Mesures que peuvent prendre les parents d'enfants qui présentent un risque élevé de complications liées à la grippe

Les enfants qui souffrent de problèmes de santé chroniques, tels que l'asthme, le diabète, les maladies du cœur, les problèmes de métabolisme, les affections neurologiques et neuromusculaires ou les jeunes filles enceintes présentent un risque plus élevé de souffrir de complications liées à la grippe. De plus, tous les enfants âgés de moins de cinq ans présentent un risque plus élevé de complications liées à la grippe que les enfants plus âgés. Si vous pensez que vos enfants présentent un risque plus élevé de complications liées à la grippe, veuillez consulter un médecin.

Pour éviter que les enfants qui présentent un risque élevé de complications liées à la grippe ne l'attrapent :

- ***Assurez-vous que votre enfant se lave les mains*** pendant 20 secondes avec du savon et de l'eau ou un nettoyant pour les mains à base d'alcool de façon régulière, particulièrement après avoir toussé ou éternué.
- Assurez-vous que votre enfant ***tousse et éternue dans un mouchoir*** ou qu'il utilise le creux de son coude ou son épaule s'il n'a pas de mouchoir.
- ***Gardez votre enfant loin des personnes malades.***
- ***Nettoyez les surfaces et les objets que votre enfant touche fréquemment*** avec les agents nettoyants que vous utilisez habituellement.
- Lorsque la grippe court dans votre collectivité, tenez compte du risque d'exposition pour votre enfant s'il participe à un rassemblement public. Dans les collectivités où la grippe est très présente, ***les personnes à risque de complications liées à la grippe doivent éviter de participer aux rassemblements publics.***
- Si la grippe est grave dans votre collectivité, discutez avec votre médecin et la direction de l'école de votre enfant pour ***élaborer un plan sur la façon de gérer les besoins particuliers de ce dernier.***
- ***Faites vacciner votre enfant*** contre la grippe saisonnière et contre la grippe H1N1 de 2009 si les vaccins sont disponibles.

Comment reconnaître si vos enfants sont malades

Certains enfants peuvent ne pas être en mesure de vous parler de leurs symptômes, ce qui peut entraîner un retard du traitement de leur maladie. Il est important de surveiller attentivement les signes et les symptômes de la grippe, ou les comportements inhabituels qui peuvent être un signe que votre enfant est malade. Les symptômes de la grippe comprennent : fièvre, toux, mal de gorge, nez coulant ou bloqué, courbatures et fatigue. La fièvre est une température prise avec un thermomètre égale ou supérieure à 37,8 degrés Celsius (100 degrés Fahrenheit). Si vous ne pouvez pas prendre sa température, votre enfant peut avoir de la fièvre s'il a chaud, s'il a des rougeurs ou s'il transpire ou frissonne.

Surveillez les signes d'urgence qui nécessitent la consultation d'un médecin. Ces signes comprennent :

- Respiration rapide ou difficultés respiratoires
- Peau qui tire sur le bleu ou le gris
- Consommation insuffisante de liquides

- N'urine pas ou aucune larme lorsqu'il pleure
- Vomissements graves ou continus
- Ne se réveille pas ou ne réagit pas
- L'enfant est si irritable qu'il ne veut pas être pris
- Douleur ou pression dans la poitrine ou l'abdomen
- Étourdissements soudains
- Confusion
- Améliorations des symptômes de la grippe, puis retour de la fièvre et toux encore pire

Veuillez partager ces renseignements avec le professeur et les autres personnes qui s'occupent de votre enfant, afin qu'ils puissent vous aviser si votre enfant ne se sent pas bien.

Conseils pour s'occuper des enfants à risque élevé atteints de la grippe

- ***Communiquez immédiatement avec votre médecin si votre enfant est malade.*** Cette mesure est importante parce que les médicaments antiviraux utilisés pour soigner la grippe fonctionnent mieux s'ils sont pris dans les deux premiers jours qui suivent l'apparition de la grippe. Votre médecin vous indiquera les soins particuliers dont votre enfant a besoin.
- ***Gardez votre enfant malade à la maison*** pendant au moins 24 heures après la disparition de la fièvre ou des symptômes de fièvre (sans utiliser de médicament contre la fièvre). Gardez votre enfant à la maison à moins qu'il ne doive consulter un médecin.
- ***Assurez-vous que votre enfant se repose suffisamment et qu'il boive assez de liquides*** (eau, bouillon, boissons pour sportif, breuvages à base d'électrolytes pour enfant, Pedialyte[MD]) pour prévenir la déshydratation.
- ***Si votre enfant fait de la fièvre, utilisez des médicaments contre la fièvre que votre médecin*** recommande en fonction de l'âge de votre enfant. L'aspirine (acide acétylsalicylique) ***ne doit pas*** être donnée aux enfants ou aux adolescents qui ont la grippe; elle peut entraîner une maladie rare, mais grave, appelée syndrome de Reye.
- ***Gardez votre enfant dans une pièce isolée*** (une chambre pour les malades) de la maison autant que possible pour limiter les contacts avec les autres membres de la famille qui ne sont pas malades. Pensez à désigner une seule personne à titre de soignant principal pour s'occuper de l'enfant malade.

Pour obtenir de plus amples renseignements :

- **Consultez le site Web : www.flu.gov**
- **Communiquez avec le CDC 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 (anglais et espagnol uniquement)**
  - 1 800 CDC-INFO (232-4636)
  - ATS : (888) 232-6348
  - cdcinfo@cdc.gov