

# La sinusite chez l'enfant

Les antibiotiques, parfois gagnants, mais pas tout le temps!



123rf/altanaka

## Qu'est-ce qu'une sinusite?

La sinusite est une inflammation des sinus, souvent logée dans la région du nez. La plupart du temps, elle survient à la suite d'un rhume ou d'allergies. Votre enfant peut avoir plusieurs symptômes dont : des maux de tête, des douleurs au visage, des écoulements nasaux, de la toux et de la fièvre.

## Comment la prévenir?

- Faites vacciner votre enfant selon le calendrier prévu.
- Voyez à ce qu'il se lave les mains après s'être mouché ou s'être touché le visage.
- Offrez-lui un environnement sans fumée.

## Que faire si vous soupçonnez une sinusite?

- Vous pouvez consulter le document « Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans : guide pratique pour les mères et les pères. »
- Dans le doute, vous pouvez également contacter Info-Santé en composant le 811.

## Quoi faire pour soulager les symptômes?

- Augmentez l'humidité dans la maison.
- Si l'enfant en est capable, demandez-lui de se gargariser avec de l'eau salée.

- Rincez le nez de votre enfant avec une solution saline au moins 4 fois par jour et même plus, au besoin.
- Il faut tenter de diminuer la douleur tout en réduisant la fièvre. Pour ce faire, vous pouvez utiliser de l'acétaminophène (ex. : Tyléno<sup>MD</sup>, Tempra<sup>MD</sup> ou générique) ou de l'ibuprofène (ex. : Advil<sup>MD</sup>, Motrin<sup>MD</sup> ou générique) en vente libre.

## Attention!

- Ne donnez pas d'ibuprofène à votre enfant s'il a **moins de 6 mois** ou s'il a de la difficulté à s'hydrater.
- Évitez les médicaments contre la toux si votre enfant est âgé de **moins de 6 ans**.
- Évitez les décongestionnants et les antihistaminiques (ex. : Benadryl<sup>MD</sup>) qui ne sont pas jugés efficaces dans le traitement de la sinusite.

## Pourquoi les antibiotiques ne sont pas toujours gagnants?

- La majorité des sinusites sont causées par des virus et guérissent sans antibiotique en 10 à 14 jours.
- Même les sinusites causées par une bactérie n'ont pas toujours besoin d'antibiotiques.
- Les antibiotiques peuvent lui causer des effets secondaires et contribuer à développer une résistance aux antibiotiques.

## Quand consulter?

<p><u>Je peux attendre</u> pour consulter un médecin si ...</p>	<p>Mon enfant répond <b>À TOUS LES CRITÈRES</b> suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ses symptômes (nez bouché ou qui coule, douleur au visage ou aux dents, toux, perte de l'odorat) durent depuis moins de 14 jours. <b>ET</b></li><li>• Il a une fièvre de moins de 39°C rectal (sauf chez les enfants <b>de moins de 3 mois</b> où il faut consulter dès que la température rectale est à 38 °C et plus). <b>ET</b></li><li>• Il n'a aucune douleur importante. <b>ET</b></li><li>• Il ne présente pas de signes d'infection de la peau (ex. : peau rouge et enflée). <b>ET</b></li><li>• Ses symptômes s'améliorent graduellement.</li></ul>
<p><u>Je consulte</u> un médecin si....</p>	<p>Mon enfant répond à <b>AU MOINS 1 CRITÈRE</b> parmi les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ses symptômes de rhume durent depuis au moins 14 jours sans s'améliorer. <b>OU</b></li><li>• Il a de la fièvre de plus de 39°C rectal (sauf chez les enfants <b>de moins de 3 mois</b> où il faut consulter dès que la température rectale est à 38 °C et plus). <b>OU</b></li><li>• Il a une douleur importante au niveau des sinus. <b>OU</b></li><li>• Il a des signes d'une infection de la peau (ex. : peau rouge et enflée). <b>OU</b></li><li>• Ses symptômes s'étaient améliorés mais ces derniers recommencent et s'aggravent. <b>OU</b></li><li>• Son comportement est inhabituel (ex.: il refuse de manger, il ne joue pas).</li></ul>

### Références :

- Doré, Nicole ; Le Hénaff, Danielle. Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans : guide pratique pour les mères et les pères. Québec, Institut national de santé publique du Québec, 2017. 776 pages.
- INESSS 2016. Rhinosinusite aiguë chez l'enfant. Consulté en ligne le 3 octobre 2017 sur [www.inesss.qc.ca/fileadmin/doc/CDM/UsageOptimal/Guides-serie1/Guide-Rhinosinusite-Enfant.pdf](http://www.inesss.qc.ca/fileadmin/doc/CDM/UsageOptimal/Guides-serie1/Guide-Rhinosinusite-Enfant.pdf).
- Choisir avec soin 2014 : Pour traiter votre sinusite : Ne vous précipitez pas sur les antibiotiques!\* Consulté en ligne le 3 octobre 2017 sur <https://choisiravecsoin.org/pour-traiter-votre-sinusite/>
- <http://kidshealth.org/en/parents/sinusitis.html#>

OU-16-111