

ÊTRE PARENT, ÇA PEUT ÊTRE STRESSANT!

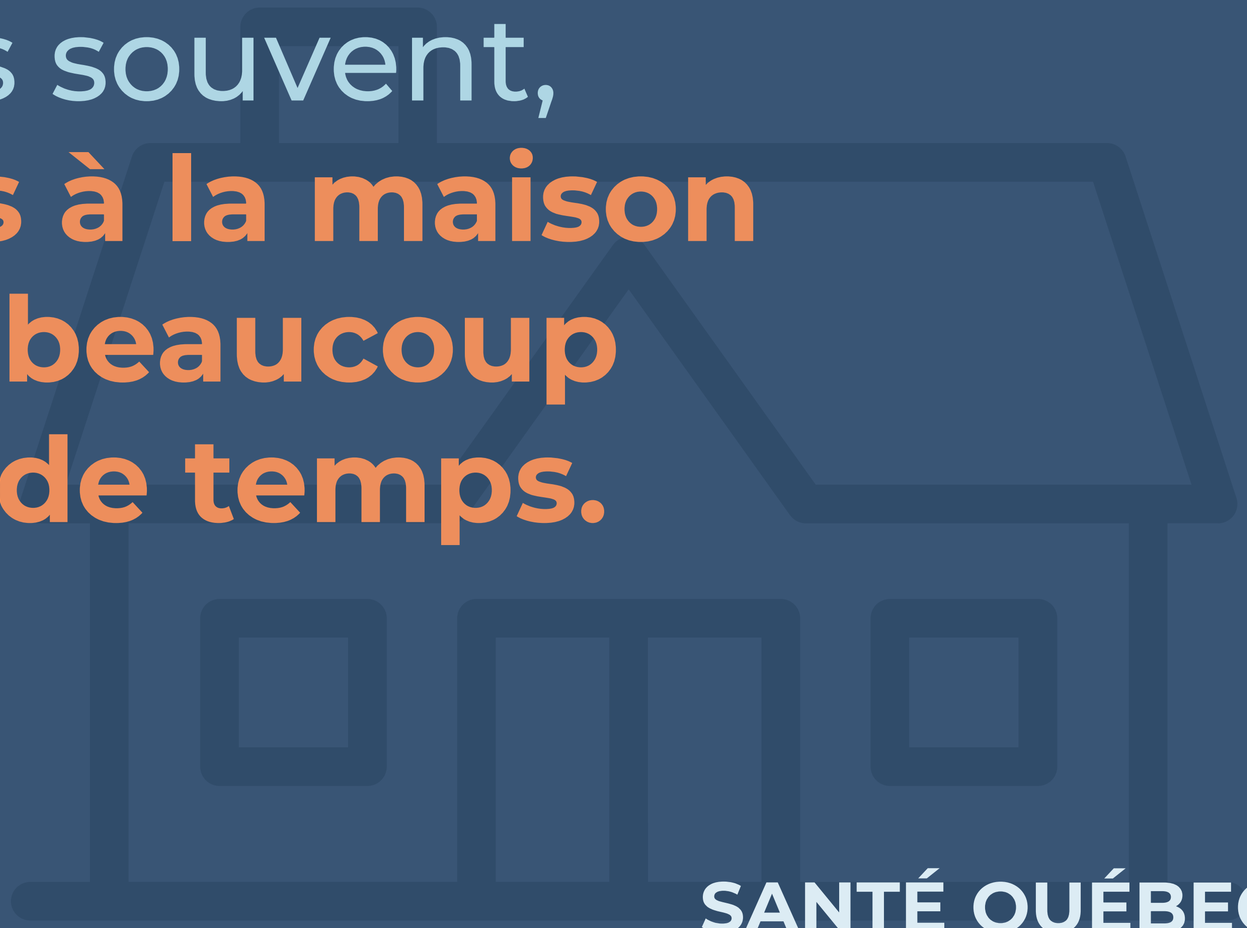
Encore plus quand notre enfant est malade.

On vous comprend!

Un petit bobo peut sembler grand,
mais il se soigne souvent simplement.

