemps au soleil ou dans un bâtiment où il fait très chaud. La déshydratation due à la diarrhée étant si dangereuse pour les enfants, vous devrez constamment surveiller ce qui suit :

Signes

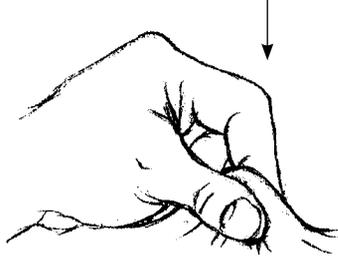
- diarrhée même s'il n'y a pas d'autres signes de déshydratation.
- soif (mais les enfants ne disent pas toujours qu'ils ont soif).
- bouche et langue sèches (au toucher, l'intérieur des joues de l'enfant vous paraît sec).
- urines plus rares, et de couleur foncée.

Commencez le traitement immédiatement, avant que les signes n'empirent.

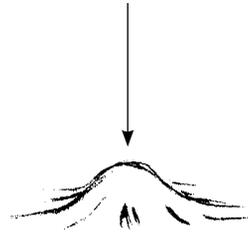
Signes d'aggravation

- prostration : fatigue extrême, indifférence, manque total d'énergie
- pouls rapide
- respiration plus profonde
- yeux enfoncés, sans larmes
- la peau ne reprend pas sa place quand vous la pincez

Tirez la peau qui recouvre le dessus de la main ou l'estomac entre deux doigts, comme ceci :



Si la peau ne revient pas sa place, l'enfant est probablement déshydraté.



Quand l'état de déshydratation devient aussi sévère, l'enfant est en grand danger. Un traitement rapide peut lui sauver la vie.

Traitement et prévention

Le traitement de la déshydratation est simple : donnez beaucoup à boire. Voyez la recette d'une boisson de réhydratation qui peut sauver la vie, à la page 255. Si l'état de l'enfant ne s'améliore pas rapidement, cherchez un secours médical.

Lait maternel

Si vous allaitez un enfant déshydraté, continuez à le faire téter et donnez-lui aussi de la boisson de réhydratation. Allaitez votre enfant plus souvent, au moins toutes les 2 heures. Laissez l'enfant téter aussi longtemps qu'il le désire.

Diarrhée

La diarrhée, ce sont des selles molles et liquides. Il y a beaucoup de causes à la diarrhée de l'enfant, le plus souvent liées, d'une part, à la propagation de microbes favorisée par de mauvaises conditions d'hygiène, et d'autre part, à une alimentation trop pauvre. Quoique la diarrhée disparaisse généralement sans l'aide de médicaments, un traitement reste essentiel : donner beaucoup à boire pour remplacer les liquides perdus par les selles. S'il ne boit pas, un enfant qui a la diarrhée peut perdre tant de liquide qu'il en meurt.

Vous sauverez la vie de l'enfant, en lui donnant à boire des liquides pour remplacer ceux qu'il a perdus.

Vous pensez peut-être que faire boire un enfant aggravera sa diarrhée ? Ce raisonnement paraît logique quand vous voyez l'enfant expulser tant de diarrhée liquide. Mais en réalité, les liquides ne provoquent pas de diarrhée.

Ne pas donner de liquides à l'enfant ne diminue pas sa diarrhée. Au contraire, cela le met en danger.



Les liquides ramènent la santé en cas de diarrhée.

Pour en savoir plus sur la diarrhée, voir p. 218. Les recommandations ci-dessous s'appliquent spécifiquement aux enfants.

Traitement

- Faites boire une solution de réhydratation.** À un enfant de moins de 2 ans, donnez au moins $\frac{1}{4}$ de verre de cette boisson après chaque selle liquide. À un enfant de plus de 2 ans, donnez $\frac{1}{2}$ verre après chaque selle liquide. La solution de réhydratation (ou boisson de réhydratation) est faite d'eau bouillie ou purifiée, à laquelle on ajoute un peu de sel et du sucre ou des céréales cuites. Certaines personnes y versent un peu de jus de citron pour lui donner meilleur goût (p. 255).



- Donnez un peu de nourriture.** Les enfants ne disent pas toujours qu'ils ont faim, mais s'ils ne mangent pas, ils s'affaibliront encore plus et leur état s'aggraverá. Soyez patient. Ne donnez que quelques cuillerées de nourriture, 6 fois par jour ou plus. Augmentez progressivement les quantités à mesure que l'état de l'enfant s'améliore. Enrichissez sa bouillie d'aliments énergétiques, comme des arachides (écrasées), des œufs, du poisson séché, du yaourt, de l'avocat, ou de la banane. Si vous n'avez pas de protéines ou de légumes, ajoutez une cuillerée d'huile à la bouillie.



- Évitez les médicaments anti-diarrhée.**

Ils agissent simplement comme un bouchon, et ne font qu'enfermer la diarrhée et l'infection dans le corps. Les antibiotiques ne sont utiles que dans certains cas de choléra et de diarrhée sanglante (p. 312).

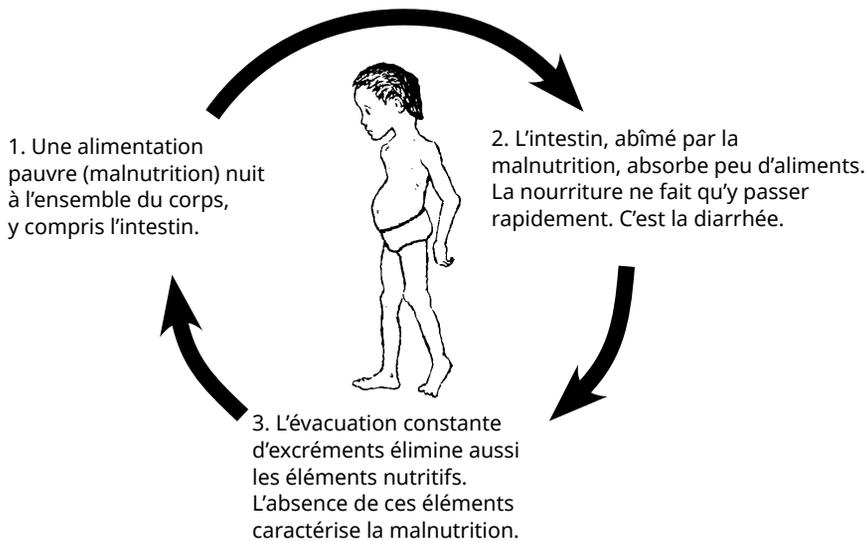
- Prévenez la diarrhée,** en améliorant l'hygiène du corps et de l'environnement, ainsi que la nutrition.



Le lait maternel remplace les liquides et les éléments nutritifs perdus avec la diarrhée.

La Malnutrition et la Diarrhée

Les enfants malnutris ont plus souvent des diarrhées, et plus de mal à en guérir. En effet, ces 2 maladies s'influencent l'une l'autre, dans un cycle nuisible.



La malnutrition cause la diarrhée – la diarrhée cause la malnutrition.

En interrompant ce cycle désastreux, on empêche l'enfant de mourir de la combinaison de ces 2 causes, ou d'une des multiples infections qui atteignent les enfants affaiblis par une faim et une diarrhée constantes.

Si vous n'avez que de très peu d'argent, dépensez-le pour nourrir votre enfant. Une meilleure alimentation le renforcera et lui permettra de guérir plus vite, et de réduire le risque qu'il attrape une nouvelle diarrhée.

Voir le traitement de la malnutrition sévère à la page 192.

Le Zinc aide à faire cesser la diarrhée

Le zinc est un minéral (p. 573) qui aide à réduire la diarrhée infantile. Donnez-en aux enfants qui ont une diarrhée, si vous pouvez en obtenir.

- **Bébés de 2 à 6 mois** : donnez 10 mg de zinc tous les jours pendant 10 jours. Écrasez le comprimé et mélangez-le avec un peu de lait maternel.
- **De 6 mois à 5 ans** : donnez 20 mg de zinc tous les jours pendant 10 jours.

Vomissements

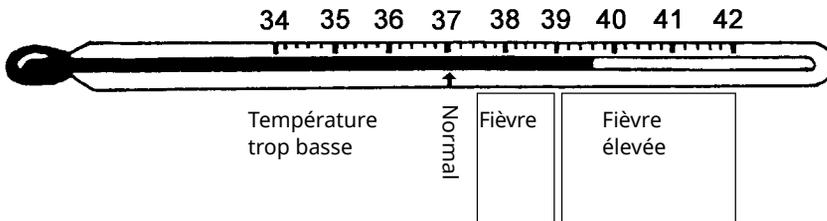
Certains enfants vomissent plus souvent que d'autres. Mais si un enfant vomit beaucoup ou montre des signes de déshydratation, donnez-lui une boisson de réhydratation (p. 255). Au début, ne donnez qu'une cuillerée toutes les 15 minutes, même s'il continue à vomir. S'il ne rejette pas ce qu'il boit, donnez-lui une cuillerée toutes les 5 minutes. Par la suite, augmentez la quantité. En lui donnant le plus tôt possible plus de liquides et de nourriture, vous l'aidez à retrouver ses forces.

Fièvre

Les enfants ont souvent de la fièvre, qui peut être très forte, quand leur corps lutte contre une maladie. Soulagez l'enfant en lui donnant du paracétamol (acétaminophène) ou de l'ibuprofène. Des compresses mouillées et un bain à fraîche température (mais pas froids) peuvent aussi calmer la fièvre. Donnez-lui beaucoup de liquides pour prévenir une déshydratation. Chez un jeune enfant, une très forte fièvre peut causer des convulsions (p. 178). Mais la fièvre, surtout quand elle est élevée, peut aussi signaler une grave infection. Le souci le plus important face à un enfant fiévreux est de trouver et de traiter la cause de sa fièvre.

Signes de danger et causes de fièvre

Une fièvre accompagnée de...	peut signaler...	Voir page
torticolis ou forte migraine	une méningite	454
multiples boutons rouges	une rougeole	462
toux chronique	une tuberculose	458
maux d'estomac et diarrhée, ou constipation, avec parfois des taches roses sur le ventre ou sur les côtés (en cas de typhoïde, la fièvre augmente progressivement pendant environ une semaine, puis les maux de ventre commencent)	une typhoïde	304
frissons, ou toute fièvre si vous vivez dans une zone de paludisme	un paludisme	453



Paludisme (ou malaria)

Cette maladie est décrite en détail à partir de la page 300. Dans les zones de paludisme, c'est l'une des plus grandes causes de mort chez les enfants.

Signes

- fièvre
- frissons ou sueurs
- maux de tête, douleurs musculaires, maux de ventre
- vomissements ou diarrhée.

Traitement

Si possible, faites un test de dépistage avant d'appliquer un traitement antipaludique. Si vous n'avez pas accès à ce test et que le paludisme est courant dans votre région, commencez sans attendre un traitement antipaludique en présence d'une fièvre dont vous ne pouvez pas déterminer la cause.

L'anémie étant courante chez les enfants atteints de paludisme, il est recommandé de leur donner aussi des suppléments de fer (p. 592).

Signes de danger

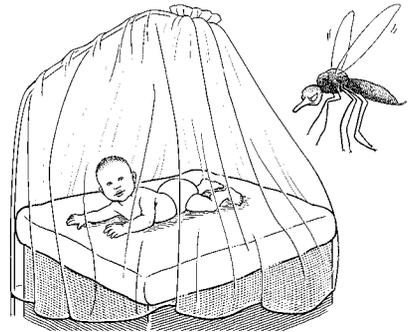
- difficultés à respirer
- convulsions, confusion, perte de connaissance ou tout autre signe d'infection au cerveau (voir méningite, p. 454).

Ces signes sont une urgence médicale, car ils indiquent un danger mortel. Injectez immédiatement de l'artésunate (p. 542). Si vous n'en avez pas, injectez de la quinine (p. 545).

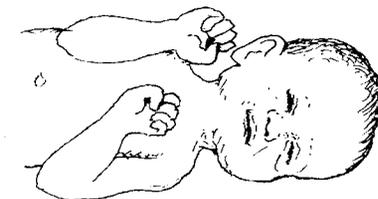
Prévention

Plusieurs moyens de diminuer les risques de paludisme dans votre famille ou votre communauté sont proposés à la page 302.

Empêchez le paludisme en installant des moustiquaires sur les lits, et aux portes et fenêtres.



Convulsions



Les convulsions sont des crises soudaines et généralement courtes, caractérisées par une perte de connaissance ou un trouble de la conscience, et, le plus souvent, des mouvements brusques et désordonnés. Mais il peut arriver que l'enfant soit au contraire immobile pendant la crise.

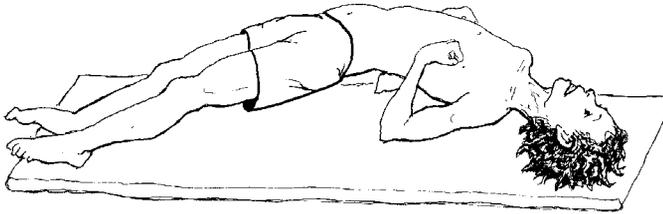
Un jeune enfant peut convulser à cause d'une fièvre élevée, d'une déshydratation, d'une blessure, d'une crise de paludisme, ou pour d'autres raisons encore. Les accès de convulsions qui se répètent sont appelés "épilepsie" (p. 287).

