

VARICELLE

Votre enfant a la Varicelle ? Pas de panique. Adoptez les bon gestes.

A savoir

La varicelle est une maladie fréquente chez l'enfant dûe au virus VZV Varicelle-Zona. Elle touche principalement les jeunes enfants de moins de 10 ans, plus rarement les adultes. L'enfant est contagieux **2 jours** avant les symptômes et jusqu'à ce que toutes les lésions soient croûteuses.

Elle se caractérise par une fièvre modérée (38°C) accompagnée parfois de fatigue ou de maux de tête. Puis éruption de vésicules d'abord sur le thorax, puis les épaules, le dos et le cuir chevelu. Remplies d'un liquide clair riche en virus, ces vésicules de la taille d'une tête d'épingle provoquent d'intenses démangeaisons. Elles sèchent et forment en 24 heures une croûte qui tombe après une dizaine de jours.

Les boutons peuvent s'infecter et, en cas de grattage, les boutons peuvent laisser des cicatrices. Les poussées se succèdent généralement sur 3 ou 4 jours.

Le virus est transmis par voie respiratoire (toux, éternuement) ou par contact direct avec les vésicules.



Nos conseils

- ▶ Consultez systématiquement le médecin, pour confirmer le diagnostic.
- ▶ **Pour soulager la fièvre** : donnez-lui du Paracétamol (Doliprane ® ou Dafalgan ® Suspensions pédiatriques) toutes les 6 heures.
- ▶ **Lutter contre les démangeaisons** : Un anti-histaminique peut être prescrit par le médecin. (ex : Primalan ®) mais d'autres produits peuvent être utilisés (ex : Poxclin ®, ...)
- ▶ **Assécher les lésions** avec des produit asséchant : Cicalfate Lotion ® Cicabio Lotion ®, ...
- ▶ Pour éviter que les boutons ne s'infectent, **désinfectez chaque bouton** avec une compresse imprégnée d'une solution à base de Chlorhexidine (ex : Biseptine ®, Diaseptyl ® Dosiseptine ®, ...) matin et soir.
- ▶ **Homéopathie** : Rhus toxicodendron 7CH pendant la phase éruptive 3 granules 3 fois par jour, Mezereum 7CH au stade des croûtes 3 granules 3 fois par jour, Croton tiglium 9CH 5 granules toutes les 2 heures pour soulager le prurit, Vaccinotoxinum 15CH 1 dose en fin de traitement pour diminuer la fatigue.
ou en formule complète pour traiter l'ensemble des symptômes : Varesol ®

Ce que vous ne devez pas faire

- ▶ Ne donnez jamais à votre enfant de l'aspirine (Aspégic ®) ni un anti-inflammatoire type ibuprofène (Advil ®, Nurofen ®) : ces médicaments sont interdits en cas de varicelle.
- ▶ N'utilisez pas de colorants comme l'éosine ou la fluorescéine qui n'ont pas d'action antiseptique suffisante, déguisent votre enfant et tâchent les vêtements !
- ▶ N'utilisez aucune poudre ou talc qui favorisent la macération.
- ▶ Ne pas percer les vésicules.
- ▶ Ne pas arracher les croûtes, elles vont tomber d'elle-même.
- ▶ ne pas exposer l'enfant au soleil.
- ▶ Ne pas mettre en contact votre enfant contagieux avec une personne sous traitement anticancéreux ou avec une femme enceinte qui n'a jamais eu la varicelle.



Adoptez les bons réflexes

- ▶ Coupez les ongles de votre enfant, si possible, mettez lui des moufles pour éviter qu'il ne se gratte, il pourrait garder des cicatrices indélébiles. Lavez-lui souvent les mains.
- ▶ Donnez-lui des bains tièdes et courts (15 minutes) les 2 premiers jours de la maladie pour apaiser les démangeaisons avec des gel lavant doux (ex : Cicaplast Gel lavant ®, ...). Ensuite, préférez les douches car les bains ramollissent les croûtes.
- ▶ Utilisez un lavant doux dermatologique pour ne pas irriter davantage la peau. Bien rincer et sécher en tamponnant, sans frotter. Vous pouvez utiliser un sèche-cheveux (pas trop chaud) pour finir le séchage.
- ▶ Lutter contre la transpiration qui favorise les démangeaisons : découvrez votre enfant, utilisez des vêtements amples et légers en coton et laissez-le dans une pièce à 20°. La chaleur augmente la démangeaison.

En prévention : vaccin existe : Varilrix ® ou Varivax ®. La vaccination systématique des nourrissons n'est pas recommandée en France. Dans certains cas, il est conseillé (femme en âge d'avoir des enfants, enfants et adultes âgés de plus de 10 ans n'ayant pas eu la varicelle, professionnels de santé, dans certaines maladies chroniques...).

Quand consulter le médecin ?

- ▶ Si les boutons s'infectent malgré le traitement.
- ▶ Si les démangeaisons deviennent trop intenses.
- ▶ Si vous êtes susceptibles d'être enceinte et en contact avec un cas de varicelle.
- ▶ Si un mal de tête apparaît les jours suivants.

