

Le traitement de la virose ORL chez l'enfant

Rédaction : Dr Marthe Knops – Cellule Petite Enfance – Société Scientifique de Médecine Générale – Juin 2024



Les virus ORL (nez, gorge, oreilles) sont très fréquents chez les enfants pendant les mois d'automne et d'hiver. Ils sont banals mais peuvent être très gênants.

Les symptômes les plus fréquents sont un nez qui coule et/ou qui est bouché, un mal de gorge, une toux souvent grasse et de la fièvre.

Comment traiter ces infections ?



Le traitement des virus ORL est symptomatique, c'est-à-dire que leur but est d'augmenter le confort de l'enfant. L'immunité de l'enfant combat le virus dans la très grande majorité des cas.

- ◆ **La fièvre** : fréquente mais pas systématique, la fièvre peut accompagner une infection ORL. Si la fièvre est gênante, le premier choix de médicament sera le paracétamol (Dafalgan®, Perdolan®), en sirop ou suppositoire. Les préparations à base d'ibuprofène (comme le Nurofen®) sont à éviter si possible, car le risque d'effet secondaire est plus important.
- ◆ **Le mal de gorge** : les boissons chaudes en début de repas ou les antidouleurs (paracétamol) peuvent aider à diminuer la douleur et permettre à l'enfant de manger. De nombreux sprays et pastilles existent en pharmacie. La plupart de ces médicaments ne sont pas autorisés avant 6 ans. Chez les enfants plus grands, ils peuvent être utilisés de façon occasionnelle et courte. Leur utilisation ne diminuera pas la durée des symptômes.
- ◆ **Congestion nasale** : Le premier traitement du nez bouché est le rinçage au sérum physiologique. Ces rinçages doivent être fréquents (car votre enfant ne sait pas encore se moucher aussi

efficacement qu'un adulte) et peut se faire à l'aide d'une flapule individuelle, d'une seringue avec embout nasal ou d'un spray selon l'âge.

Les médicaments décongestionnants nasaux disponibles en pharmacie sont à limiter au maximum et à ne jamais utiliser plus de 5 jours consécutifs.

- ◆ **La toux** : la toux est due à l'irritation causée par le virus lui-même ou par les sécrétions nasales qui coulent à l'arrière du nez vers la gorge (ce qu'on appelle la rhinorrhée postérieure). Le premier traitement de la toux est donc le même que celui de la congestion nasale : les rinçages au sérum physiologique. Outre cela, voici quelques autres conseils qui peuvent limiter la toux :

- › Surélever la tête de lit, pour limiter la rhinorrhée postérieure.
- › Assurer un environnement sain : aérer régulièrement,
- › Ne pas surchauffer la maison, ne pas fumer à l'intérieur.



Les sirops antitussifs n'ont pas leur place dans le traitement de la toux de l'enfant : ils sont **interdits avant 6 ans, et déconseillés avant 12 ans**. Si la toux est productive ou grasse, les sirops sont inutiles : la toux est un mécanisme protecteur en cas de production de sécrétions.



Quand faut-il (re)voir votre médecin ?

- ◆ En cas de fièvre chez un nourrisson de moins de 3 mois
- ◆ Si l'enfant a des difficultés à ouvrir la bouche ou à avaler sa salive
- ◆ En cas de fièvre persistante ou aggravation des symptômes après plusieurs jours
- ◆ En cas de toux de plus de 4 semaines : il faudra alors envisager d'autres causes qu'un virus.

Image : Freepik.com

Sources : www.cbip.be