Pendant un accès de convulsions, dégagez l'espace autour de l'enfant pour qu'il ne se blesse pas. Tournez-le sur le côté de manière qu'il ne s'étouffe pas s'il vomit. Ne retenez jamais un enfant qui convulse et n'essayez pas de tenir sa langue.

- En cas de convulsions dues au paludisme, amenez l'enfant à un soignant. En route, donnez du diazépam (p. 587). Traitez avec des médicaments antipaludiques (p. 542).
- En cas de convulsions dues à une déshydratation, cherchez une assistance médicale. Une fois la crise passée, donnez une boisson de réhydratation (p. 277).
- En cas de convulsions dues à une méningite (p. 454), cherchez une assistance médicale.

Si aucune de ces dangereuses causes de convulsions ne semble probable, une crise isolée peut ne pas être inquiétante (même si elle est très effrayante à voir). Si la crise se répète, consultez un soignant.

Les spasmes du tétanos peuvent être pris pour des convulsions. La mâchoire se contracte et reste fermée et le corps se raidit brusquement vers l'arrière. Apprenez à reconnaître les signes du tétanos (p. 144).



Méningite

Rare, mais très grave, la méningite est une infection qui touche l'enveloppe du cerveau et de la moelle épinière. La plupart du temps, elle se déclare sans raison apparente. La fièvre en est le premier signe. Elle est parfois secondaire à une autre maladie comme la tuberculose, la rougeole ou les oreillons.

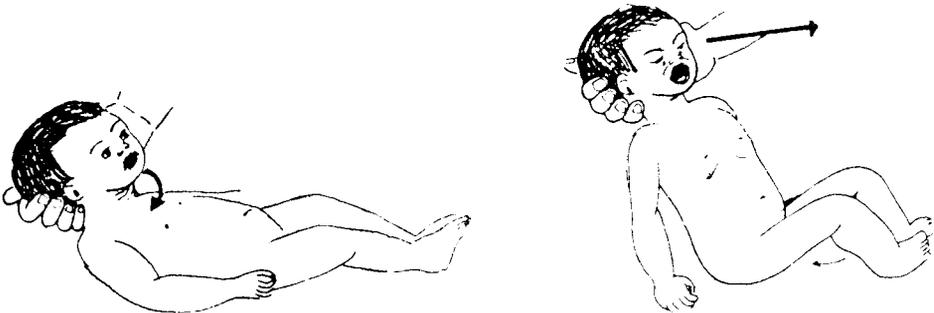
La méningite résultant d'une tuberculose peut mettre plusieurs semaines à se déclarer.

Signes

- fièvre
- forte migraine
- vomissements
- convulsions
- raideur du cou – la personne n’arrive pas à mettre sa tête entre ses genoux
- la personne ne veut pas qu’on la touche – s’il s’agit d’un enfant, il pleure quand on essaie de le tenir dans les bras
- sensibilité à la lumière
- irritabilité, sensibilité et inconfort
- prostration : faiblesse, demi-sommeil, ou perte de connaissance

Signes chez le nouveau-né

L'espace souple et un peu creux (fontanelle) qui se trouve sur le crâne du bébé peut



bomber (s’arrondir vers l’extérieur). L’enfant peut vomir, avoir la diarrhée, de la fièvre, ou une température anormalement basse.

Normalement, le cou d’un nouveau-né se courbe quand vous soulevez sa tête.

À l’inverse, le cou d’un nouveau-né qui a la méningite est raide. Quand vous soulevez sa tête, son dos suit le mouvement.

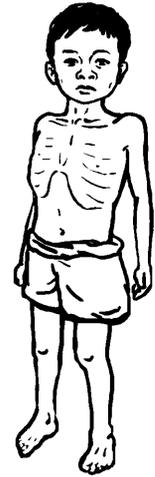
Traitement

Cherchez immédiatement un secours médical. L’enfant aura besoin d’une combinaison d’antibiotiques spécifiques (p. 528).

Si la méningite fait suite à un paludisme ou une tuberculose, traitez aussi ces maladies (neuropaludisme ou malaria cérébrale, p. 301 ; tuberculose, p. 291).

Pneumonie (infection des poumons)

Les toux, rhumes et problèmes respiratoires peuvent être légers ou sévères. L'infection d'un ou des deux poumons, appelée pneumonie, est l'un des cas les plus graves. La pneumonie est décrite en détail à partir de la page 471. C'est l'une des principales causes de mort chez les jeunes enfants.



Signes

Une respiration accélérée est le signe le plus important de la pneumonie. Cette respiration rapide correspond à :

- plus de 60 respirations par minute, chez les nouveau-nés âgés de moins de 2 mois
- plus de 50 respirations par minute, chez les bébés de 6 mois à 1 an.
- plus de 40 respirations par minute, chez les enfants de 1 an à 5 ans.

Tous les enfants respirent plus vite quand ils pleurent. Essayez d'abord de calmer l'enfant. Quand il ne pleure plus, posez une main sur son ventre pour sentir celui-ci monter et descendre. Regardez et sentez le nombre de fois qu'il respire par minute.

- fièvre ;
- toux ;
- la peau de la poitrine colle aux côtes à chaque respiration ;
- perte de l'appétit.

Traitement

Si vous pensez qu'un jeune enfant a une pneumonie, traitez-le tout de suite aux antibiotiques.

Donnez-lui 325 mg d'amoxicilline 2 fois par jour, pendant 5 jours. Aux enfants de moins de 1 an, donnez 187,5 mg (¾ d'un comprimé de 250 mg écrasé) mélangé avec un peu de lait maternel (pour l'amoxicilline, voir p. 526. Le cotrimoxazole est aussi efficace contre la pneumonie (p. 532).

Donnez-lui beaucoup à boire et à manger.

L'enfant devrait commencer à se sentir mieux au bout de 2 jours. Si ce n'est pas le cas, une autre cause, comme la tuberculose, l'asthme, ou une infection due à des vers qui se sont propagés aux poumons, peut retarder la guérison. Au cas où son état empire, où il a des difficultés respiratoires, où il perd connaissance ou a des convulsions, cherchez tout de suite une assistance médicale. On lui fera probablement des piqûres d'ampicilline et de ceftriaxone (ou d'ampicilline et de gentamicine s'il s'agit d'un bébé de moins d'un mois) (p. 528).

Prévention

Tout ce qui irrite les poumons facilite leur infection. Le tabac affaiblit les poumons et facilite les pneumonies. Les fumeurs doivent toujours fumer hors de la maison et loin des enfants.

Un fourneau équipé d'une cheminée évacuera la fumée hors de la maison, et protégera les poumons des filles ou des femmes qui cuisinent, et des enfants qui se tiennent tout près.

La Pneumonie et la malnutrition

La plupart des enfants qui meurent de pneumonie sont malnutris. La malnutrition affaiblit trop leur corps pour qu'il combatte l'infection.



Tout le monde respire plus facilement quand les enfants mangent tous les jours des aliments sains en quantité suffisante.

Toux

La toux est généralement causée par un simple rhume, et les médicaments ne la guériront pas. Soulagez l'enfant avec du thé chaud sucré, avec des inhalations de vapeur, ou en le réconfortant dans vos bras. Son état devrait s'améliorer au bout d'une semaine.

Les signes d'une toux dangereuse

Signes	Maladie	Voir page
Une toux qui dure 2 semaines ou plus, perte de poids, et fièvre	Tuberculose	458
Une toux et respiration rapide	Pneumonie	456
Une toux sèche pendant la nuit alors que l'enfant ne semble pas malade (surtout si la respiration est sifflante).	Asthme	272

Le Croup (ou "toux aboyante")

Une toux aboyante, ou une toux chronique et la voix enrouée peuvent être des signes du croup. On peut aussi entendre un son aigu quand l'enfant inspire.

Cette maladie, contre laquelle les antibiotiques sont généralement impuissants, est causée par l'infection d'un tube respiratoire au niveau de la gorge. Essayez de soulager un peu l'enfant en lui faisant respirer de la vapeur chaude ou en l'emmenant à l'extérieur pour respirer l'air frais de la nuit.

Parfois, l'intérieur de la gorge est si enflé que l'enfant a du mal à respirer. Écoutez ses respirations et emmenez-le au centre de santé si vous pensez qu'il ne reçoit pas assez d'air. Certains médicaments pourront réduire le gonflement des tissus de la gorge.

Coqueluche

La coqueluche débute comme un simple rhume (fièvre, nez qui coule, toux). Une ou deux semaines plus tard, la toux empire. Elle se produit en crises incontrôlables, avec beaucoup de mouvements de toux qui se suivent rapidement. La toux peut être forte au point de causer des vomissements.

Après un fort accès de toux, la personne halète pour reprendre de l'air. Quand elle inspire, elle produit un son aigu caractéristique. La coqueluche peut durer plusieurs mois. La coqueluche est extrêmement pénible pour n'importe qui, mais encore pire pour un enfant. Un bébé de moins de 1 an peut mourir à force de tousser constamment. Les bébés ne produisent pas toujours le son aigu caractéristique de la coqueluche, et il peut être difficile de déterminer s'il s'agit de cette infection ou d'une autre.



Traitement

- L'enfant doit se reposer pour éviter de déclencher la toux.
- Allaiter plus souvent, ou donner plus de liquides et d'aliments.
- Si l'enfant perd du poids ou semble avoir des difficultés respiratoires, recherchez vite une aide médicale.

La meilleure protection contre la coqueluche est de veiller à ce que les enfants reçoivent leurs vaccins DTC (p. 246).

Tuberculose

La tuberculose affecte les enfants plus rapidement que les adultes. Si un enfant a une toux persistante pendant au moins 3 semaines, surtout s'il a une fièvre ou s'il habite avec une personne qui pourrait avoir la tuberculose, voir p. 291.

Une respiration sifflante

La respiration sifflante est une respiration qui produit un sifflement aigu, surtout à l'expiration (mais pas toujours). Elle résulte d'un resserrement des tubes respiratoires des poumons ou de la gorge, et peut accompagner un rhume ou un problème plus grave. Si cette respiration sifflante se produit souvent, il s'agit probablement d'un asthme (p. 272). Le sifflement peut aussi être un signe de tuberculose, surtout si on l'entend mieux d'un côté de la poitrine (p. 291).

Rhume

Chez un enfant, un nez qui coule, un mal de gorge ou une toux disparaîtront avec du repos, beaucoup de boisson, et suffisamment de nourriture. L'enfant se remettra de lui-même sans médicaments ; les antibiotiques sont inutiles. Les rhumes peuvent parfois conduire à des infections de l'oreille (page 459) ou à des maux de gorge (page 460).



Otite (infection à l'oreille)

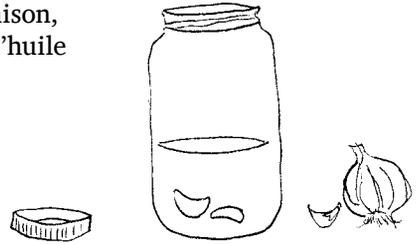
Si un bébé ou un enfant se frotte l'oreille et pleure, c'est peut-être à cause d'une infection à l'oreille. Les otites sont très courantes chez les enfants, surtout après un écoulement de nez ou un rhume. L'intérieur du nez est relié à la partie interne de l'oreille, et les microbes traversent facilement cette courte distance.

Signes

- Un enfant plus âgé peut dire qu'il a mal à l'oreille.
- Les bébés pleurent, se frottent les oreilles ou le côté de la tête.
- Il peut y avoir de la fièvre, un manque d'appétit, des difficultés à s'endormir ou une irritabilité générale.

Traitement

L'otite peut être très douloureuse et causer bien des pleurs chez les enfants. Mais si l'enfant est normalement en bonne santé, et s'il est bien nourri, l'otite disparaîtra le plus souvent d'elle-même. L'acétaminophène peut aider à calmer la douleur. Vous pouvez aussi essayer de soulager l'enfant avec un remède maison, l'huile d'ail. Faites tremper une gousse d'ail dans de l'huile végétale toute une nuit. Déposez-en quelques gouttes dans l'oreille plusieurs fois par jour.

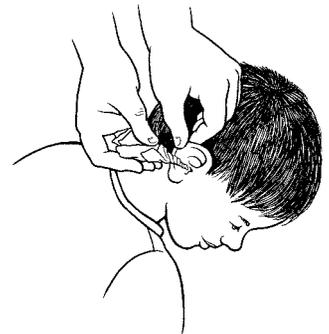


Quand donner des antibiotiques

Il n'est pas mauvais d'administrer de l'amoxicilline ou du cotrimoxazole dans les cas où l'enfant n'a pas un bon état de santé général. Ce type d'enfants a du mal à lutter contre les infections, et l'otite a tendance à durer longtemps. Une longue otite ou des otites fréquentes aboutissent souvent à une surdité (incapacité d'entendre). Donnez toujours des antibiotiques quand :

- du pus ou du sang s'écoulent de l'oreille ;
- l'otite ne recule pas au bout de plusieurs jours ;
- il s'agit d'un bébé de moins de 6 mois.

