

CROUP

Le croup est une inflammation du larynx et de la trachée causée par les virus du rhume. Il peut entraîner des difficultés respiratoires et une toux dite « aboyante ». Chez la plupart des enfants, le croup disparaît de lui-même. Toutefois, dans certains cas, il faut consulter un professionnel de la santé.

Quels sont les symptômes du croup?

Au début, le croup ressemble à un rhume ordinaire. Chez les enfants, il se manifeste sous forme de congestion ou d'écoulement nasal. Un ou deux jours plus tard, l'enfant :

- Se met à tousser comme s'il s'agissait d'un phoque qui aboie.
- A la voix rauque (il perd la voix ou a une voix éraillée).
- Fait de la fièvre (température supérieure à 100,4 °F ou à 38 °C).
- Émet un bruit fort et grinçant (appelé stridor) quand il respire, particulièrement lorsqu'il bouge ou est bouleversé.

En général, les symptômes s'aggravent la nuit.

Le croup peut durer de deux à sept jours.

Comment traite-t-on le croup?

Dans la plupart des cas, les enfants ayant des symptômes légers peuvent être traités à la maison. Si votre enfant a de la difficulté à respirer, consultez un médecin, qui pourrait lui donner :

- Des médicaments (à l'aide d'un masque, par la bouche ou par intraveineuse) pour réduire l'inflammation des voies respiratoires et l'aider à respirer.
- De l'oxygène, si le niveau d'oxygène de l'enfant est trop faible.

Le médecin ne lui prescrira pas d'antibiotiques, car le croup est une infection virale et ces médicaments ne sont pas efficaces contre les virus.

Mesures à prendre – Soins à la maison

Pour aider votre enfant à respirer :

- Faites couler l'eau chaude dans la douche afin de créer de la vapeur. Cela pourrait soulager votre enfant.
- S'il fait froid dehors, ouvrez la fenêtre pendant quelques minutes afin que votre enfant puisse respirer cet air froid. Enveloppez-le dans une couverture pour le tenir au chaud.
- Vous pouvez utiliser un humidificateur à vapeur froide dans la chambre de l'enfant.
- N'exposez pas votre enfant à la fumée ou à toute autre substance pouvant nuire à ses poumons.

Alimentation

Conseils pour vous assurer que votre enfant est bien nourri(e) et hydraté(e) :

- Si vous l'allaitez, essayez de le faire souvent, pendant de courtes périodes.
- Donnez à votre enfant des liquides clairs tout au long de la journée.
- Offrez-lui des collations et des repas plus petits, mais plus fréquents.

Donnez-lui beaucoup de liquides comme de l'eau et des jus non sucrés dilués. Vous pouvez également lui donner de la soupe, des bâtonnets glacés ou des aliments gélifiés, qui seront plus faciles à avaler.

Activité

Assurez-vous que votre enfant se repose et se livre à des activités apaisantes comme le coloriage.

- Dans bien des cas, le croup est causé par un virus et peut être contagieux. Votre enfant peut retourner à l'école ou à la garderie lorsqu'il ne fait plus de fièvre, qu'il respire normalement et que les autres symptômes se sont atténués. Dans le doute, consultez votre médecin.

Médicaments

Vous pouvez lui donner un médicament contre la douleur ou la fièvre comme de l'acétaminophène (Tylenol, Tempra) ou de l'ibuprofène (Advil, Motrin). Lisez les directives du médicament attentivement.

NE DONNEZ PAS à votre enfant un médicament contre la toux, car ce genre de médicament est habituellement peu efficace et peut avoir des effets secondaires

graves chez les enfants. Il n'est PAS recommandé de donner un médicament contre la toux et le rhume aux enfants de moins de six ans.

Si votre enfant a du mal à respirer, votre médecin pourrait lui prescrire un stéroïde afin de réduire l'inflammation des voies respiratoires.

Remarque : L'aspirine n'est **pas** recommandée pour les enfants qui souffrent, ou ont souffert récemment, d'une infection virale. Consultez votre médecin avant de donner de l'aspirine à votre enfant.

