

TRAITEMENT TOPIQUE (LOCAL) DE LA SINUSITE

Le rhume peut vous sembler banal. Toutefois, il peut se compliquer dans 5% des cas en causant une sinusite aigüe. Pour certains enfants, la sinusite aigüe peut même entraîner d'autres complications, telles que la cellulite orbitaire. Il est donc pertinent de procurer à votre enfant un traitement optimal au niveau nasal (de son nez) pour éviter ou traiter ces complications.

1-HYGIÈNE NASALE AVEC SOLUTION SALINE

L'hygiène nasale est essentielle pour aider votre enfant à respirer lors d'un rhume. Elle est également très importante avant d'appliquer un médicament nasal afin d'éliminer les sécrétions et d'augmenter l'absorption du médicament.

Voir : [https://www.chusj.org/fr/soins-services/O/ORL-\(oto-rhino-laryngologie\)/L-hygiene-nasale](https://www.chusj.org/fr/soins-services/O/ORL-(oto-rhino-laryngologie)/L-hygiene-nasale).

2-DÉCONGESTIONNANT TOPIQUE (Drixoral 0,05% "No drip" avec hydratants^{MD})

Un décongestionnant topique administré 2 fois par jour pour une période limitée d'une semaine est sécuritaire et permet une décongestion efficace des muqueuses nasales.

Cependant, une utilisation prolongée occasionnerait davantage de congestion nasale. Il est donc important de cesser l'utilisation du décongestionnant après 7 jours de traitement.

En ce qui concerne le choix du décongestionnant, la formule Drixoral^{MD} est beaucoup plus visqueuse que les formules Dristan^{MD} ou Otrivin^{MD} et permet un meilleur contact avec les muqueuses nasales. La formule avec hydratants est inodore et est préférée des enfants. Ce médicament est en vente libre à la pharmacie.

Voici les doses recommandées selon l'âge de votre enfant, à **appliquer 2 fois par jour pour un total de 7 jours consécutifs** :

2 à 7 ans	2 vaporisations par narine
8 à 12 ans	3 vaporisations par narine
13 ans et plus	4 vaporisations par narine

3-CORTICOSTÉROÏDES NASAUX (Nasonex^{MD}, Avamys^{MD}, etc.)

Les corticostéroïdes nasaux sont administrés d'abord 2 fois par jour en période de rhume ou sinusite, pour un minimum de 2 à 3 semaines. Ils réduisent l'inflammation de la muqueuse du nez et assurent une résolution plus rapide des symptômes de la rhinite et du rhume (congestion nasale, sécrétions, picotements, et éternuements). Un soulagement est obtenu progressivement après quelques jours de traitements. Il faut un minimum de 3 à 5 jours d'application régulière pour ressentir un effet bénéfique et de 10 à 14 jours pour bénéficier d'un effet maximal. Compléter la prescription faite : éviter d'arrêter le médicament dès que les symptômes se sont améliorés.

Les corticostéroïdes nasaux sont utilisés depuis plusieurs années et sont sécuritaires si les doses sont respectées. Ils agissent de façon locale dans le nez et se retrouvent en quantité minimales dans le corps. Rarement, l'enfant peut ressentir les effets secondaires suivants :

- De l'irritation de la muqueuse nasale (sensation de brûlure)
- Des saignements du nez
- Des maux de têtes

Consultez votre médecin si ces effets secondaires sont trop inconfortables.

En ce qui concerne le choix du corticostéroïde, la bouteille distributrice d'Avamys fonctionne moins bien et ne vaporise pas toujours la dose de médicament adéquatement. Il est donc moins recommandé d'utiliser ce produit chez l'enfant.

Pour certains enfants, ce médicament sera prescrit pour une période de 2 à 3 semaines lors d'un rhume ou d'une sinusite aiguë. Pour d'autres, l'utilisation se fera selon les saisons (rhinite allergique saisonnière) et ou encore durant toute l'année (fibrose kystique, rhinite allergique annuelle, etc.). Le traitement devra être adapté selon les besoins de votre enfant.

