

Éviter les infections : Que faire au cabinet du médecin



Société
canadienne
de pédiatrie

English on page 420

Le cabinet des médecins est souvent adapté aux enfants et contient des jeux et des aires de jeux pour les enfants. Grâce à cet endroit agréable, votre enfant s'y sent à l'aise.

En qualité de parent, vous craignez peut-être que votre enfant attrape des microbes au cabinet du médecin, et que ces microbes le rendent malade. C'est possible, mais vous pouvez prendre des mesures pour réduire le risque que votre enfant attrape une infection.

Le cabinet des médecins n'est-il pas rempli de personnes malades?

Les enfants qui vont chez le médecin ne sont pas tous porteurs de microbes nuisibles. Ils sont nombreux à être en bonne santé. Ils peuvent être là pour se faire vacciner ou subir un examen régulier. Certains enfants ont des troubles de santé qui ne se transmettent pas à d'autres.

Bien sûr, certains enfants consultent le médecin parce qu'ils ont le rhume, font de la diarrhée ou ont une éruption. Les infections, notamment le rhume et la diarrhée, sont très courantes chez les jeunes enfants. La plupart sont légères, mais il est possible que votre enfant contracte une infection d'un autre enfant. Votre enfant peut aussi les attraper auprès de ses frères et soeurs ou de ses amis, lors de rencontres familiales, au milieu de garde ou dans d'autres lieux publics. Une étude révèle que les enfants ne risquaient pas davantage de contracter une infection après être allés au cabinet de leur médecin qu'après leurs autres activités habituelles.

Comment puis-je contribuer à éviter que mon enfant contracte une maladie?

Votre médecin tentera de réduire au minimum les contacts de votre enfant avec les sources d'infection en cabinet. Il est toutefois difficile de tenir les enfants éloignés et de les empêcher de partager des jouets lorsqu'ils sont dans une salle d'attente.

Votre enfant ne peut pas éviter tous les microbes, mais les conseils suivants peuvent vous aider à réduire le risque qu'il devienne malade :

- La plupart des infections sont transmises par les mains. Le fait de vous laver les mains et de laver celles de votre enfant constitue le meilleur moyen d'interrompre la transmission des microbes. Lorsque votre enfant est assez âgé, enseignez-lui la technique de lavage des mains et les moments où il doit les laver. Vérifiez s'il y a un lavabo, un désinfectant pour les mains à base d'alcool ou même des lingettes humides dans la salle d'attente. Apportez votre propre désinfectant pour les mains ou vos propres lingettes humides au cas où vous n'y auriez pas accès.
- Lavez-vous les mains et lavez celle de votre enfant :
 - après vous être essuyé le nez ou avoir essuyé le nez de votre enfant;
 - après avoir changé la couche de votre enfant ou l'avoir aidé à aller aux toilettes;
 - avant de nourrir votre enfant ou de manger;
 - après avoir manipulé un téléphone public ou d'autres objets souvent manipulés dans la salle d'attente.
- Les jeunes enfants transmettent des infections parce qu'ils se touchent souvent les uns les autres, qu'ils portent des objets à la bouche et qu'ils se mettent les doigts dans la bouche et dans le nez. Si votre enfant est très jeune, évitez de le laisser jouer avec d'autres jeunes enfants de la salle d'attente et ne lui permettez pas de partager les jouets avec eux. Apportez plutôt son jouet ou son livre favori avec vous. Lorsqu'il est assez âgé, apprenez-lui à ne pas se mettre les doigts dans la bouche ou dans le nez.

- Il est également important de respecter « l'hygiène de la toux » (ou l'étiquette de la toux) pour prévenir la propagation de l'infection. Si votre enfant tousse ou a le rhume, couvrez-lui la bouche et le nez avec un mouchoir lorsqu'il tousse ou qu'il éternue. Si vous avez le rhume, faites de même. Dans certains cabinets, vous trouverez des masques pour vous et votre enfant (s'il est assez âgé pour en porter un) en cas de toux. Après avoir nettoyé le nez de votre enfant ou votre propre nez, déposez les mouchoirs sales dans une poubelle (ou un sac de plastique s'il n'y a pas de poubelle), puis nettoyez-vous les mains et nettoyez celles de votre enfant.
- Si votre enfant a le rhume, qu'il tousse ou a la diarrhée, informez-en la réceptionniste à votre arrivée. Selon son âge et son état, vous serez peut-être invité à un endroit précis de la salle d'attente et devrez empêcher votre enfant de jouer avec les autres. Si votre enfant est atteint d'une maladie très

contagieuse (comme la varicelle ou la rougeole), téléphonez à la clinique avant de vous y rendre parce qu'on vous amènera peut-être dans une salle d'examen dès votre arrivée. Si vous n'êtes pas certain, téléphonez de toute façon!

- Assurez-vous que votre enfant reçoit tous les vaccins systématiques aux âges prévus.
- Si votre enfant est atteint d'une maladie qui le rend particulièrement fragile et vulnérable aux infections, il ne devrait pas partager ses jouets avec d'autres enfants tant qu'il n'est pas assez âgé pour comprendre la manière dont les infections sont transmises, pour éviter de porter les objets à sa bouche et pour savoir qu'il doit se laver les mains après avoir partagé des objets.

Renseignements

- Le lavage des mains des parents et des enfants.
<www.soinsdenosenfants.cps.ca/>

Ces renseignements ne devraient pas remplacer les soins et les conseils médicaux de votre médecin. Ce dernier peut recommander des variations au traitement tenant compte de la situation et de l'état de votre enfant.

Cette information peut être reproduite sans permission et partagée avec les patients et leur famille.

Elle est aussi disponible dans Internet, à <www.soinsdenosenfants.cps.ca>.