Voyez les doses d'amoxicilline à la page 526, et de cotrimoxazole à la page 532.



Retirez le pus à l'aide d'un petit morceau de papier ou de tissu doux roulé sur lui-même.

Signes de danger

Consultez un soignant en présence des signes suivants :

une douleur et un gonflement derrière l'oreille peuvent être liés à une dangereuse infection des os appelée mastoïdite.



- douleur à l'os qui se trouve derrière l'oreille ;
- maux de tête, vertiges ou crise de convulsions ;
- prostration (grande fatigue ou faiblesse, indifférence) ;
- surdité.

Prévention

Il arrive parfois qu'un enfant se mette quelque chose dans l'oreille. Essayez de nettoyer l'oreille avec une seringue sans aiguille que vous aurez remplie d'un mélange mi-eau, mi-eau oxygénée ou vinaigre. Ou, si vous veillez bien à ne pas toucher l'intérieur de l'oreille, vous pouvez retirer l'objet avec une petite pince à épiler. En tout cas, évitez de mettre quoi que ce soit dans l'oreille. Vous risqueriez d'y apporter des microbes, ou de trouser le tympan accidentellement. Même une petite égratignure peut s'infecter.



Les bébés allaités ont moins d'otites.

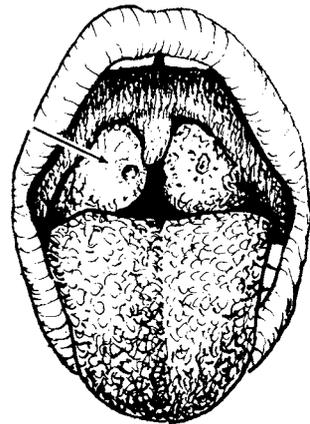
Mal de gorge

Les maux de gorge viennent généralement d'un rhume. L'intérieur de la gorge est rouge et l'enfant a mal quand il avale. Les amygdales (2 ganglions lymphatiques qui ressemblent à des boules de chaque côté du fond de la gorge) peuvent grossir et devenir douloureuses, ou produire du pus.

Traitement

- Donnez beaucoup de jus de fruits, de tisanes et autres liquides.
- Apprenez à l'enfant à se gargariser avec de l'eau chaude salée ($\frac{1}{2}$ petite cuillère de sel par verre d'eau).
- Donnez du paracétamol pour la douleur (p. 566).

Les antibiotiques ne servent à rien contre la plupart des maux de gorge, et ne devraient pas être utilisés, sauf dans le cas de l'angine à streptocoque, qui est dangereuse chez les enfants et doit être soignée à la pénicilline.



Signes de l'angine à streptocoque

- gonflement et pus (petites traces blanches) au fond de la gorge.
- ganglions lymphatiques enflés ou douloureux dans le cou, en dessous des oreilles ;
- fièvre.
- pas de toux ni de nez qui coule.

Si un enfant présente 3 ou 4 de ces signes, l'infection est probablement une angine à streptocoque et doit être traitée (à la pénicilline ou à l'amoxicilline par la bouche pendant 10 jours, ou en une seule injection de pénicilline G, ou benzathine benzylopénicilline (p. 524). L'analyse d'un prélèvement de la gorge est le seul moyen sûr de connaître la cause d'un mal de gorge, et devrait être menée si on y a accès.

Une angine streptococcique non traitée peut devenir une maladie douloureuse et dangereuse appelée "fièvre rhumatismale".

Fièvre rhumatismale

La fièvre rhumatismale se déclare à la suite d'une angine à streptocoque et touche en général les enfants de 5 à 15 ans. Si un enfant présente certains des signes ci-dessous 2 à 4 semaines après avoir eu une angine à streptocoque, il se peut qu'il ait une fièvre rhumatismale :

- douleurs aux articulations, surtout aux poignets et aux chevilles ;
- articulations enflées, chaudes et rouges ;
- fièvre ;
- marques en forme d'anneaux sur la peau, ou bosses sous la peau, sur l'ensemble du corps, les bras ou les jambes, mais pas sur le visage ;
- mouvements incontrôlés du visage, des pieds ou des mains ;
- faiblesse, essoufflement, douleurs dans la poitrine.

Si vous pensez que l'enfant peut avoir une fièvre rhumatismale, donnez-lui de la pénicilline (p. 522) pour traiter l'infection. Consultez un soignant. La fièvre rhumatismale cause des dommages au cœur et l'affaiblit. C'est ce que l'on appelle une cardiopathie rhumatismale, laquelle peut causer un handicap physique ou même provoquer une mort précoce.



Diphtérie

La diphtérie est une maladie dangereuse qui commence avec un mal de gorge et un peu de fièvre. Au bout de quelques jours, une couche grise ou blanche peut apparaître sur le fond de la gorge. Souvent, l'enfant a la voix enrouée, son cou se gonfle et il a mauvaise haleine. Le gonflement du cou et cette couche grise ou blanche sur la gorge peuvent lui rendre la respiration difficile ou impossible.

Traitement

- Consultez un soignant. Une antitoxine existe ; elle est peut-être offerte dans votre région.
- Donnez-lui de l'érythromycine (p. 528) ou de la pénicilline (p. 522).
- Faites-le se gargariser avec de l'eau tiède légèrement salée.
- Faites-lui respirer de la vapeur chaude pour faciliter la respiration.



Si la couche au fond de la gorge s'épaissit au point que l'enfant a du mal à respirer, essuyez-la à l'aide d'un tissu propre.

La diphtérie est facilement évitée grâce au vaccin DTC. Assurez-vous qu'il existe un programme de vaccination dans votre communauté et faites vacciner vos enfants.

Rougeole

Les premiers signes de la rougeole sont une fièvre, le nez qui coule, des yeux rouges et irrités, et une toux sèche. Ces signes apparaissent une dizaine de jours après le contact avec une personne infectée au virus de la rougeole. Viennent ensuite des taches dans la bouche et de la diarrhée. Enfin, des boutons apparaissent derrière les oreilles et sur le cou, sur le visage et le corps, et enfin sur les bras et les jambes.



Traitement

L'enfant atteint de rougeole peut se remettre en l'espace de 5 à 10 jours si vous l'aidez à boire, à manger et à se reposer :

- Faites-lui boire beaucoup de liquides. Si l'enfant a la diarrhée ou des signes de déshydratation, faites-lui boire régulièrement une boisson de réhydratation.
- Continuez à allaiter votre enfant s'il est encore au sein. Laissez-le téter aussi souvent et pour aussi longtemps qu'il le désire. S'il a du mal à prendre le sein, donnez-lui le lait maternel à l'aide d'une cuillère.
- Proposez à l'enfant de petites bouchées de nourriture, très souvent, tous les jours. S'il a du mal à avaler des aliments solides, proposez-lui des soupes, des bouillies et des jus de fruits.

- Donnez-lui du paracétamol ou de l'ibuprofène pour calmer la douleur et la fièvre. p. 566 et 566.
- Donnez-lui de la vitamine A (p. 591).

Le principal danger de la rougeole est qu'elle peut conduire à d'autres maladies plus graves. C'est surtout le cas des enfants qui sont malnutris, infectés à VIH, ou atteints d'une autre maladie. Surveillez l'apparition de l'un des problèmes suivants, et si le cas se présente, traitez-le rapidement :

- **Diarrhée.** Traitez-la avec une boisson de réhydratation. Consultez un soignant si l'état de l'enfant ne s'améliore pas dans les deux jours.
- **Otite.** Une otite provoquée par la rougeole peut causer la surdité. Traitez immédiatement la douleur d'oreille, avec de l'amoxicilline ou du cotrimoxazole (p. 526 et p. 532).
- **Diminution de la vision.** La rougeole peut rendre aveugle. Pour éviter cette complication, donnez de la vitamine A à tous les enfants atteints de rougeole (p. 591).
- **Pneumonie.** Si l'enfant infecté respire plus vite que la normale ou que sa respiration est difficile, traitez-le comme pour un cas de pneumonie. p. 277.
- **Méningite.** Consultez un soignant si l'enfant se comporte anormalement (confusion), a très mal à la tête, a des convulsions, ou s'évanouit (p. 299).

Prévention

Tous les enfants doivent être vaccinés contre la rougeole (p. 246.) Si un enfant a la rougeole, vous pouvez essayer de protéger les autres enfants de la famille et de l'école en les faisant vacciner rapidement. L'enfant infecté doit rester à la maison et, si possible, à l'écart des frères et sœurs qui ne sont pas malades. Mais il est possible que ses frères et sœurs soient déjà infectés, même s'ils n'en montrent pas encore les signes. Il vaut donc mieux que vous les gardiez tous à la maison jusqu'à ce que vous soyez sûr qu'ils sont en bonne santé. Cela évitera de contaminer le reste de la communauté. On ne peut attraper la rougeole qu'une seule fois dans sa vie. Par la suite, on est **immunisé**.

Rubéole

Signes

- fièvre modérée, de moins de 38,3°.
- apparition de taches rouges d'abord sur le visage puis sur le reste du corps
- gonflement des ganglions lymphatiques derrière les oreilles et à l'arrière du cou et de la tête

Chez les enfants et les jeunes adultes, la rubéole est moins sérieuse que la rougeole. Elle commence à disparaître d'elle-même au bout de 3 ou 4 jours.

Chez les femmes adultes, la rubéole peut provoquer des douleurs aux genoux, aux poignets et aux doigts.

La rubéole a des effets très graves sur le bébé qui se développe dans l'utérus d'une femme enceinte. Les femmes enceintes ne doivent pas s'approcher d'un enfant ou de toute personne qui a la rubéole.



La seule façon sûre de protéger les femmes enceintes de la rubéole est de vacciner tous les enfants de la communauté.

Varicelle

La varicelle cause une fièvre légère et de petites rougeurs qui démangent. Ces rougeurs commencent en général sur le corps et se répandent sur le visage, les bras et les jambes. Plus tard, elles se transforment en cloques ou en boutons qui éclatent, s'assèchent et font des croûtes.

La varicelle disparaît en général au bout d'une semaine. Mais le fait de se gratter favorise la pénétration des microbes et de la saleté sous la peau, et peut causer des infections de la peau.

Distrayez l'enfant pour l'empêcher de trop se gratter. Coupez-lui les ongles court, et veillez à ce que ses mains restent propres. Ou mettez-lui des gants ou des chaussettes sur les mains. Soulagez la démangeaison en posant des morceaux de toile trempés dans un mélange d'eau et de flocons d'avoine cuits et refroidis. Un antihistaminique comme la chlorphénamine peut aider à réduire les démangeaisons (p. 530).

La varicelle peut être évitée grâce à un vaccin (p. 246). Si vous avez déjà reçu le vaccin ou si vous avez déjà eu la maladie, vous êtes immunisé.

Gale

La gale cause des plaques de boutons ou d'autres lésions sur les côtés, les mains, les bras, les jambes, ou le pénis, qui démangent beaucoup. C'est une maladie courante chez les enfants. Pour en savoir plus sur la gale et les autres problèmes de peau, voir la page 317.

Oreillons



Les oreillons commencent par une fièvre, de la fatigue, des maux de tête, ou la perte de l'appétit. Ouvrir la bouche ou manger peut devenir douloureux. Deux jours plus tard, un gonflement mou, douloureux, apparaît sous les oreilles à l'angle de la mâchoire. En général, l'enflure commence sur un seul côté, puis elle apparaît sur l'autre.

La maladie s'en va d'elle-même en 10 jours environ. Si l'enflure ne disparaît pas, il peut s'agir d'autre chose. Tant la malnutrition (p. 188) que le VIH (p. 506) peuvent faire gonfler les ganglions lymphatiques situés sous les oreilles, ce qui ressemble beaucoup à l'enflure des oreillons.

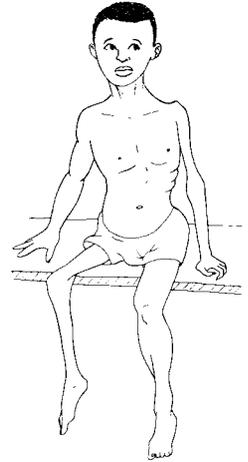
Il est rare que les oreillons affectent les oreilles ou le cerveau. Consultez immédiatement un soignant si quelqu'un qui a les oreillons présente des signes de méningite (p. 299) ou des difficultés à entendre. Les oreillons peuvent être prévenus grâce à la vaccination (p. 246).

Polio

La polio est une maladie grave. Elle commence comme un rhume, avec de la fièvre, de la diarrhée, des vomissements et des douleurs musculaires. D'ordinaire, l'enfant se remet rapidement. Mais dans quelques cas, la polio peut endommager les muscles.

Les enfants perdent leur force, en général dans une jambe. Quelquefois celle-ci est atteinte de paralysie, et reste très maigre alors que l'autre jambe se développe normalement. Si vous voyez qu'un enfant a du mal à bouger tout ou une partie de son corps (paralysie), consultez tout de suite un soignant.

La polio peut être douloureuse. La prise d'acétaminophène ou d'ibuprofène peut soulager, de même que de baigner la jambe ou le bras touchés dans l'eau chaude. Il est important d'exercer le membre touché pour limiter les effets handicapants de la maladie.



