



Voyager avec des enfants Travelling with Children

Les enfants de moins de 7 ans courent un plus grand risque d'être malades en voyageant dans les pays tropicaux ou en développement. Avant de partir, consultez votre médecin ou le personnel de la clinique de voyage.

Que devrais-je apporter?

- De l'insectifuge contenant du DEET ou de l'icaridine sous forme liquide ou en crème et non pas en aérosol
- Une solution de réhydratation à administrer par voie orale et des comprimés désinfectants pour l'eau.
- Des médicaments contre la fièvre recommandés par votre médecin
- Des chaussures confortables fermées à l'avant, des vêtements de coton amples et un chapeau de soleil si vous voyagez dans un pays chaud.
- Un écran solaire à l'épreuve de l'eau avec un FPS de 30 ou plus.
- Le siège de voiture de votre enfant. Il peut être utilisé dans l'avion s'il occupe son propre siège à bord.

Puis-je voyager par avion avec mon bébé?

Ne voyagez pas en avion avec un nouveau-né prématuré ni un nourrisson de moins de 7 jours.

Pendant le décollage et l'atterrissage, allaitez votre bébé ou nourrissez-le au biberon. Cela lui permet d'avaler et prévient ainsi les douleurs aux oreilles.

De quels vaccins mon enfant a-t-il besoin?

Assurez-vous auprès de son professionnel de santé habituel que les vaccinations de routine de votre enfant sont à jour. Rendez-vous aussi dans une clinique de voyage au moins 6 à 8 semaines avant le départ.

Des vaccins de voyage peuvent être recommandés en fonction de la destination, des activités prévues, de la durée du séjour et de l'âge de l'enfant. Apportez le carnet de vaccination de votre enfant. Ces vaccins peuvent comprendre combattre les infections suivantes :

- l'hépatite A
- l'hépatite B
- le méningocoque
- la diarrhée du voyageur et le choléra

- la typhoïde
- la fièvre jaune
- l'encéphalite japonaise
- la rage
- la grippe

Si vous voyagez dans une région où la rougeole est présente, le vaccin ROR (rougeole, oreillons, rubéole), qui est administré au Canada à l'âge de 12 mois, peut être administré aux bébés dès l'âge de 6 mois. Il faut administrer deux doses supplémentaires du vaccin de la rougeole dès que l'enfant atteint l'âge de 12 mois pour assurer la durabilité de son immunisation.

Certains vaccins ne doivent pas être administrés aux nourrissons et aux jeunes enfants. Consultez votre médecin, votre clinique de voyage ou votre infirmière de santé publique à propos des risques d'infection pendant le voyage.

Comment puis-je prévenir la maladie?

L'allaitement est le meilleur moyen de réduire le risque des maladies d'origine alimentaire ou transmises par l'eau.

L'eau servie aux jeunes enfants devrait être purifiée (bouillie et refroidie) avant d'être consommée. Cela comprend l'eau utilisée pour diluer les jus ou préparer le lait maternisé.

Envisagez d'utiliser du lait maternisé en conserve pour les voyages de courte durée.

Comment puis-je protéger mon enfant de la malaria?

Le paludisme (ou malaria) est une maladie causée par des piqûres de moustiques et de minuscules parasites qui pénètrent dans le système sanguin. La meilleure façon de la prévenir est d'éviter de se faire piquer par des moustiques.

Si c'est possible, n'emmenez pas de bébés ni de jeunes enfants aux endroits où sévit la malaria. Ses effets sont plus graves pour les enfants que pour les adultes. On trouve peu d'antipaludiques conçus pour les enfants.

Les bébés nourris au sein par une mère prenant un antipaludique doivent aussi recevoir un traitement, car le médicament se transmet très peu par le lait maternel. Les enfants devraient dormir dans des chambres dont les fenêtres sont dotées de moustiquaires ou, si possible, sous des moustiquaires pour lit. Il faudrait utiliser des moustiquaires avec les porte-bébés.

