

COMMENT MOUCHER BÉBÉ ?

3. Lavage du nez par instillation de sérum physiologique

(disponible en pharmacie ou en grande surface) à température ambiante (dosettes à usage unique de 5ml). La pression doit être suffisante pour que le mouchage soit efficace. Le principe est de mettre quelques gouttes de sérum physiologique dans la narine du haut afin que le liquide coule par la narine du bas. Si l'on observe que le liquide ne s'écoule pas par la narine du bas, il convient de changer la tête de Bébé de côté et de faire la même chose avec l'autre narine.



4/ Mouchage narine par

narine par des techniques qui peuvent vous être enseignées par votre masseur-kinésithérapeute ou votre médecin.

NB: l'utilisation du mouche-bébé reste controversée; cette technique permet de désencombrer les narines mais pas les fosses nasales; de plus le risque de surinfection est à prendre en considération. Enfin, son utilisation reste très invasive: il n'est en effet pas rare que les narines de Bébé soient blessées.

Imprimé par nos soins—Ne pas jeter sur la voie publique—Octobre 2017

Le nez est la « porte d'entrée » des poumons où vont pouvoir se faire les échanges respiratoires. Bébé respire principalement par le nez. Si le nez de Bébé reste bouché trop longtemps, cela peut entraîner une **détresse respiratoire**. Il est donc primordial de veiller à bien maintenir ce passage ouvert afin qu'il puisse respirer correctement. Le **mouchage correct** du nez de Bébé va éviter la propagation des virus ou bactéries vers les poumons et joue un rôle essentiel dans la **prévention des affections respiratoires du nourrisson** (bronchiolite...).

A VOUS DE JOUER !



Indications

Lorsque votre bébé a le nez bouché, ou qui coule, et qu'il est trop petit pour se moucher seul de manière efficace, le lavage du nez facilitera la respiration donc Bébé s'alimentera mieux, dormira mieux, il sera plus en forme, et vous aussi !

N'oubliez jamais que Bébé est une personne et qu'il convient de lui expliquer ce que vous allez faire pour qu'il se sente en sécurité.

De 0 à 5/6 mois je respire essentiellement par le nez

Je suis enrhumé

Je respire mal
Je tête mal
Je dors mal
Je suis grognon
Je suis fatigué
Mes parents aussi !

Pour dégager le nez de bébé

Installez bébé sur un côté, mettez quelques gouttes de sérum physiologique dans la narine supérieure avec la pipette.

Fermez la bouche. Soit bébé souffle et les sécrétions sortent avec le sérum, soit bébé renifle et avale les sécrétions qui seront digérées.

Mon nez est dégagé

Je respire bien
Je tête bien
Je dors bien
Je suis souriant
Je suis en forme
Mes parents aussi !

Tournez bébé, faites la même chose de l'autre côté.

NB : on peut utiliser un mouche bébé pour aspirer les sécrétions.

Principes

Le mouchage doit être fréquent (**6 à 8 fois par jour**) et la technique rigoureuse :

1/ **Lavage minutieux des mains**: à l'eau et au savon ou à l'aide d'une solution hydro-alcoolique.

Comment se laver les mains

1 Mouillez vos mains

2 Savon liquide

3 Moussez, frottez - 20 sec

4 Rincez - 10 sec

5 Sechez vos mains

6 Fermez le robinet

N'OUBLIEZ PAS DE LAVER:

- entre vos doigts
- sous vos ongles
- et le dessus de vos mains

2/ **Position de Bébé**: placez votre enfant sur le dos en maintenant sa tête sur le côté ou mettez le directement sur le côté, afin d'éviter tout risque d'inhalation du sérum physiologique.