Prévention

Faites vacciner tous les enfants contre la polio. Les campagnes de vaccination ont si bien réussi que la polio a disparu de la plupart des pays du monde. Si tous les enfants sont vaccinés, la maladie sera complètement éliminée.

VIH et le sida

Le VIH affaiblit les défenses du corps contre les maladies ; on attrape ainsi plus facilement la pneumonie, la tuberculose, la diarrhée, entre autres. Il est important de savoir le plus tôt possible si un enfant a le VIH.

Si vous répondez "Oui" à l'une des questions suivantes, voyez le chapitre 24.

- L'infection à VIH est-elle courante là où vous vivez ?
- Êtes-vous un père ou une mère qui pourrait avoir le VIH ?
- Vous occupez-vous d'une femme enceinte qui pourrait avoir le VIH ?
- Vous occupez-vous d'un enfant qui pourrait avoir le VIH ?
- Vous occupez-vous d'un jeune enfant qui ne grandit pas bien, et tombe malade plus souvent que les autres ?

Les médicaments contre le VIH peuvent aider un enfant infecté à vivre longtemps en restant en bonne santé.

Anémie falciforme (drépanocytose)

En Afrique au sud du Sahara (et moins souvent en Inde et dans d'autres pays), certains enfants naissent avec une "faiblesse du sang", appelée anémie falciforme ou drépanocytose. Cette maladie est transmise à l'enfant à travers les cellules des parents, qui souvent ne savent pas qu'ils portent cette caractéristique. Le bébé peut sembler normal pendant 6 mois, puis les signes peuvent commencer à apparaître.

Signes

- fièvre et pleurs
- parfois, enflure des pieds et des doigts qui dure 1 ou 2 semaines
- gros ventre dont le haut est dur au toucher
- anémie, et parfois, coloration jaune du blanc des yeux (jaunisse)
- maladies fréquentes (toux, paludisme, diarrhée)
- croissance lente
- parfois, à l'âge de 2 ans, bosses osseuses sur la tête.

Le paludisme ou d'autres infections peuvent s'ajouter à une crise de drépanocytose, et entraîne une forte fièvre et des douleurs intenses dans les mains, les jambes ou le ventre. L'anémie empire. Les enflures sur les os peuvent évacuer du pus. La vie de l'enfant peut être menacée.

Traitement

Il n'y a pas de moyen de corriger cette "faiblesse du sang". Protégez l'enfant du paludisme et d'autres maladies et infections qui peuvent provoquer une crise. Une fois par mois, emmenez l'enfant consulter un soignant, pour que celui-ci l'examine et lui prescrive des médicaments.

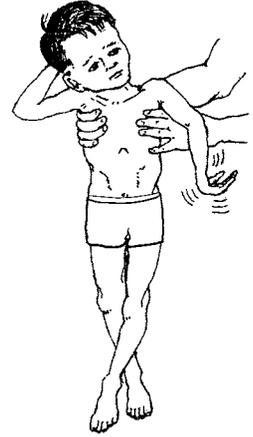
- **Le paludisme.** Dans les zones de paludisme, l'enfant devra prendre des médicaments préventivement (p. 542), auxquels vous ajouterez une dose journalière d'acide folique (p. 593) pour renforcer son sang. En général, les suppléments de fer (sulfate ferreux) ne sont pas nécessaires.
- **Les infections.** L'enfant doit être vacciné contre la rougeole, la coqueluche, la tuberculose le plus tôt possible sur les calendriers de vaccination prévus. S'il présente des signes de fièvre, de toux, de diarrhée, ou qu'il urine trop souvent, s'il a des douleurs au ventre, aux jambes ou aux mains, emmenez-le plus tôt possible consulter un soignant. Il faudra peut-être lui administrer des antibiotiques. Faites-lui boire beaucoup d'eau, et donnez-lui de l'acétaminophène (p. 566) pour calmer les douleurs dans les os.
- **Évitez qu'il ait froid.** Gardez-le au chaud sous une couverture la nuit, si nécessaire. Si possible, faites-le coucher sur un matelas en mousse.

Problèmes physiques

Paralysie cérébrale (enfant handicapé moteur)

La paralysie cérébrale est une atteinte du cerveau qui affecte le mouvement et la posture de l'enfant.

- À la naissance, le bébé peut être flasque et mou (mais parfois, il semble normal).
- Il se développe plus lentement que les autres bébés. Il se peut qu'il tarde à tenir sa tête droite, s'asseoir ou ramper.
- Le bébé peut avoir des difficultés à s'alimenter.
- Il peut être agité et pleurer souvent ; ou il peut au contraire être anormalement calme.
- En grandissant, ses mouvements deviennent raides et saccadés.



Environ la moitié des enfants atteints de paralysie cérébrale ont l'esprit plus lent et des troubles de l'apprentissage, mais ne supposez pas systématiquement que ce soit le cas. Les enfants atteints de paralysie cérébrale peuvent jouer, apprendre et aller à l'école.

Le visage, le cou ou le corps peuvent faire des mouvements involontaires. La tension très forte des muscles des jambes peut faire celles-ci se croiser comme des ciseaux.

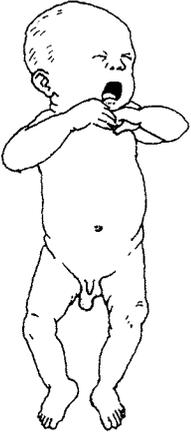
La paralysie cérébrale ne peut pas être guérie. Mais vous pouvez aider un enfant atteint de ce handicap à mieux se déplacer par lui-même, à mieux communiquer et à s'occuper de lui-même et des autres. Renseignez-vous dans une clinique qui offre des services de rééducation et de kinésithérapie (ou physiothérapie).

Nombril qui ressort (hernie ombilicale)

Un nombril qui fait une bosse comme ceci est causé par une petite séparation des muscles qui recouvrent le ventre. Normalement, ceux-ci se referment d'eux-mêmes, sans aucun traitement (ni médicaments, ni pansement ou pose d'une bande élastique autour du ventre. Celle-ci est surtout déconseillée avant que le bout de cordon ombilical du nouveau-né ne tombe, par crainte d'infection. Après, elle ne pose plus de risque). Même aussi grosse la hernie ombilicale ne pose aucun problème et disparaîtra d'elle-même. Si elle est encore présente après l'âge de 5 ans, consultez un soignant. Il faudra peut-être une opération pour l'enlever.



Testicule enflé, hydrocèle et hernie



Le sac qui contient les testicules, appelé le scrotum, est parfois rempli par du liquide, ou par une portion de l'intestin. Ceci cause une enflure sur le côté affecté.

Vous pouvez trouver la cause du problème. Placez une lampe derrière le scrotum.

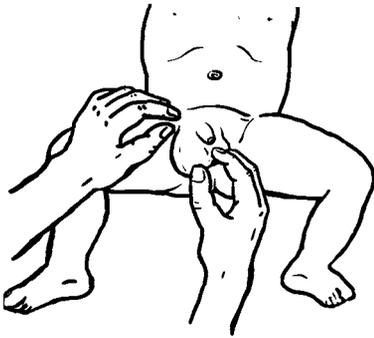
- Si la lumière passe à travers le scrotum, c'est que celui-ci est rempli de liquide. Il s'agit d'une hydrocèle qui, le plus souvent, disparaîtra d'elle-même. Si l'hydrocèle est encore présente un an plus tard, consultez un soignant.
- Si la lumière ne traverse pas le scrotum, et que l'enflure augmente quand l'enfant tousse ou crie, c'est qu'une partie de l'intestin y a glissé. On parle alors d'une hernie.

À cet endroit une hernie peut causer une enflure aussi bien chez les garçons que chez les filles. Si l'enflure grossit quand l'enfant pleure ou tousse, c'est probablement une hernie. (Si l'enflure ne change pas de taille, il peut s'agir d'un ganglion lymphatique enflé ; voir p. 142.)



La hernie doit être corrigée par une opération chirurgicale. Au début, il peut être possible de faire rentrer la hernie :

1. Si possible, donnez du diazépam pour calmer l'enfant (p. 587).
2. Utilisez un oreiller, ou relevez le pied du lit ou l'extrémité du matelas pour que les hanches de l'enfant soient plus élevées que sa tête.



3. Faites-lui plier le genou et ouvrez la jambe du côté de la hernie – comme une grenouille.
4. Placez une compresse froide ou de la glace enveloppée dans un morceau de tissu sur la hernie pour réduire l'enflure. Attendez 10 minutes ou plus.
5. Si cela ne marche pas, vous pouvez essayer d'appuyer doucement et très lentement sur la hernie pour la remettre en place. L'enfant devra quand-même être opéré si vous avez repoussé la hernie.

Une forte douleur dans le scrotum, surtout si elle arrive soudainement, indique généralement que des tissus du corps se sont tordus. On parle alors d'une "torsion testiculaire" et le garçon devra être opéré tout de suite pour sauver le testicule.

Les fentes labiales et palatines

Il est facile de voir une séparation dans la lèvre (fente labiale). Il n'est pas toujours évident d'en voir une sur le palais, le "plafond" de la bouche (fente palatine). Mettez un doigt dans la bouche du bébé pour sentir si le palais est bien fermé. Le risque posé par une fente labiale ou palatine est que le nourrisson aura de plus grandes difficultés à téter.

Pour nourrir le bébé au sein, essayez de couvrir la fente de la lèvre avec un doigt pour que la bouche puisse suffisamment se refermer autour du sein. Si la fente est au palais, placez le mamelon et l'aréole au fond de la bouche du bébé et d'un côté de la fente. Si le bébé a toujours du mal, donnez-lui du lait maternel avec une cuillère propre ou un compte-gouttes, jusqu'à ce qu'il parvienne à téter seul. Nourrissez-le souvent pour qu'il reste en bonne santé. Pour en savoir plus sur la façon de tirer du lait de votre sein à la main, et nourrir un bébé à la cuillère, voir p. 420.



Une fente labiale peut être réparée chirurgicalement après l'âge de 3 mois, et une fente palatine après l'âge de 1 an. Dans de nombreux pays, ces opérations se font gratuitement et peuvent changer la vie de l'enfant. Renseignez-vous auprès d'une clinique ou d'un hôpital.

Les Blessures et les accidents

Les enfants se blessent plus souvent que les adultes, mais le traitement est généralement le même. Voir le chapitre 10, **Premiers secours**, pour le soin de blessures spécifiques.

Les accidents les plus courants chez les enfants peuvent souvent être évités.

Étouffement

L'étouffement est un risque sérieux en ce qui concerne les enfants de moins de 2 ans. Si l'enfant tousse ou peut produire des sons, surveillez-le de près jusqu'à ce qu'il recrache ce qu'il a avalé. Si l'enfant ne tousse pas ni ne produit de sons, tapez-lui dans le dos et faites-lui des pressions sur la poitrine immédiatement ; pour un enfant de plus de 1 an, exercez des poussées sur l'estomac pour sortir l'objet de force (p. 132).



Les morceaux d'aliments ronds et fermes sont la cause principale d'étouffements chez les jeunes enfants. Évitez de donner aux enfants des bonbons durs, des noix, de grosses graines, et de gros morceaux de viande, de fromage, ou de légumes crus. Il vaut mieux leur donner des morceaux qui soient bien cuits et écrasés, ou coupés très fin.

Mettez les jouets de petite taille, les balles, les pièces de monnaie et les ballons hors de portée des enfants, car ils sont souvent cause d'étouffement chez les jeunes enfants.

Empoisonnement (intoxication)

Les produits chimiques, y compris les pesticides et les produits ménagers, doivent être rangés sur des étagères en hauteur ou dans des placards fermés à clé, hors de portée des enfants. Pour en savoir plus sur les façons de soigner un empoisonnement, voir p. 168.

Noyade

Un enfant peut se noyer dans une mare, un fossé de drainage, ou même dans un seau d'eau. Les jeunes enfants devraient toujours être surveillés quand ils se trouvent près de l'eau. Les enfants plus âgés, surtout les garçons, se noient souvent à cause d'imprudences, en nageant dans les eaux agitées ou profondes. En vous assurant de l'état des ponts et des chemins voisinant des rivières ou autres étendues d'eau, et en apprenant à nager aux enfants, vous contribuerez de façon importante à protéger votre communauté.



Un bébé de 1 an peut se coincer dans un seau et se noyer.

Brûlures

On peut prévenir les brûlures en gardant les enfants éloignés des fourneaux, des casseroles chaudes, des feux, et des lampes allumées. Mais en cas de brûlures, il est important d'agir rapidement, tant pour soulager la douleur que pour empêcher l'infection, qui peut être très grave après une brûlure. Certaines brûlures sévères ne font pas très mal parce que les nerfs sous la peau ont été endommagés. Mais même en l'absence de douleur, une brûlure doit toujours être traitée (p. 148).

Accidents de la route

Les casques et les ceintures de sécurité peuvent empêcher beaucoup de blessures et de mort en cas d'accidents de motocyclette, de vélo, ou de voiture. En s'organisant pour rendre les routes plus sûres pour les piétons et les cyclistes, la communauté peut en prévenir encore plus.



