

Rechercher le soleil en période hivernale ne doit pas faire oublier aux parents que l'enfant occidental en bas âge n'est pas adapté aux chaleurs tropicales, surtout lorsque l'on passe de 0° au départ d'Europe pour arriver à 30° quelques heures plus tard.

PREVENTION :

- Ne jamais laisser un enfant dans un lieu confiné: voiture, caravane, tente, mansarde.
- Les jeunes enfants ne doivent pas sortir aux heures les plus chaudes, mais rester au calme à l'intérieur.
- FAIRE LA SIESTE comme tous les autochtones
- Mettre l'enfant dans la pièce la plus fraîche de l'habitation, la plus ventilée, les fenêtres exposées au soleil occultées.
- Ne pas coucher un enfant sur un matelas ou une alèse en plastique : interposer un drap ou une serviette éponge.
- A la maison, laisser l'enfant peu ou pas vêtu : une simple couche pour le bébé.
- A l'extérieur, vêtements de couleur claire, amples, en fibres naturelles, chapeaux à larges bords et lunettes de soleil quand l'âge le permet sont indispensables.
- Favoriser les jeux d'eau (piscine ou bassins sécurisés) et éviter les jeux épuisants.
- Plusieurs douches par jour, sans savon et sans séchage au sortir du bain
- Utiliser des brumisateurs et gants mouillés.
- Pas de long déplacement
- Faire boire avant, pendant et après tout effort ou exposition aux chaleurs les plus fortes.
- Boissons peu ou pas sucrées, soupe, jus de fruits frais et non glacés à volonté.

« **Le coup de chaleur** » ou **insolation** est une menace permanente et grave, pouvant mettre en jeu le pronostic vital, d'autant plus que l'enfant est petit.

Le visage devient rouge, la peau est chaude, brillante, sèche, s'accompagnant de fièvre.

NE PAS ATTENDRE LA PHASE SUIVANTE : somnolence, voire prostration, céphalées, nausées, vomissements, et parfois déjà convulsions.

Apprécier la température à la paume de la main n'est pas fiable (la chaleur ambiante peut fausser les sensations), UTILISER UN THERMOMETRE est préférable

MESURES D'URGENCE :

- Déshabiller l'enfant.
- Lui faire prendre un bain à une température de 2 à 3° de moins que la sienne, pas plus de 10 minutes par bain.
- Si le bain est impossible, vêtir l'enfant de vêtements imbibés d'eau à une température de 2 à 3° de moins que la sienne.
- Mouiller la tête avec un gant ou une éponge.
- « Brumiser » régulièrement la tête et le cou.
- Ne pas mettre devant une bouche de climatisation.
- Proscrire les sachets de glaçons.
- Le faire boire impérativement à petites gorgées, sans hésiter à le forcer.
- Lui administrer des antipyrétiques par voie orale :
- Paracétamol à la dose de 15 mg par kilo toutes les 6 heures
- Si la fièvre est très élevée, la 1^e prise peut être de 25 mg par kilo.

ATTENTION :

**Soigner la fièvre est nécessaire mais non suffisant.
Une consultation médicale urgente s'impose
même si la fièvre a disparu.**

*Source : Service de médecine interne
et des maladies infectieuses - 08/04/2019*

2/2

COORDONNATEUR
DU CENTRE DE VACCINATIONS
INTERNATIONALES

Pr Firouze BANISADR
fbanisadr@chu-reims.fr

COORDONNÉES

ÉQUIPE

Dr Maxime HENTZEIN
Dr Yohan NGUYEN
Infirmières : Magali THIBAUT/ Astrid LEGALL

RENDEZ-VOUS UNIQUEMENT
Hôpital Robert Debré
Centre de vaccinations
internationales

Au 03 26 78 94 79 :

- Les lundis et mardis de 9h à 12h
- Les vendredis de 9 à 12h

En dehors de ces horaires, il est possible de nous contacter via cette adresse mail : cvi@chu-reims.fr