

Voyager avec des enfants Travelling with Children

Les enfants 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 santé-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 (facteur de protection contre le soleil) de 30 ou plus
- Le siège de voiture de votre enfant. Il pourrait être en mesure de l'utiliser 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 de l'avion, 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. Consultez une clinique santé-voyage au moins 6 à 8 semaines avant le départ.

La clinique santé-voyage peut vous recommander des vaccins de voyage 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 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

Lorsque vous voyagez dans une région où la rougeole est présente, les nourrissons peuvent recevoir le vaccin ROR (rougeole, oreillons, rubéole) dès l'âge de 6 mois. Ils le reçoivent généralement à l'âge de 12 mois au Canada.

Il faut administrer deux doses supplémentaires du vaccin de la rougeole dès que l'enfant atteint l'âge de 12 mois. Cela assure la durabilité de son immunité.

Les nourrissons et les jeunes enfants ne devraient pas recevoir certains vaccins. Consultez votre médecin, votre clinique santé-voyage ou votre infirmier de santé publique à propos des vaccins dont vous avez besoin et 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 enfants devrait être purifiée (bouillie et refroidie) avant d'être consommée. Cela comprend l'eau utilisée pour diluer les jus ou préparer la préparation pour nourrisson.

Envisagez d'utiliser de la préparation pour nourrisson prête à servir 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 les piqûres de 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. Essayez d'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 surfaces de peau exposées. Les insectifuges les plus efficaces contiennent un produit appelé DEET ou de l'icaridine. On recommande l'icaridine plutôt que le DEET pour les enfants de 6 mois ou plus.

Au Canada, les produits comprenant plus de 10 % de DEET ne sont pas recommandés pour les enfants de moins de 12 ans. 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 résidant 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. Les enfants de moins de 2 ans ne devraient pas recevoir le vaccin. Pour de plus amples renseignements sur ce vaccin, consultez [HealthLinkBC File n° 41k Le vaccin contre la diarrhée du voyageur et le choléra](#).

Le vaccin actuel ne protège que contre un seul type de bactérie à l'origine de la diarrhée du voyageur. Le meilleur moyen de prévenir la diarrhée du voyageur est d'adopter de bonnes pratiques d'hygiène personnelle (nettoyage) et de faire attention à ce que vous mangez et buvez. Pour des conseils sur le lavage des mains, consultez [HealthLinkBC File n° 85 Le lavage des mains : freinez la propagation des germes](#).

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 de 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. Discuter des symptômes de l'enfant et n'oubliez pas de l'informer de l'endroit où vous avez voyagé ou résidé.

Ne donnez pas d'antibiotiques ni d'autres médicaments aux enfants pour arrêter la diarrhée, à moins qu'un fournisseur de soins de santé 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 le sous-salicylate de bismuth. 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 fournisseur de soins de santé. Ces symptômes pourraient être un signe avant-coureur du syndrome de Reye, maladie rare, mais grave. Pour en savoir plus sur ce syndrome, 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 de la préparation pour nourrisson 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 obtenir de plus amples renseignements

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

- [HealthLinkBC File n° 41e La diarrhée du voyageur](#)
- [HealthLinkBC File n° 41f Prévention du paludisme](#)
- [HealthLinkBC File n° 41k Le vaccin contre la diarrhée du voyageur 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.