Protégez la tête de votre enfant avec un casque. Et soyez toujours là pour protéger votre enfant, en portant un casque vous-même.

Violence

La violence et la maltraitance des enfants sont des problèmes courants et graves. Elles affectent l'enfant pour longtemps – de manière physique et de manière psychologique. Chaque adulte a la responsabilité de protéger les enfants de la maltraitance.

Pour les soignants

Si vous êtes un soignant, rendez visite aux enfants régulièrement. Le meilleur moment pour ces visites est celui où l'enfant doit recevoir ses vaccins (p. 246), ou tous les deux mois pendant sa première année de vie, et 1 fois par an par la suite.

Rendez plus souvent visite à un enfant qui montre des signes de problèmes, comme une croissance lente. Vous devriez aussi revenir (ou demander à la mère de revenir) après avoir soigné un enfant d'une maladie, pour voir s'il va mieux, ou s'il a besoin d'autres soins.

Quoiqu'il soit sans doute plus facile de demander aux mères d'amener leurs enfants au centre de soins pour les

examens, il est souvent préférable que le soignant aille lui-même à voir les enfants chez eux. Il vaut mieux, d'une part, tenir les nouveau-nés et les jeunes enfants à l'écart des autres malades qui peuvent se trouver à la clinique. De plus, les mères qui ne peuvent pas laisser leurs autres enfants ni leur travail, ne vont pas au centre de soins. Ce sont surtout ces mères qui ont besoin de l'aide d'un soignant, lequel évaluera l'état de santé de leur bébé et de leurs jeunes enfants.



Les enfants qui ont le plus besoin de votre attention sont ceux qui ne viennent pas jusqu'à vous.

À mesure qu'un enfant grandit, continuez à l'examiner. Pendant ces visites :

- demandez comment se porte l'enfant – s'il est généralement en bonne santé et s'il grandit bien ;
- observez l'enfant de la tête aux pieds. Un enfant en bonne santé est alerte et s'intéresse à son entourage. Sa peau est nette, et son corps se renforce et se développe ;
- demandez si l'enfant mange bien. Encouragez l'allaitement et les aliments nutritifs ;
- pesez l'enfant. Ou, si la mère participe à un programme de suivi de la croissance, regardez les données précédentes et notez l'évolution de la croissance évolue (à partir des courbes de croissance sur le carnet de santé, ou sur tout support où ses poids ont été relevés) ;
- observez si l'enfant est propre et s'il a une maison généralement propre et saine. Les visites peuvent être le moment d'apprendre à la famille les principes de sécurité et de prévention des maladies, ou d'apprendre quels seraient les besoins à satisfaire pour que l'enfant et son environnement soient plus sains et mieux protégés ;
- veillez à discuter de ce que vous avez appris avec la mère et le reste de la famille.

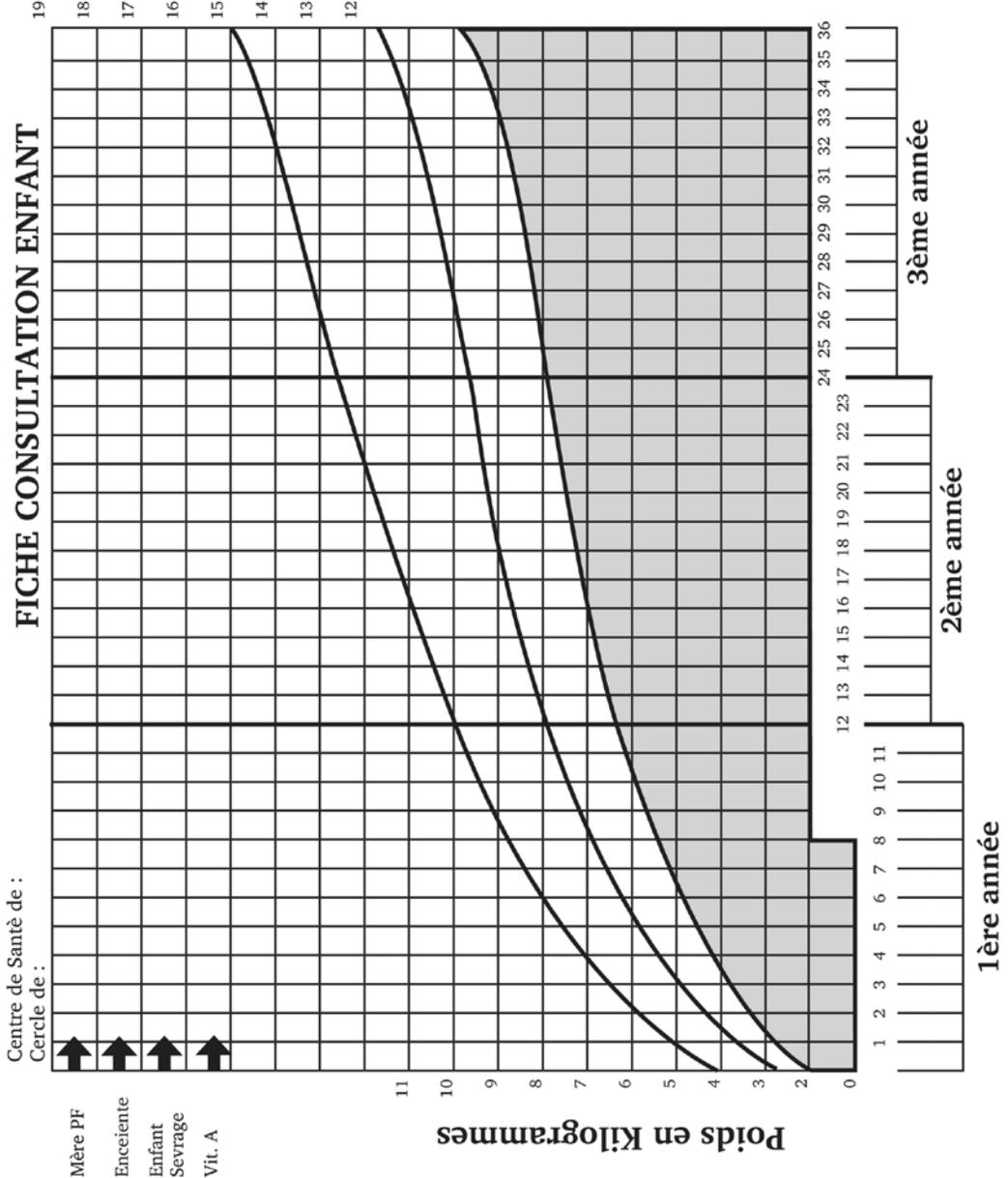
Le soin des enfants est un moyen par lequel les soignants gagnent la confiance et le respect de la communauté. Vous voyant préoccupés du bien-être de leurs enfants, les parents se sentiront plus à l'aise pour poser des questions sur leur propre santé. En surveillant régulièrement la santé et la croissance d'un enfant, vous pouvez aussi vous assurer que la mère et les autres membres de la famille vont bien et qu'ils reçoivent l'attention dont ils ont besoin.

Profitez de toute opportunité pour apprendre aux enfants les notions de base sur la santé. Les enfants parlent de tout ce qu'ils apprennent à leurs familles et aux autres enfants. Ils peuvent aider à créer une "épidémie" d'habitudes saines dans leur communauté.

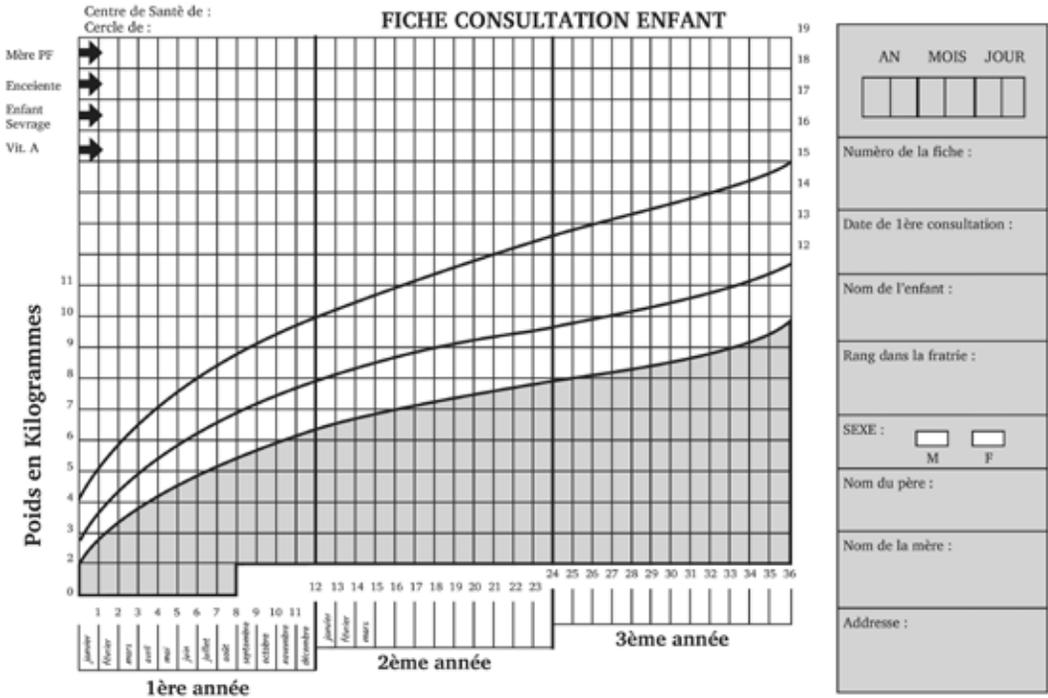
Un enfant qui grandit est un enfant en bonne santé

Notez l'évolution de la croissance de l'enfant sur un schéma, comme celui que nous montrons ci-dessous. La mère ou la personne qui s'occupe de l'enfant doit garder ce schéma, ou fiche de santé de l'enfant. Expliquez-lui comment marche ce système, pour qu'elle puisse se rendre compte de tout retard pris par l'enfant.

AN	MOIS	JOUR
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Numéro de la fiche :		
Date de 1ère consultation :		
Nom de l'enfant :		
Rang dans la fratrie :		
SEXE :	<input type="checkbox"/> M	<input type="checkbox"/> F
Nom du père :		
Nom de la mère :		
Adresse :		



Comment utiliser la fiche

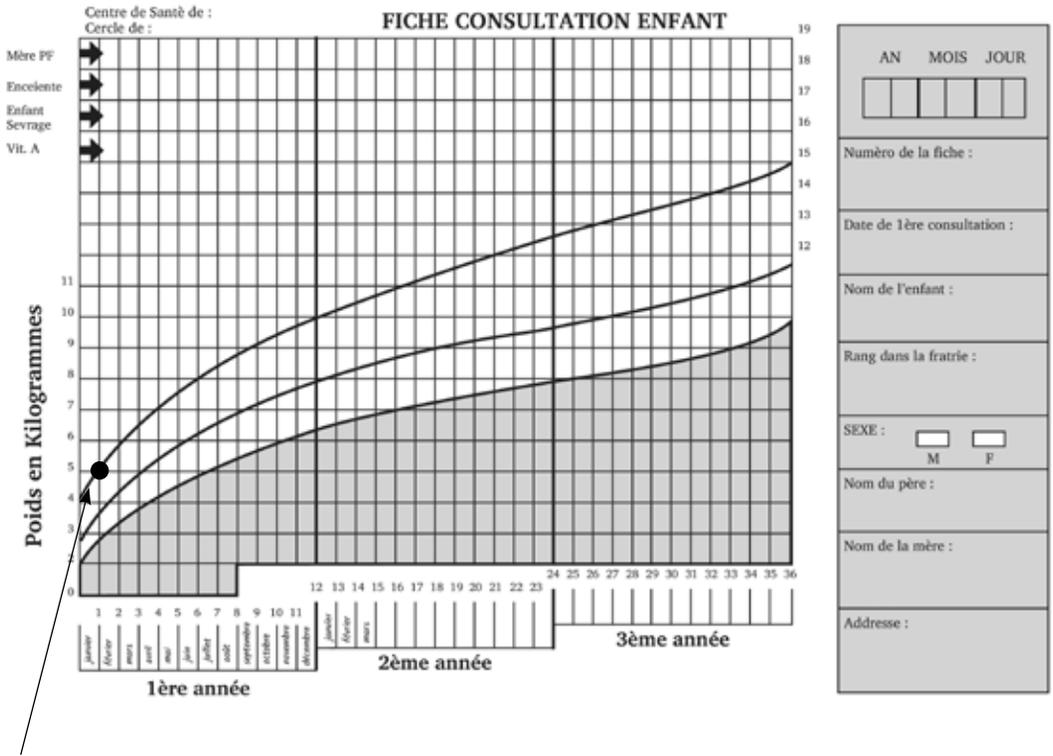


ÉTAPE 1 :

Écrivez le mois de naissance de votre enfant, ici.
Cette fiche montre que l'enfant est né en avril.