Lorsque vous donnez un médicament à votre enfant :

- Suivez les consignes. Ne modifiez pas la dose ni la fréquence à laquelle vous devez donner le médicament.
- Utilisez le doseur du médicament. Si vous devez utiliser une cuillère, une tasse ou une seringue, assurez-vous qu'elle est graduée afin de donner la dose prescrite.
 - Par exemple, si la dose prévue est en millilitres (ml), l'article utilisé doit être gradué en ml.
- Prenez note des effets secondaires du médicament de votre enfant, le cas échéant, et informez-en son médecin.
- Consultez le médecin de votre enfant avant d'arrêter de donner le médicament prescrit à votre enfant.
- Ne donnez pas le médicament prescrit de votre enfant à quelqu'un d'autre.
- Il peut être dangereux de mélanger des médicaments. Si votre enfant prend plusieurs médicaments, y compris ceux en vente libre et les suppléments, parlez-en à son médecin ou à votre pharmacien.

Problèmes possibles

Consultez votre fournisseur de soins primaires ou rendez-vous au service des urgences si l'état de santé de votre enfant ne s'améliore pas ou dans les cas suivants :

- La toux s'aggrave ou les symptômes du croup durent depuis plus de sept jours.
- L'enfant a des nausées et vomit.
- L'enfant se met à baver.
- L'enfant émet un son bruyant et aigu lorsqu'il respire, même lorsqu'il est assis ou au repos.
- La peau et les muscles entre les côtes de votre enfant ou sous sa cage thoracique semblent s'enfoncer.

- L'enfant montre des signes de déshydratation :
 - Pleurs non accompagnés de larmes.
 - Envie moins fréquente d'uriner ou moins de couches mouillées.
 - Bouche sèche.
- Votre enfant a moins de trois mois et fait de la fièvre.
- Votre enfant a plus de trois mois et fait de la fièvre depuis plus de trois jours.
- Votre enfant a de nouveaux symptômes ou ses symptômes se sont aggravés.

Faites le 911 ou rendez-vous au service des urgences immédiatement dans l'un ou l'autre des cas suivants :

- Les ongles et les lèvres ou la peau autour de la bouche de l'enfant sont bleuâtres.
- L'enfant n'est pas éveillé, il est somnolent ou ne réagit pas lorsque vous lui parlez.
- Il a beaucoup de difficulté à respirer et émet un bruit fort et aigu quand il respire.
- Il est incapable d'avaler.
- L'enfant a du mal à parler ou à pleurer parce qu'il manque d'air.
- L'enfant est très agité.

Si vous croyez que l'état de santé de votre enfant est urgent, demandez de l'aide immédiatement.

Comment mon enfant a-t-il contracté le croup?

Le croup est causé par un virus qui se propage facilement. Les virus sont présents dans les gouttelettes qu'une personne malade projette dans l'air lorsqu'elle tousse ou éternue. Une personne peut être contagieuse même si elle ne montre pas de signes d'infection.

Peut-on prévenir le croup?

Vous pouvez réduire le risque que votre enfant contracte un virus causant le croup et tombe malade. Vous pouvez aider à prévenir la propagation des infections en prenant les mesures suivantes :

- Lavez-vous les mains et lavez celles de votre enfant souvent avec de l'eau et du savon ou utilisez un désinfectant à base d'alcool (n'utilisez pas ce produit avec les nourrissons, car ils se mettent souvent les mains dans la bouche).
- Apprenez aux enfants plus âgés à couvrir leur bouche lorsqu'ils toussent.
- Ne partagez pas les verres, les tasses et les ustensiles.

- Nettoyez les objets que l'on touche souvent comme les comptoirs, les éviers, les robinets, les poignées de porte, les téléphones, les télécommandes, les interrupteurs d'éclairage, les jouets et les sucres.
- Évitez tout contact avec les personnes malades.
- Si ce n'est pas possible, portez un masque médical. Les adultes et les enfants âgés qui sont malades devraient porter un masque lorsqu'ils sont en présence de nourrissons et de jeunes enfants.
- Assurez-vous que votre enfant a reçu tous les vaccins recommandés, y compris ceux contre la grippe et la COVID-19.

*** Le présent document contient des renseignements généraux, lesquels ne doivent pas être considérés comme étant des conseils destinés à un patient en particulier. Tous les énoncés qui s'y trouvent doivent être interprétés par votre médecin ou thérapeute, qui est au courant du stade et de la gravité de votre trouble médical. De plus, toute mention de produits pharmaceutiques particuliers ne constitue pas un appui de ces produits. Pour obtenir plus de renseignements, visitez notre site Web au www.nbrhc.on.ca/fr/