

L'hygiène nasale

Le saviez-vous ?

Les enfants produisent en moyenne un litre (4 tasses) de sécrétions nasales par jour et davantage lorsqu'ils souffrent d'un rhume ou encore d'allergies respiratoires (pollen, poussière, etc...).



L'hygiène nasale diminue la congestion, humidifie le nez et prévient les saignements de nez.

C'est le traitement de 1ere ligne de la bronchiolite!

Elle permet aussi :

- ▶ Une meilleure alimentation et un meilleur sommeil ;
- ▶ Une diminution des rhumes ou de leur durée ;
- ▶ Une diminution des otites, des sinusites et de la toux ;
- ▶ Une diminution de prises d'antibiotiques ;
- ▶ Un meilleur contrôle de l'asthme chez les enfants qui en souffrent ;



Technique de la seringue (<6mois)

1. Remplir une seringue de 5ml avec du NaCl 0,9%.
2. **Coucher** l'enfant sur le côté.
3. Irriguer la narine du haut en vidant le contenu de la seringue rapidement.

**Les sécrétions peuvent sortir par les deux narines, mais aussi par la bouche.*

4. Tourner l'enfant sur l'autre côté et répéter la même technique pour l'autre narine, positionnée elle aussi vers le haut.



Technique de la seringue (>6mois)

1. Remplir une seringue de 10ml avec du NaCl 0,9%.
2. Asseoir l'enfant tête droite.
3. Avec une main, maintenir sa mâchoire pour le stabiliser.
4. Avec l'autre main, tenir la seringue, insérer le bout dans une narine.
5. Vider le contenu de la seringue rapidement dans la narine.
6. Utiliser la même technique pour l'autre narine.

*Si l'enfant est très agité ; procéder à la technique de la seringue couché sur le côté même si l'enfant a plus de 6 mois.



Technique de la bouteille (>2ans)

1. Utiliser une bouteille d'irrigation de type SINUS RINCE.
2. Remplir la bouteille avec du NaCl 0,9%.
3. Installer l'enfant face à l'évier, la tête penchée vers l'avant et bouche ouverte.
4. Positionner l'embout de la bouteille de façon étanche sur une des deux narines.
5. Presser la bouteille jusqu'à ce que la solution s'écoule par la narine opposée.
6. Faire moucher l'enfant, une narine à la fois.



Aspiration nasale

Combiner irrigation et aspiration?

Il est très efficace de combiner l'irrigation nasale à la seringue et l'aspiration nasale ou nasopharyngée.

Il suffit d'irriguer avec du NaCl 0,9% et d'aspirer de façon simultanée à l'aide d'un BBG ou d'un cathéter d'aspiration. *(Technique priorisée en milieu hospitalier)*

À la maison?

Technique possible avec appareil de type mouche-bébé.



Aspiration nasopharyngée

1. Choisir un cathéter souple adapté à la taille du patient.
2. Mesurer la distance entre la narine et le lobe d'oreille.
** Ceci déterminera la profondeur d'insertion*
3. Insérer délicatement le cathéter avec un angle de 90°.
** Perpendiculaire au visage de l'enfant*
*** Ne pas aspirer durant l'insertion*
4. Une fois le cathéter inséré jusqu'à la mesure déterminée plus tôt, débuter l'aspiration tout en retirant lentement le cathéter en façon simultanée.



Aspiration nasopharyngée



Aspiration nasopharyngée