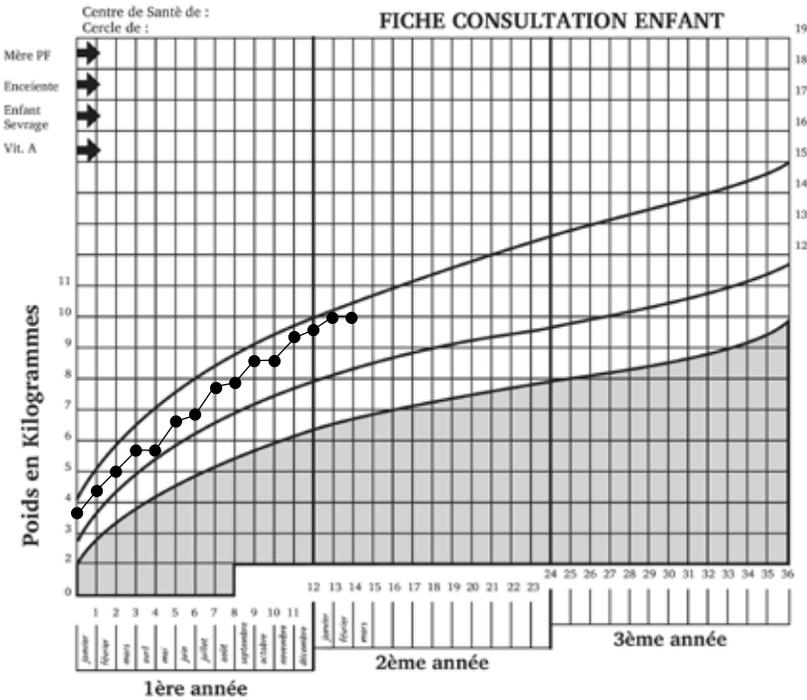
ÉTAPE 2 :

Écrivez les mois qui suivent son mois de naissance,
dans l'ordre.



ÉTAPE 3 :

Prenez le poids de l'enfant chaque mois, en kilogrammes. Faites un point sur le Schéma à l'endroit où le poids de l'enfant rencontre le mois présent.



ÉTAPE 4 :

Pesez l'enfant tous les mois, et chaque fois, marquez un nouveau point sur la fiche. Tracez une ligne entre les points. Si l'enfant est en bonne santé, chaque mois le nouveau point sera plus haut que le point précédent.

Le plus important est que l'enfant continue à grandir

Bon
L'enfant grandit bien

Danger
Ne prend pas de poids. Découvrez pourquoi.

Très dangereux
Il perd de poids. Il peut être malade. A besoin de soins supplémentaires.

Pour la plupart des enfants normaux et en bonne santé, la ligne qui relie les points se trouve entre ces deux lignes.

Si vous observez qu'un enfant ne grandit pas bien, consultez plus souvent. Voyez si vous pouvez trouver un moyen de l'aider à manger plus. Essayez de détecter toute maladie qui pourrait ralentir sa croissance.

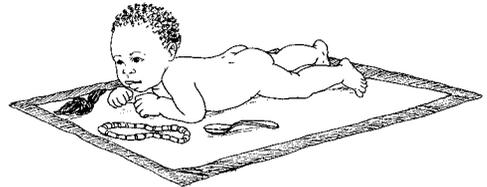
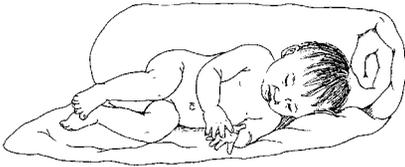
Le Développement de l'enfant

Le développement se rapporte à la manière dont les capacités de l'enfant changent avec le temps qui passe. La façon dont il utilise son corps et la façon dont il communique et apprend à résoudre des problèmes lui sont spécifiques. Mais il doit toujours continuer à se développer, et ne pas rester au même point. Si un enfant se développe plus lentement, il a besoin de plus d'attention.

Pourquoi certains enfants se développent-ils plus lentement que les autres ? Parfois il n'y a pas de raison particulière – les différences entre les gens sont normales. Mais la maladie et la malnutrition peuvent ralentir le développement de façon anormale. Certains handicaps peuvent aussi affecter le développement. Par exemple, vous pourriez ne pas savoir que votre enfant est sourd. Au lieu de cela, vous pourriez remarquer qu'il n'apprend pas à parler aussi tôt que ses frères et sœurs. Observez le développement de votre enfant, parce qu'un développement lent peut être le signe d'un problème de santé ou d'un handicap qui nécessitent votre attention.

Un bébé de 3 mois devrait :

- sourire
- réagir aux sons et aux mouvements
- répondre aux voix et aux visages familiers
- avoir conscience de ses propres mains
- pleurer quand il a faim ou subit un dérangement quelconque
- téter sans trop de difficultés
- relever la tête quand il est allongé sur le ventre



Un bébé de 6 mois devrait :

- tourner la tête vers un bruit
- se retourner du dos sur le ventre, et du ventre sur le dos
- reconnaître les personnes qui lui sont proches
- attraper des objets et les mettre dans sa bouche



Un bébé de 1 an devrait :

- comprendre et imiter les sons et les mots simples
- jouer à des jeux très simples, par exemple “Coucou ! Me voilà !”
- essayer de mettre des objets les uns



dans les autres

- s’asseoir et marcher à quatre pattes sans aide
- se mettre debout en tenant un appui



Un enfant de 3 ans devrait :

- comprendre et dire des phrases simples
- accomplir des petites tâches, comme de balayer



- être conscient des sentiments des autres
- trier des objets
- courir, sauter et grimper



Si un enfant se développe lentement, voici 2 façons dont vous pouvez l’aider :

1. demandez à un soignant de rechercher une cause médicale à cette lenteur ; et
2. apportez-lui plus d’attention dans les domaines où il prend plus de temps à se développer.



Aidez l’enfant à se développer là où il est en retard

Voir l’Annexe A (p. 480) qui offre des schémas illustrant les étapes de développement de l’enfant. Ces schémas peuvent être utiles à la fois aux parents et aux soignants, comme outils de suivi et d’aide au développement de l’enfant.

Aider les enfants à apprendre

En grandissant, l'enfant apprend en partie à partir de ce qui lui est enseigné. Les connaissances et les capacités développées à l'école pourront l'aider plus tard à comprendre et à agir. L'école est importante.

Mais un enfant apprend surtout à la maison, dans les champs ou dans les rues. Il apprend en regardant, en écoutant et en essayant de faire lui-même ce que font les autres. Il n'apprend pas vraiment en écoutant ce que les autres lui disent, mais plutôt en observant leur façon d'agir. Certaines des choses les plus importantes à apprendre – comme la bienveillance, le sens des responsabilités et le partage – ne peuvent être enseignées que par l'exemple.

Un enfant apprend aussi les choses par l'aventure, à travers ses propres découvertes. Il doit apprendre à faire les choses seul, même s'il fait des erreurs. Quand il est très jeune, protégez-le du danger. Mais à mesure qu'il grandit, aidez-le à s'occuper de lui-même. Donnez-lui des responsabilités. Respectez ses idées, même si elles sont différentes des vôtres.

Quand un enfant est jeune, il pense surtout à satisfaire ses propres besoins. Plus tard, il découvre le plaisir plus profond d'aider les autres et de faire des choses pour eux. Acceptez l'aide des enfants et faites-leur savoir combien elle vous est importante.

Les enfants qui n'ont pas peur posent beaucoup de questions. Si les parents, les enseignants et les autres personnes prennent le temps de répondre aux questions clairement et honnêtement – et de dire qu'ils ne connaissent pas la réponse quand c'est le cas – l'enfant continuera à poser des questions. Puis, en grandissant, il pourrait chercher des moyens d'améliorer la vie dans son village ou dans sa ville.



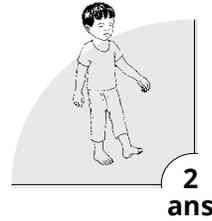
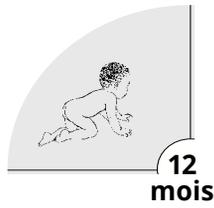
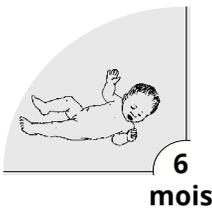
Annexe A : Schémas d'illustration du développement de l'enfant

Comment utiliser les schémas d'illustration du développement de l'enfant

Globalement, les enfants se développent dans 4 principaux domaines : physique (le corps), mental (l'esprit), communicatif (les gestes et la parole), et social (les liens avec les autres). Certaines des capacités apprises relient tous ces domaines. Par exemple, quand un enfant tend les bras pour qu'on le prenne, il exerce :

- **sa capacité physique** – il tend les bras ;
- **sa capacité mentale** – il vous reconnaît ;
- **sa capacité de communiquer** – il vous fait comprendre ce qu'il veut ;
- **sa capacité sociale** – il aime bien être tenu dans vos bras.

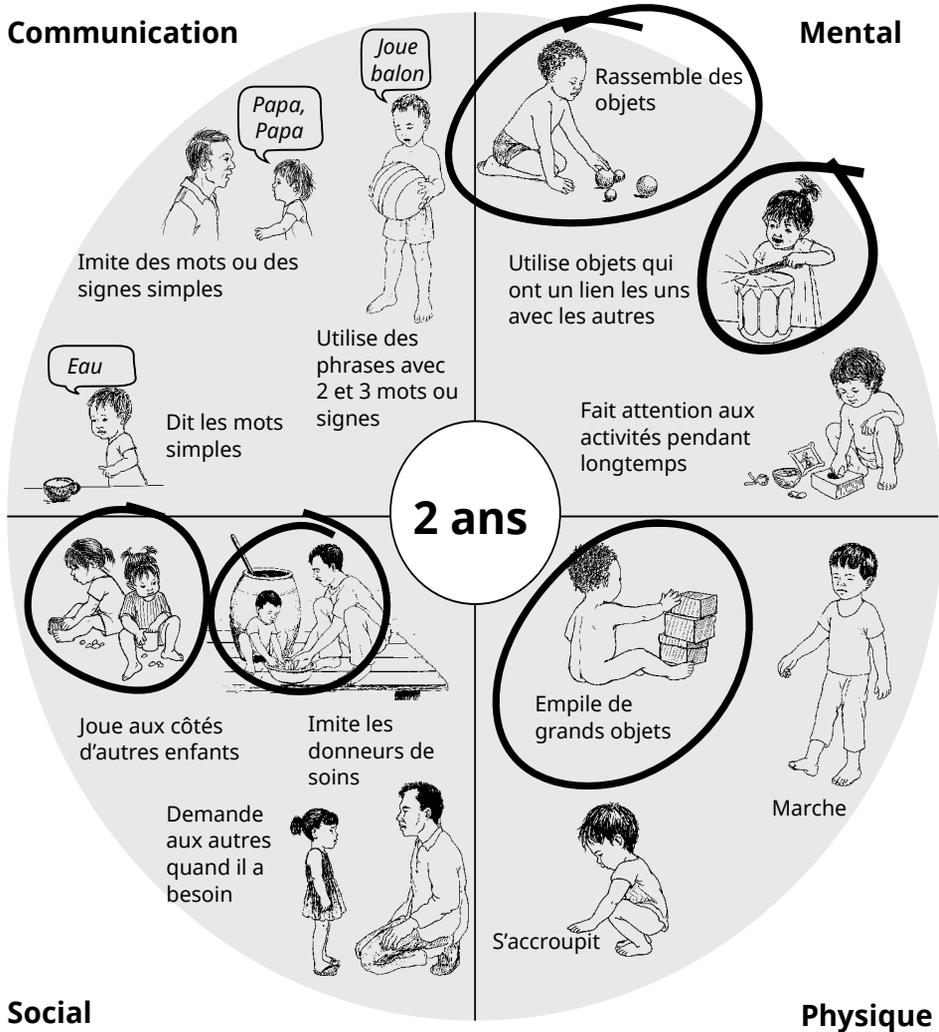
Les schémas des pages suivantes indiquent certaines des capacités apprises par les enfants et les stades auxquels la plupart des enfants les apprennent. Vous pouvez utiliser ces schémas pour vous faire une idée générale du développement ordinaire d'un enfant, et vous aider à vous rendre compte des capacités que votre enfant aurait peut-être besoin de posséder.



Les graphiques montrent comment les habiletés physiques des enfants changent à mesure que les enfants grandissent.