UTILISATION EN ÉTAPE SELON LES SYMPTÔMES		
Les symptômes de mon enfant ne sont pas très bien contrôlés		
Étape 1	2 fois par jour : Matin ET Soir < 12 ans : 1 vaporisation par narine > 12 ans : 2 vaporisations par narine	Symptômes très bien contrôlés pendant 5 jours consécutifs? Passez à l'étape 2!
Mon enfant n'a presque plus de symptômes		
Étape 2	1 fois par jour : Soir seulement < 12 ans : 1 vaporisation par narine > 12 ans : 2 vaporisations par narine	Votre enfant redevient congestionné? Retournez à l'étape 1 L'enfant n'a pas de congestion pendant 5 jours consécutifs? Passez à l'étape 3!
Mon enfant n'est plus congestionné		
Étape 3	Arrêtez le corticostéroïde nasal	Votre enfant recommence à avoir des symptômes? Recommencez à l'étape 1

TECHNIQUES D'APPLICATION D'UN MÉDICAMENTS TOPIQUES AU NIVEAU DU NEZ

Se laver les mains AVANT et APRÈS l'hygiène nasale et l'application d'un médicament nasal.

1. Procéder à l'**hygiène nasale** avec une solution saline.
2. Asseoir votre enfant face à vous, **la tête droite** (ni penchée vers l'arrière ni vers l'avant).
3. Chez l'enfant **moins de 6 ans**, placer la **moitié de l'embout** de la bouteille dans la narine.
Chez l'enfant **de 6 ans et plus**, placer la **quasi-totalité de l'embout** de la bouteille dans la narine.
4. **Diriger l'embout en direction du coin interne de l'œil du même côté de la narine traitée** pour éviter d'endommager la cloison nasale.



Introduction de l'embout



Angulation de 15° de l'embout vers oeil

5. Vaporiser le médicament dans chaque narine selon la prescription du médecin.
6. **Ne pas faire renifler l'enfant.** Le produit aura tendance s'écouler à l'extérieur du nez, faire coucher le jeune enfant sur son dos pour 1 à 3 minutes et chez les plus vieux, faire basculer la tête vers l'arrière (faire regarder le plafond) pour 1 à 3 minutes. Masser les narines pour bien diffuser le médicament. Le produit ne se rend pas dans la gorge lorsqu'il est bien appliqué. Toutefois, cela ne présente aucun danger. **Éviter de faire moucher l'enfant pour 30 minutes.** Au besoin, éponger le nez avec un papier mouchoir.

Nettoyer, une fois par jour, l'embout de la bouteille sous l'eau chaude du robinet en maintenant l'embout tête en bas. Puis essuyez-le avec un papier mouchoir.

PETITS TRUCS d'utilisation d'un médicament nasal :

- Utilisez une bouteille de corticostéroïde nasal par personne.
- Pour éviter les oublis, laisser les bouteilles près de la brosse à dents de votre enfant.
- Lors de la première utilisation ou si le médicament n'a pas été utilisé depuis 2 semaines, appuyer 2 ou 3 fois sur l'embout pour obtenir un fin brouillard de médicament.
- Respecter l'ordonnance. Ne jamais augmenter la dose sans un avis médical.
- Vérifier la date d'expiration et le remplacer s'il est expiré.

TRAITEMENTS TOPIQUES COMPLETS LORS DE SINUSITE AIGÛE : routine quotidienne



AU LEVER

1. Technique d'hygiène nasale avec **solution saline** en irrigation (seringue ou bouteille)
2. Appliquer le **décongestionnant topique** (**PREMIERS 7 JOURS MAX**)



Attendre environ 8 à 10 minutes

3. Répéter l'hygiène nasale avec **solution saline** jusqu'à ce que le nez soit propre avec un bon flot d'air
4. Appliquer le **corticostéroïde nasal** (**MINIMUM 2 SEMAINES**)



MIDI ou RETOUR DE LA GARDERIE / ÉCOLE

Technique d'hygiène nasale avec **solution saline** en irrigation (seringue ou bouteille)



AU COUCHER

1. Technique d'hygiène nasale avec **solution saline** en irrigation (seringue ou bouteille)
2. Appliquer le **décongestionnant topique** (**PREMIERS 7 JOURS MAX**)



Attendre 8 à 10 minutes

3. Répéter l'hygiène nasale avec **solution saline** jusqu'à ce que le nez soit propre avec un bon flot d'air
4. Appliquer le **corticostéroïde nasal** (**MINIMUM 3 SEMAINES**)