



La gastroentérite

Qu'est-ce que la gastroentérite?

La gastroentérite, communément appelée gastro, est une infection de l'estomac et de l'intestin. Elle est souvent due à un virus, mais elle peut parfois être causée par une bactérie ou un parasite.

Quels sont les symptômes?

La gastro se manifeste par de la diarrhée, des nausées, des vomissements et des maux de ventre. Elle peut également s'accompagner de fièvre, de maux de tête et, plus rarement, de sang ou de mucus dans les selles.

Combien de temps durent-ils?

Les symptômes de la gastro causée par un virus durent habituellement de 24 à 72 heures. Lorsqu'elle est causée par une bactérie ou un parasite, la durée des symptômes est généralement plus longue.

Quelles sont les complications?

La principale complication est la déshydratation. Dans ce cas, l'enfant urine moins, il pleure sans larmes, il a la bouche et les lèvres sèches et collantes, ses yeux sont cernés ou semblent enfoncés et il est somnolent.

Pendant une gastro, il est essentiel de se réhydrater et de bien s'alimenter. Pour plus d'information, consultez les pages du Portail santé mieux être : [S'hydrater et se réhydrater pendant une gastro-entérite](#) et [S'alimenter pendant une gastro-entérite](#).

Comment se transmet-elle?

La gastro se transmet :

- Par contact avec les mains et les objets souillés par les selles ou les vomissements des personnes infectées;
- Par les aliments contaminés par les mains des personnes infectées;
- En respirant des gouttelettes projetées dans l'air, par exemple lors des vomissements.

Quelle est la période de contagion?

La période de contagion correspond généralement au moment où les symptômes sont les plus intenses, mais peut se prolonger au-delà de cette phase.

Y a-t-il un traitement?

Il n'y a pas de traitement spécifique pour la gastroentérite virale. Cependant, dans certains cas, la gastro causée par une bactérie ou un parasite peut nécessiter un traitement.

L'enfant doit-il être exclu du service de garde?

- L'enfant doit être exclu :
 - S'il est incapable de participer aux activités de son groupe;
 - S'il a vomi deux fois ou plus durant les dernières 24 heures;
 - Si ses selles ne peuvent pas être contenues dans la couche ou que l'enfant est incontinet;
 - Si ses selles contiennent du sang ou du mucus;
 - S'il fait de la fièvre.
- Les activités de baignade sont à éviter jusqu'à la disparition des symptômes.

La prévention

La gastro est très contagieuse. Le meilleur moyen de la prévenir est de se laver les mains souvent. Il faut aussi bien nettoyer les jouets, les sièges de toilette, les tables à langer, les poignées de porte, les robinets et tout ce qu'on touche fréquemment.

Le rotavirus est le virus qui cause le plus souvent la gastro chez les enfants. Le vaccin contre ce virus administré aux nourrissons est le meilleur moyen de les protéger.

Pour plus d'information, notamment *Quand consulter*, visitez le Portail santé mieux-être au :

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/grippe-rhume-et-gastro/gastro-enterite/>





La grippe

Qu'est-ce que la grippe?

La grippe est une infection des voies respiratoires causée par le virus influenza.

Quelles sont les symptômes?

Les symptômes de la grippe débutent soudainement et sont principalement la fièvre élevée et la toux pouvant être accompagnées de douleurs aux muscles, de frissons, d'écoulement nasal, de maux de gorge, de maux de tête et de fatigue importante. Chez les enfants, les vomissements, les douleurs abdominales et la diarrhée sont plus fréquents et la fièvre est élevée. Chez le très jeune enfant, les symptômes peuvent être plus vagues.

Comment se transmet-elle?

La grippe est très contagieuse. Elle se transmet :

- Par les gouttelettes projetées lors de la toux et des éternuements;
- Par contact avec la personne malade, comme lors des câlins;
- Par l'intermédiaire des objets ou des surfaces contaminés par la personne malade.

Le virus influenza peut survivre jusqu'à 5 minutes sur la peau, quelques heures dans les sécrétions séchées et 2 jours sur les objets. On peut l'attraper lorsqu'on porte la main au nez, à la bouche ou aux yeux après avoir serré la main d'une personne grippée ou après avoir manipulé des objets qu'elle a touchés.

Quelle est la période de contagion?

La période de contagion commence 24 heures avant le début des symptômes et se poursuit jusqu'à 7 jours après. Cette période peut être plus longue chez les jeunes enfants.

Quelles sont les complications?

La grippe peut entraîner une otite, une sinusite, une pneumonie ou une bronchite.

Y a-t-il un traitement?

La plupart des enfants et des adultes en bonne santé guérissent par eux-mêmes au bout de 5 à 7 jours. Toutefois, la toux et la fatigue peuvent durer jusqu'à 2 semaines et plus. Dans tous les cas :

- On veillera à ce que l'enfant boive souvent;
- On lui donnera un médicament contre la fièvre au besoin;
- Si nécessaire, on utilisera une solution saline dans les narines; chez le jeune enfant, on aspirera les sécrétions nasales avec une petite pompe spéciale vendue en pharmacie.

L'enfant doit-il être exclu du service de garde?

L'enfant ne sera exclu que s'il ne peut suivre les activités de son groupe ou si, entre autres, il présente de la fièvre avec atteinte de l'état général, de la somnolence, de l'irritabilité, des pleurs persistants, de la difficulté à respirer ou des signes de déshydratation.

La prévention

Pour prévenir la transmission de la grippe, on doit renforcer les mesures suivantes :

- Le lavage des mains;
- L'hygiène respiratoire, soit tousser et éternuer dans un mouchoir ou dans le pli du coude;
- Le nettoyage des objets et des surfaces, particulièrement ceux que l'on touche fréquemment ou qui sont souillés par des sécrétions;
- La vaccination : le vaccin contre la grippe est gratuit, entre autres, pour toute personne âgée de 6 mois et plus ayant une maladie chronique ainsi que pour les personnes résidant sous le même toit ou prodiguant des soins aux enfants de moins de 6 mois et à ceux atteints d'une maladie chronique. Le vaccin est également gratuit pour les femmes enceintes en bonne santé aux 2^e et 3^e trimestres de la grossesse.

Le saviez-vous?

- Il ne faut pas utiliser de médicaments contre la toux et le rhume chez les enfants de moins de 6 ans et on doit les utiliser avec prudence chez les enfants de 6 ans et plus.
- On ne doit pas donner d'ibuprofène à un bébé de moins de 6 mois.
- L'acide acétylsalicylique, comme l'Aspirine®, n'est pas recommandé chez un enfant ou un adolescent sans l'avis d'un médecin ou d'un pharmacien.



Image tirée de www.pixabay.com

Pour plus d'information, consultez le Portail santé mieux-être au :

<http://www.quebec.ca/sante/problèmes-de-sante/grippe-rhume-et-gastro/grippe-influenza/>

En tout temps, pour des conseils sur la santé, contactez Info-Santé au 811