

Bien dégager le nez des bébés



Les jeunes enfants ne sont capables de se moucher seuls qu'à partir de l'âge de 2 ou 3 ans. Cependant, un nez bouché peut créer de sérieux problèmes chez les nourrissons et les enfants. Il est dès lors important de veiller à une bonne hygiène quotidienne pour leur petit nez, d'autant plus en cette période automnale.

Aspiration des sécrétions nasales

Quand les nourrissons ou les jeunes enfants sont enrhumés, les sécrétions s'accumulent dans leur nez, puisqu'ils ne sont pas encore capables de se moucher seuls. Dès lors, leur nez se bouche, ce qui peut avoir de graves conséquences pour leurs voies respiratoires et leurs oreilles. Les enfants respirent difficilement, dorment mal, ont peu d'appétit ... De plus, les nourrissons n'ont pas encore acquis le réflexe de respirer par la bouche.

L'hygiène nasale quotidienne a donc une grande importance. Il est conseillé de commencer par laver le nez avec une solution physiologique et d'aspirer ensuite les sécrétions à l'aide d'un mouche-bébé.

Lavage du nez

Les solutions physiologiques conviennent aux nourrissons et aux jeunes enfants. Elles aident à libérer les mucosités et les sécrétions nasales, mais aussi les croûtes nasales dues à l'assèchement des muqueuses, par exemple lorsque l'air est sec ou s'il contient de la poussière. Elles se composent d'eau et de chlorure de sodium (sel) à 9 g par litre. Cette concentration, qui se rapproche de celle du sang et de la lymphe, est parfaitement compatible avec les tissus biologiques.

Il en existe deux sortes :

- Les solutions physiologiques isotoniques contiennent autant de chlorure de sodium que le liquide corporel. C'est pourquoi elles sont tout à fait appropriées pour laver et moucher le nez quotidiennement, mais aussi pour laver les yeux et les oreilles, ainsi que pour nettoyer de petites plaies.
- Les solutions physiologiques hypertoniques contiennent, quant à elles, plus de chlorure de sodium que le tissu nasal, ce qui va permettre, grâce au principe de l'osmose, de dégonfler le nez. Bref, l'idéal pour les petits nez bouchés.

Certaines marques proposent ces produits en ampoules à usage unique, ils sont dès lors tout à fait stériles et hygiéniques.

Les sprays nasaux à base d'eau de mer stérile conviennent aux enfants et aux nourrissons dès 6 mois et permettent de déboucher le nez naturellement. Ils peuvent être utilisés pendant de longues périodes sans



Aspiration des sécrétions nasales

Pour aspirer les sécrétions nasales des nourrissons et des jeunes enfants, l'utilisation d'un mouche-bébé manuel ou électrique s'impose. Ces appareils sont généralement dotés d'une tête ergonomique qui s'adapte parfaitement aux narines du nourrisson et d'embouts jetables, un plus pour l'hygiène.

Demandez conseil à votre pharmacien.