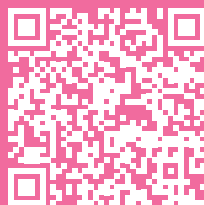


› **CERTAINS SYMPTÔMES DOIVENT AMENER À CONSULTER TRÈS VITE:**

- › Fièvre chez un bébé de moins de 3 mois ou fièvre mal tolérée.
- › Teint pâle ou coloration anormale de la peau.
- › Essoufflement au repos et difficultés respiratoires.
- › Douleurs liées à la respiration ou à la toux, présence de sang ou de crachats purulents.
- › Difficulté à se nourrir, signes de déshydratation modérés à graves.
- › Malaise ou troubles de la conscience, aucune réaction aux stimulations, état amorphe et moins éveillé.
- › Si votre enfant vit avec une maladie chronique ou a un système immunitaire affaibli ou déficient ET présente une température de plus de 38,5 °C.



LA GRIPPE CHEZ L'ENFANT Informations et conseils - Janvier 2025

 **CHL**

 **KANNERKLINIK**  
Centre Hospitalier de Luxembourg

CHL KannerKlinik  
4, rue Ernest Barblé L-1210 Luxembourg  
Tél : +352 44 11 31 33 Fax : +352 44 11 38 02 [www.chl.lu](http://www.chl.lu)



 **CHL**  
 **KANNERKLINIK**

## LA GRIPPE C'EST QUOI?

La grippe est causée principalement par les virus Influenza A et Influenza B.

Les premiers symptômes de la maladie incluent :

- Une sensation de malaise général.
- Une brusque poussée de fièvre.
- Des frissons.
- Des maux de tête et des douleurs articulaires et musculaires.

Ensuite, on observe une majoration des symptômes respiratoires (écoulement nasal, maux de gorge, toux), associés à de la fièvre qui peut persister 8 jours. Des symptômes gastroentérologiques peuvent être associés et sont plus fréquents chez les enfants.

La convalescence dure en moyenne 1 à 2 semaines.

Les infections grippales sont majoritairement bénignes.

Cependant des complications peuvent apparaître. Certaines complications sont fréquentes comme les otites et les pneumonies; d'autres, plus rares, peuvent même être potentiellement graves.

## › TRANSMISSION?

Le virus de la grippe se transmet facilement de personne à personne par :

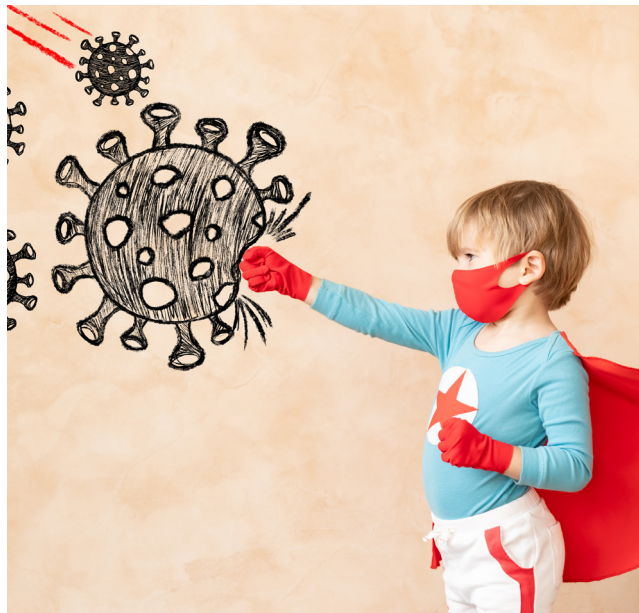
- › Voie aérienne, c'est-à-dire la dissémination du virus dans l'air par l'intermédiaire de quintes de toux, d'éternuements ou de gouttelettes de salive.
- › Le contact direct de moins d'un mètre avec une personne infectée: poignée de main, accolade, baiser, bise...
- › Le contact indirect avec des objets touchés et donc contaminés par la personne malade: poignées de porte, billets de banque,...

## › COMMENT SE PROTÉGER DAVANTAGE CONTRE LA GRIPPE SAISONNIÈRE:

Il est essentiel d'adopter des gestes barrières pour limiter la propagation du virus :

- › Lavez-vous les mains régulièrement avec de l'eau et du savon pendant 30 secondes en frottant soigneusement les paumes, les doigts, le dos des mains et sous les ongles.
- › Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir en papier lorsque vous toussiez ou éternuez. Si vous n'avez pas de mouchoir, utilisez le creux de votre coude.
- › Jetez immédiatement les mouchoirs usagés à la poubelle et lavez-vous ensuite les mains.
- › Évitez les contacts physiques comme les accolades, baisers et poignées de main.
- › Évitez les foules et les rassemblements durant la saison épidémique.
- › Restez chez vous si vous êtes malade pour éviter de contaminer votre entourage.
- › Aérez régulièrement les pièces, au moins 3 à 4 fois par jour pendant 10 minutes.

En respectant ces gestes simples, vous contribuez à protéger votre santé et celle des autres.



## › TRAITEMENT :

On peut soulager les symptômes tels que la fièvre ou les douleurs musculaires avec un médicament à base de paracétamol.

L'aspirine (acide acétylsalicylique) n'est pas recommandée pour les enfants et les adolescents.

Ne pas oublier les lavages de nez fréquents chez les nourrissons.

Pendant toute la durée des symptômes, il faut rester à la maison, boire beaucoup et se reposer.

Certains cas nécessitent la prescription de médicaments antiviraux.

En cas de complications, d'autres traitements peuvent s'avérer nécessaires.