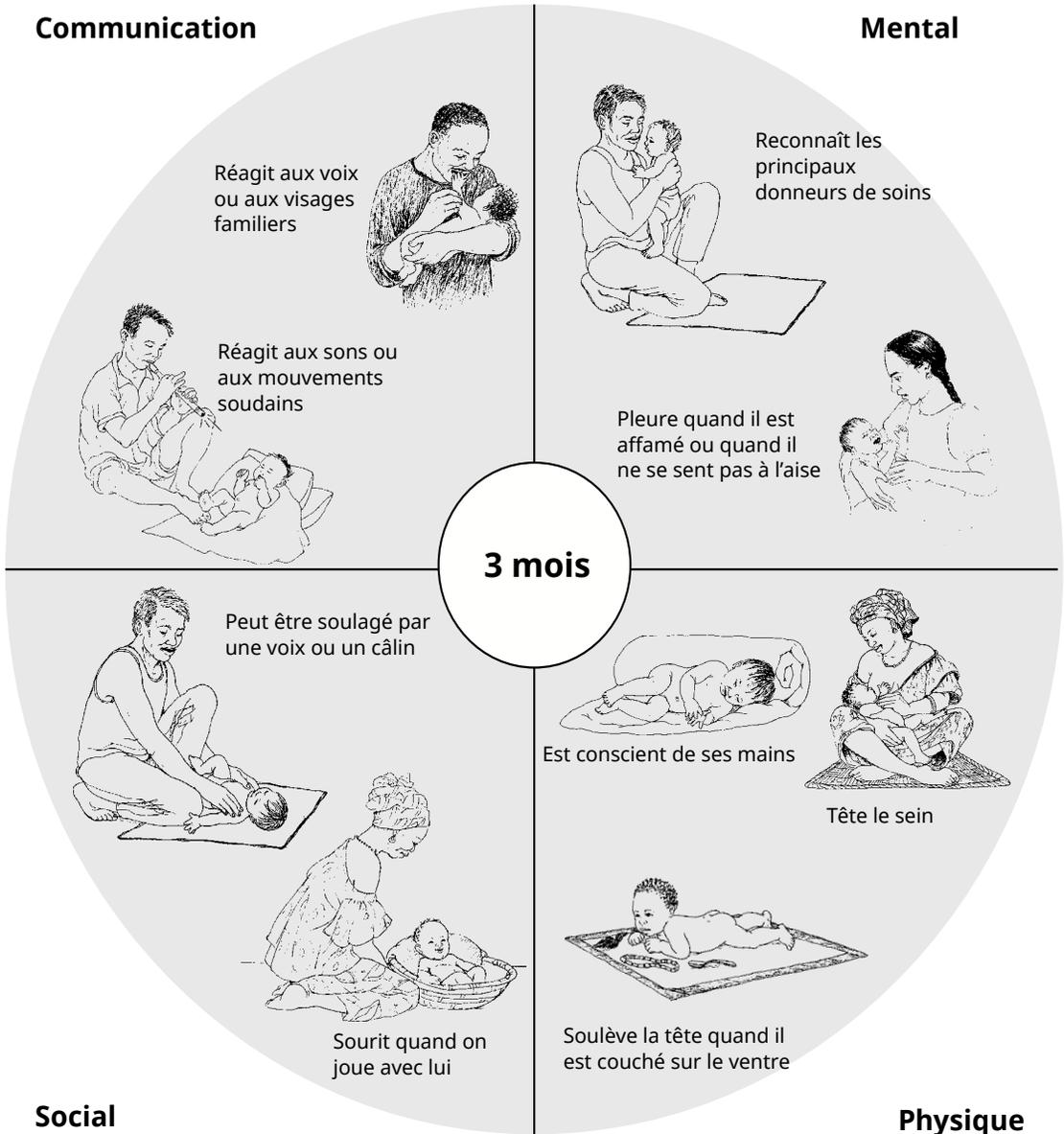
Pour vous aider à juger des compétences que l'enfant devrait apprendre

Trouvez le schéma applicable au groupe d'âge le plus proche de celui de l'enfant. Sur le schéma, encerclez les capacités que l'enfant possède déjà. Vous verrez peut-être que votre enfant ne possède pas certaines des compétences d'autres enfants d'âge semblable. Sur cette base, vous pourrez décider des activités que vous voulez pratiquer avec votre enfant.



Dans le tableau ci-dessus, une mère a encadré les capacités que possède sa fille de 20 mois. Sa fille a besoin de faire des activités qui l'aide à gagner des capacités physiques et de communication.

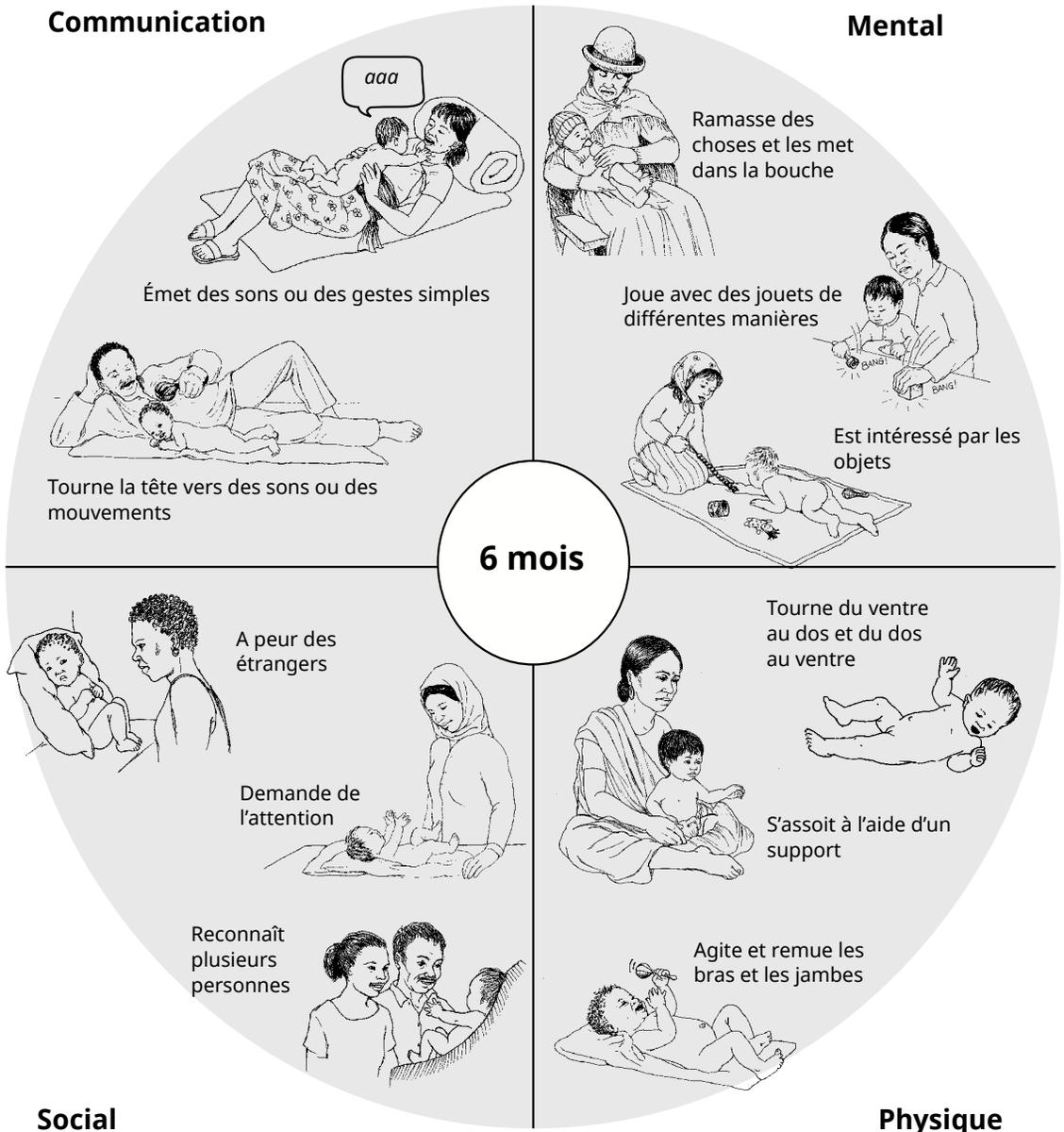
Les images ci-dessous indiquent des domaines différents du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent beaucoup de bébés de 3 mois.



Les bébés qui ne peuvent pas faire 2 des activités montrées dans une des parties du cercle profiteront de certaines activités qui pourraient les aider à se développer dans ce domaine. Mais les images ne sont que des exemples – dans le domaine de la communication, il n'est pas nécessaire que vous jouiez de la flûte ! La question à vous poser, c'est : votre enfant est-il capable de réagir à un bruit soudain ?

Rappelez-vous que la meilleure façon d'apprendre, pour un bébé, est de faire les choses que font les bébés du même âge dans votre communauté.

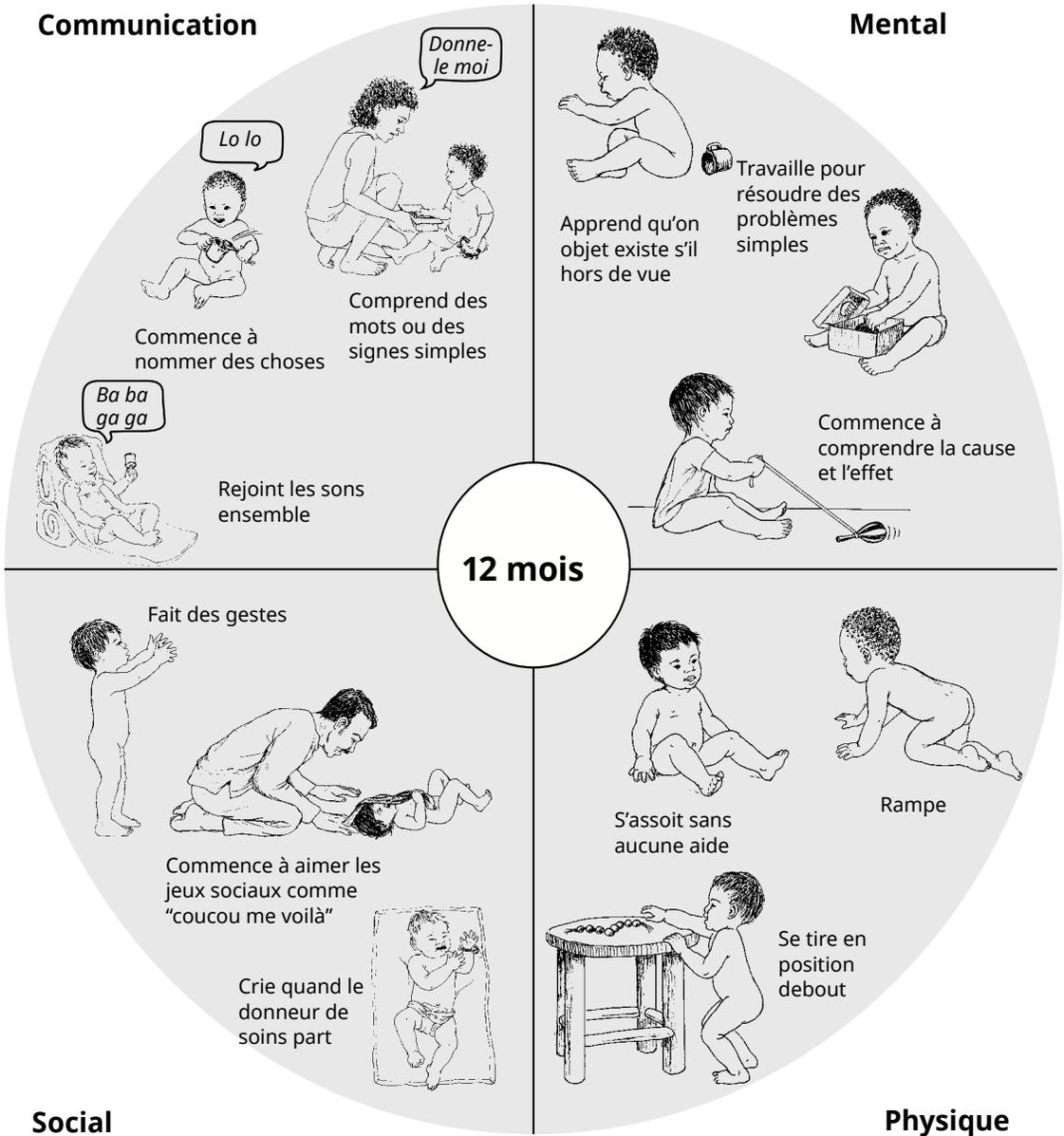
Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent beaucoup de bébés de 6 mois.



Les bébés qui ne peuvent pas faire 2 des activités montrées dans une des parties du cercle profiteront de certaines activités qui pourraient les aider à se développer dans ce domaine. Mais les images ne sont que des exemples – dans le domaine physique, il n'est pas nécessaire que le bébé joue avec un hochet. La question à vous poser, c'est : votre bébé est-il capable de se tortiller et d'agiter les bras et les jambes ?

Rappelez-vous que la meilleure façon d'apprendre, pour un bébé, est de faire les choses que font les bébés du même âge dans votre communauté.