Si vous allez dehors entre le crépuscule et l'aube, portez un haut à manches longues et un pantalon. Utilisez un chasse-moustiques sur toutes les parties de peau exposées. Les insectifuges les plus efficaces contiennent un produit appelé DEET ou de l'icaridine. On recommande plutôt l'icaridine pour les enfants de 6 mois ou plus.

Au Canada, les produits à base de DEET ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de 2 ans. Cependant, pour les enfants de 6 mois à 2 ans vivant ou voyageant dans une région où sévit la malaria, les risques de maladie grave sont supérieurs aux risques liés à l'utilisation appropriée d'insectifuges à base de DEET.

Pour de plus amples renseignements sur les insectifuges, dont des recommandations spécifiques pour les enfants de moins de 2 ans, consultez [HealthLinkBC File n° 96 Les insectifuges et le DEET](#).

Comment puis-je prévenir la diarrhée du voyageur?

Il existe un vaccin contre la diarrhée du voyageur causée par l'*E. coli* entérotoxigène. Il protège aussi du choléra. Pour de plus amples renseignements, consultez [HealthLinkBC File n° 41k Le vaccin contre la lambliaose et le choléra](#).

Le vaccin actuel protège d'un seul type de bactérie qui cause la diarrhée du voyageur. Le meilleur moyen de la prévenir est d'adopter de bonnes pratiques d'hygiène personnelle et d'être prudent avant de consommer une boisson ou un aliment. Pour des conseils sur le lavage des mains, consultez [HealthLinkBC File n° 85 Lavage des mains pour les parents et les enfants](#).

Comment puis-je traiter la diarrhée du voyageur?

Les enfants de moins de 2 ans qui ont une forte diarrhée devraient recevoir des soins médicaux. Amenez immédiatement votre enfant chez un professionnel de santé dans les cas suivants :

- déshydratation
- diarrhée sanguinolente

- diarrhée accompagnée d'une forte fièvre ou vomissements persistants
- si l'emploi d'une solution orale de réhydratation n'a aucun effet.

Puisque, dans certains cas, la diarrhée peut indiquer la présence d'une autre infection (comme la malaria), il est important de consulter un professionnel de santé, de discuter des symptômes de l'enfant et de lui dire de quel pays vous arrivez.

Ne donnez pas d'antibiotiques ni d'autres médicaments aux enfants pour arrêter la diarrhée, à moins qu'un médecin ne vous l'ait conseillé. N'employez pas de sous-salicylate de bismuth (comme Pepto-Bismol) pour traiter la diarrhée d'un enfant. Les mères allaitantes devraient aussi éviter ce produit. Si votre enfant en a pris et se met à se conduire de façon inhabituelle (en plus d'éprouver des nausées et de vomir), appelez votre professionnel de santé. Ces symptômes pourraient être un signe avant-coureur du syndrome de Reye, maladie rare mais grave. Pour en savoir plus sur, consultez [HealthLinkBC File n° 84 Le syndrome de Reye](#).

La déshydratation causée par la diarrhée est plus grave chez les enfants, car ils se déshydratent plus vite que les adultes. Il est essentiel de consommer beaucoup de liquide dès les premiers symptômes, quitte à boire une solution orale de réhydratation.

Continuez d'allaiter ou de donner du lait maternisé malgré la maladie, en plus de boire ou de faire boire une solution orale de réhydratation. Les enfants sevrés devraient continuer de prendre des aliments solides en plus d'une solution orale de réhydratation.

Pour de plus amples renseignements

Pour de plus amples renseignements, consultez les fiches HealthLinkBC suivantes :

- [HealthLinkBC File n° 41e La diarrhée du voyageur](#)
- [HealthLinkBC File n° 41f Se protéger contre le paludisme](#)
- [HealthLinkBC File n° 41k Le vaccin contre la lambliaose et le choléra](#)
- [HealthLinkBC File n° 99 Comment prendre la température : Enfants et adultes](#)

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le 8-1-1 (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.