SANTÉ QUÉBEC

C’est normal quand on est inquiet de vouloir se rendre à l’urgence, mais souvent, de **simples soins à la maison peuvent sauver beaucoup d’inquiétude et de temps.**



SANTÉ QUÉBEC

GRIPPE – RHUME – TOUX – NEZ BOUCHÉ



Avez-vous privilégié la douche nasale?

C’est un petit geste qui a un grand effet et qui peut empêcher une infection de dégénérer ou qui peut éviter bien des infections.

SANTÉ QUÉBEC

FIÈVRE

Impressionnante, mais bien souvent de courte durée.

Pour contrer la fièvre à la maison :



- favorisez le repos de votre enfant;
- habillez-le légèrement;
- gardez-le dans une pièce aérée dont la température se situe autour de 20 °C;
- donnez-lui régulièrement à boire.

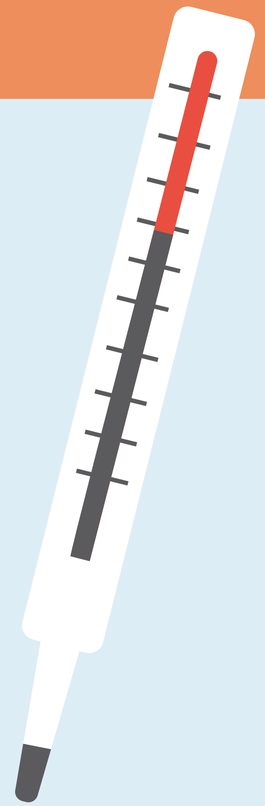
SANTÉ QUÉBEC

En cas de fièvre, il est important de consulter si :

- l’enfant a **moins de 3 mois**. S’il a reçu un vaccin dans les 48 dernières heures, il est recommandé d’appeler Info-Santé 811 avant de consulter un médecin;

ou

- une **fièvre de 38,5 °C (101,3 °F) et plus** dure depuis plus de trois jours malgré la prise de médicaments contre la fièvre.



SANTÉ QUÉBEC



GORGE TRÈS, TRÈS DOULOUREUSE?

Avez-vous pensé au streptocoque?

Pas besoin d’attendre pour un dépistage.

Prenez un rendez-vous sur Clic Santé pour être testé par une infirmière très rapidement.

Peu importe le résultat, elle pourra vous orienter vers les bons soins.

SANTÉ QUÉBEC

LA GASTROENTÉRITE

Celle-dont-on-ne-prononce-pas-le-nom.

Hydrater! Hydrater!
Et réhydrater! Gorgées fréquentes, patience et câlins : c’est souvent, tout ce qu’il faut pour guérir à la maison.



SANTÉ QUÉBEC



AVANT L'URGENCE : LE 811, OPTION 1

Un simple appel

Info-Santé 811, option 1 peut vous rassurer ou vous guider vers la bonne ressource.

SANTÉ QUÉBEC

VOTRE PHARMACIEN

Un **professionnel de confiance** :
il peut conseiller, proposer des traitements mineurs et soulager rapidement.



Résultat :

Moins d’attente, moins de tracas et un soulagement plus rapide pour votre enfant.

SANTÉ QUÉBEC

Des conseils santé peuvent vous donner les bons outils pour soulager vos tout-petits.

sante.quebec/hiver/enfants

SANTÉ QUÉBEC

VOTRE INSTINCT DE PARENT VOUS GUIDE

Soins à la maison, bonnes ressources… et parfois l’urgence.

Vous connaissez votre enfant mieux que quiconque.

Faites-vous confiance.

Québec

Santé Québec

GRIPPE – RHUME – TOUX – NEZ BOUCHÉ



L’urgence est la bonne place si l’enfant :

- respire mal (très rapide, creux entre les côtes, lèvres bleues);
- est très somnolent ou difficile à réveiller;
- a une douleur intense à la poitrine ou aux oreilles;
- fait de la fièvre depuis plusieurs jours ou son état se détériore.

SANTÉ QUÉBEC

LA GASTROENTÉRITE

L’urgence est la bonne place si l’enfant :



- refuse de boire depuis plus de 4 à 6 heures;
- présente des signes de déshydratation qui s’aggravent malgré les conseils de réhydratation;
- est confus, étourdi ou a mal à la tête.

SANTÉ QUÉBEC