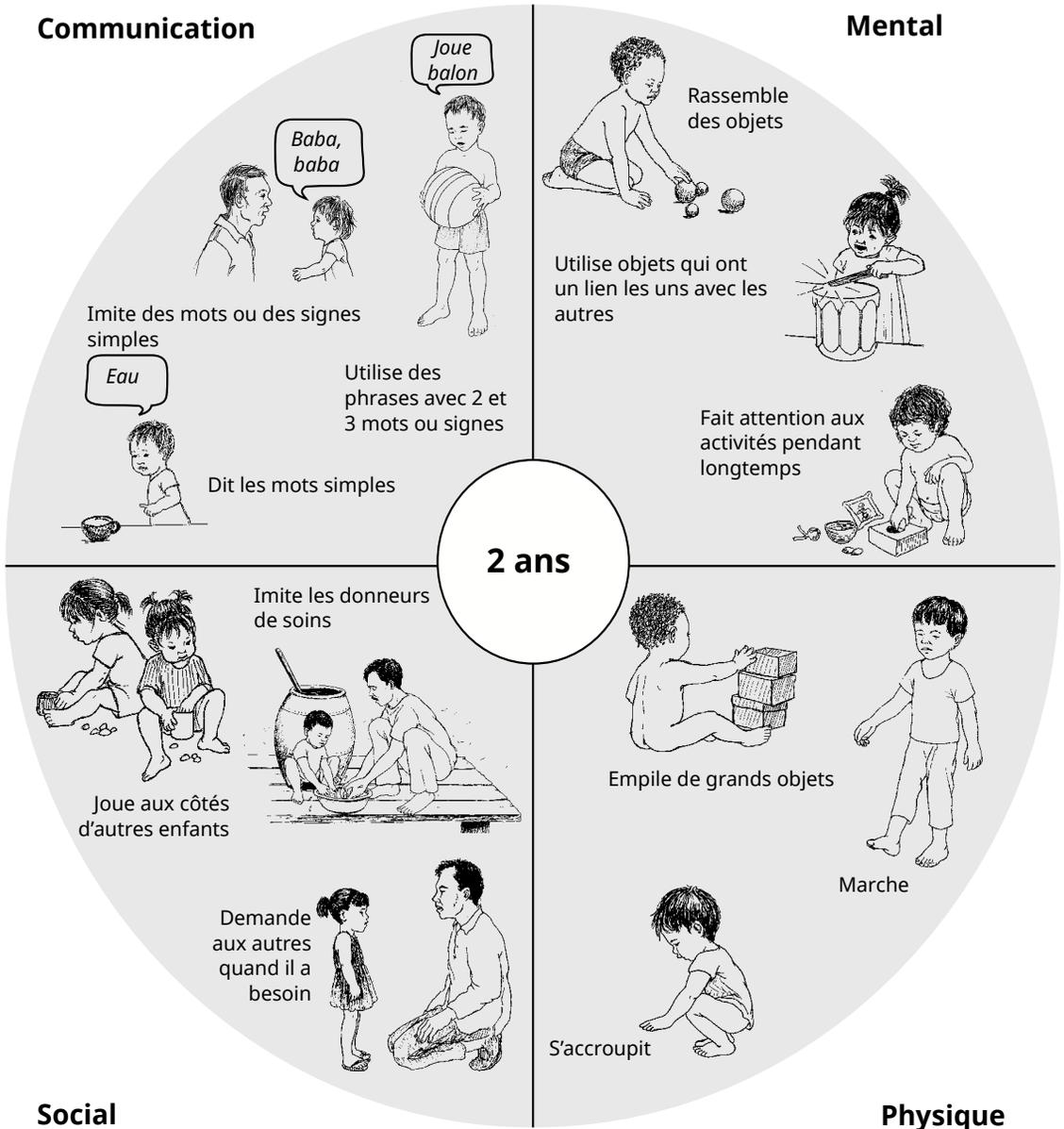
Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent beaucoup de bébés de 12 mois.



Les bébés qui ne peuvent pas faire 2 des activités montrées dans une des parties du cercle profiteront de certaines activités qui pourraient les aider à se développer ce domaine. Mais les images ne sont que des exemples – dans le domaine physique, il n'est pas nécessaire que le bébé joue avec un hochet. La question à vous poser, c'est : votre bébé est-il capable de se tortiller et d'agiter les bras et les jambes ?

Rappelez-vous que la meilleure façon d'apprendre, pour un bébé, est de faire les choses que font les bébés du même âge dans votre communauté.

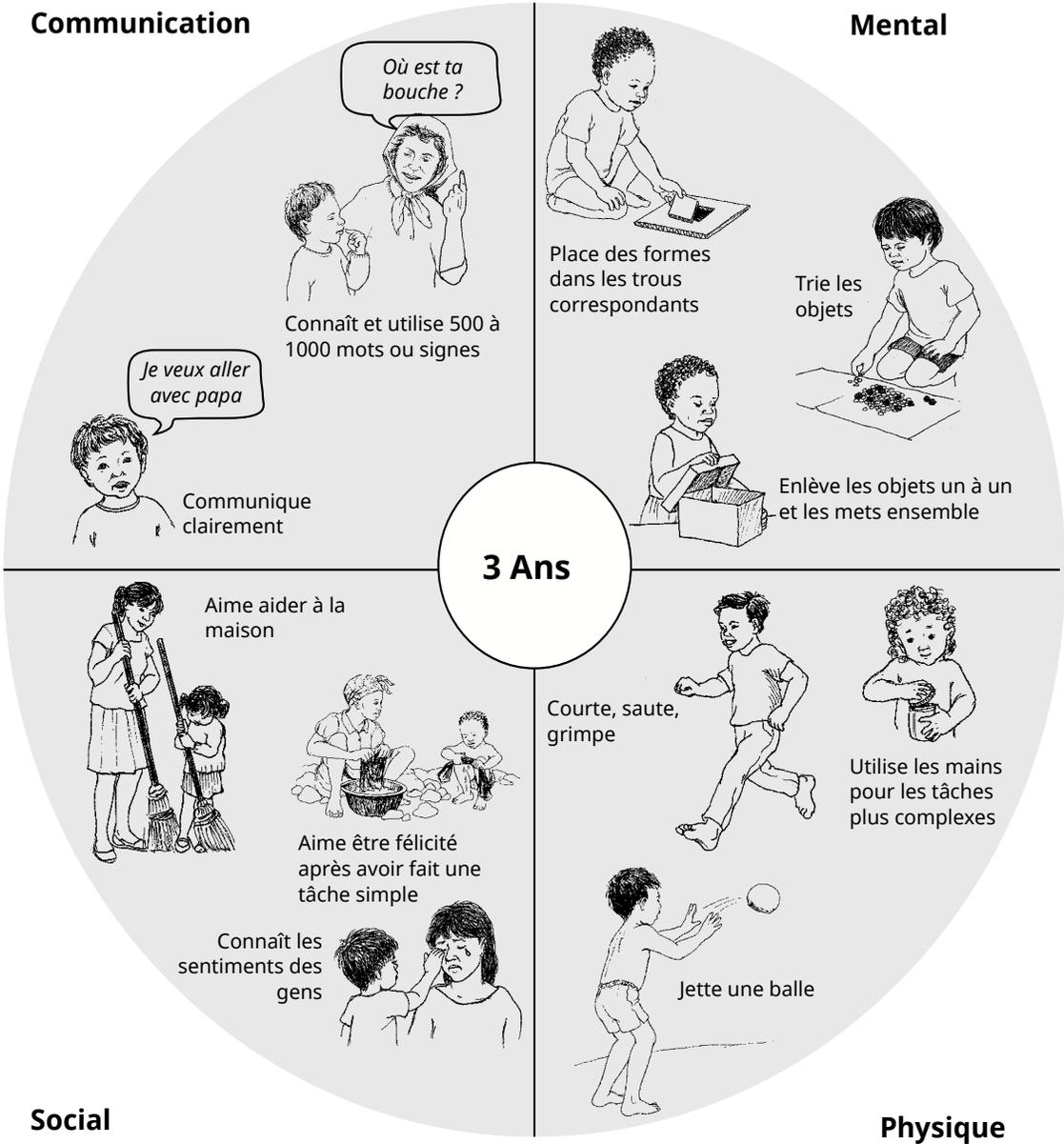
Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent beaucoup d'enfants de 2 ans.



Les jeunes enfants qui ne peuvent pas faire 2 des activités montrées dans une des parties du cercle profiteront de certaines activités qui pourraient les aider à se développer dans ce domaine. Mais les images ne sont que des exemples de capacités. Par exemple, dans le domaine mental, il n'est pas nécessaire que votre enfant soit capable de jouer du tambour. La question que vous devez vous poser, c'est : votre enfant est-il capable d'utiliser 2 objets en même temps ?

Rappelez-vous que la meilleure façon d'apprendre, pour un enfant, est de faire les choses que font les enfants du même âge dans votre communauté.

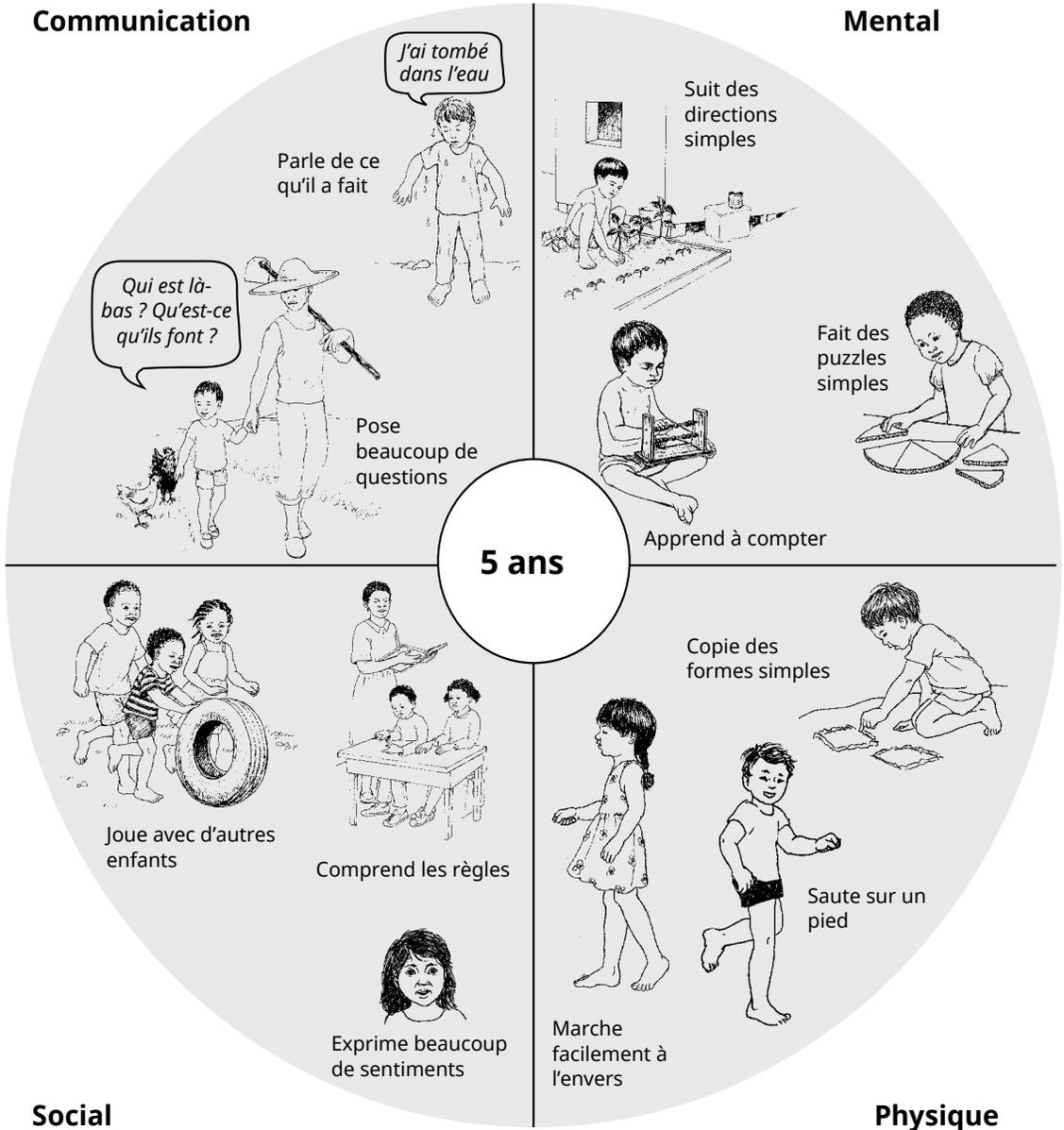
Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent beaucoup d'enfants de 3 ans.



Les enfants qui ne peuvent pas faire 2 des activités montrées dans une des parties du cercle profiteront de certaines activités qui pourraient les aider à se développer dans ce domaine. Mais les images ne sont que des exemples de capacités. Par exemple, dans le domaine social, il n'est pas nécessaire que votre enfant écoute une enseignante. La question que vous devez vous poser, c'est : votre enfant comprend-il les règles qu'on lui donne, comme les autres enfants ?

Rappelez-vous que la meilleure façon d'apprendre, pour un enfant, est de faire les choses que font les enfants du même âge dans votre communauté.

Chacune des parties de ce cercle indique un domaine différent du développement. Les images et les mots sont des exemples de capacités que possèdent beaucoup d'enfants de 5 ans.



Les enfants qui ne peuvent pas faire 2 des activités montrées dans une des parties du cercle profiteront de certaines activités qui pourraient les aider à se développer dans ce domaine. Mais les images ne sont que des exemples de capacités. Par exemple, dans le domaine social, il n'est pas nécessaire que votre enfant balaie par terre. La question que vous devez vous poser, c'est : votre enfant aime-t-il aider à la maison ?

Rappelez-vous que la meilleure façon d'apprendre, pour un enfant, est de faire les choses que font les enfants du même âge dans votre communauté.