

Soyez vigilants !

PARENTS - GARDIENS - GARDIENNES

Plusieurs parents ne sont pas conscients que certains aliments et objets peuvent, selon l'âge de l'enfant, causer des étouffements et constituer une menace pour la vie.

Les enfants de moins de 2 ans sont plus à risque, mais un étouffement peut survenir à tout âge... Les enfants plus âgés ont davantage tendance à s'étouffer avec de la monnaie et des petites pièces de jouets qu'ils portent à leur bouche, ne se doutant pas des conséquences potentiellement dangereuses de cette mauvaise habitude.

- Chaque année au Québec, environ 200 enfants doivent subir, sous anesthésie générale, une intervention chirurgicale pour retirer un objet ou un aliment coincé dans l'œsophage, le larynx, la trachée ou les bronches.

- Chaque année au Québec, 1 à 5 enfants décéderont par asphyxie, le corps étranger n'ayant pu être retiré assez rapidement.

LA PLUPART DE CES ACCIDENTS AURAIENT PU ÊTRE ÉVITÉS !



Que faut-il surveiller ?

ALIMENTS DANGEREUX

AVANT L'ÂGE DE 12 MOIS

Offrir les aliments sous forme de purée lisse ou granulreuse ou les écraser à la fourchette. Ne pas donner de biscottes ou de bâtonnets de pain, Cheerios ou Nutrios secs.

Vers le huitième mois, les biscuits de dentition peuvent être introduits avec supervision d'un adulte. Si l'enfant commence à mastiquer, on peut lui donner de petits morceaux d'aliments très mous comme la banane, la poire mûre, et la courgette bien cuite. Prudence avec le riz, l'enfant pourrait s'étouffer. Si vous lui en servez, choisissez-le collant, à grains courts, et écrasez-le à la fourchette.

ENTRE 12 ET 24 MOIS

Introduire tous les aliments tendres en petits morceaux si l'enfant les mastique bien (viande, poisson, légumes). On peut alors introduire des pâtes, des céréales, des craquelins, du pain rôti. Les légumes, les fruits durs (pomme, etc.) sont toujours cuits. Ne pas donner de pain frais puisque la mie peut former une boule et rester coller au palet ou dans l'arrière-gorge.

OBJETS DANGEREUX

- Pièces de monnaie
Enseigner aux enfants à ne jamais porter une pièce de monnaie à leur bouche.
Avoir à la maison un vide-poche pour la monnaie hors de la portée des enfants.
- Barrettes et petits bijoux (boucles d'oreilles, bagues, chaînettes, breloques, etc.)
L'enfant de moins de 4 ans ne devrait pas porter de bijoux ou de barrettes, car ils peuvent les détacher et les mettre dans leur bouche.
- Piles (de montre, de calculatrice, d'appareil photo, de soulier sport, etc.)
Ranger de façon sécuritaire les piles hors de la portée des enfants et mettre au recyclage les piles usagées.



ATTENTION!



AVANT L'ÂGE DE 4 ANS

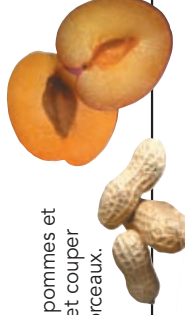
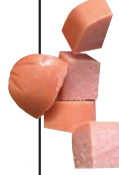
Ne pas donner les aliments suivants :

- Légumes crus tels : bâtonnets de céleri, navet, brocoli et carottes, sauf si râpés finement.

Faire cuire les légumes qui sont durs, lorsque non cuits.

- Raisins frais entiers
Couper les raisins frais en deux ou en quatre selon leur taille.
- Arachides, noix et barres granola
Ne pas donner de noix, d'arachides et de barres granola.

- Raisins secs, graines, pois et fèves
Ne pas donner de raisins secs ou de graines de tournesol ou de maïs (soufflées ou non éclatées), des pois ou des fèves séchées.
- Fruits avec noyaux
Retirer les coeurs des pommes et les noyaux des fruits et couper les fruits en petits morceaux.



- Saucisses hot-dog cocktail ou régulières
Ne pas donner de saucisses cocktail ou coupées en rondelle, couper les saucisses dans le sens de la longueur et par la suite en très petits morceaux (grosneur d'un pois).
- Gros morceaux de viande
Couper les gros morceaux de viande en petits morceaux.
- Poissons avec arêtes et viandes avec petits os
Enlever les arêtes de poissons et les petits os des viandes.
- Friandises telles : gomme à mâcher, bonbons durs, croustilles, etc.
- Cubes de glace
Ne pas faire sucer des glaçons.

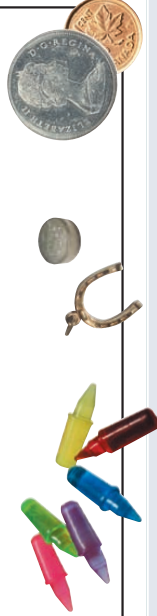
Pour l'enfant de 4 ans, avant d'essayer d'introduire les aliments ci-haut mentionnés, les parents devraient d'abord vérifier sa capacité à pouvoir mastiquer sans difficulté des aliments solides et moins dangereux tels que des croûtons de pain séché.



DÉTÉRGENTS ET SUBSTANCES CAUSTIQUES

- Les détergents et autres caustiques de la maison sont très corrosifs et peuvent causer des brûlures des voies respiratoires et digestives. Garder ces produits hors de la portée des enfants en tout temps.

- Petits objets de plastique ou métal (Lego, boutons, jetons, balles, bouchons, billes, ballons de fête gonflés ou dégonflés, articles d'artisanat, trombones, capuchons de stylo, etc.)
Enlever tous les objets plus petits que 4 cm de diamètre de l'environnement de l'enfant de 0 à 3 ans. Faire attention aux plus gros jouets ayant de petites pièces qui se détachent facilement, telles les roues de petites voitures. Enseigner à vos enfants plus âgés à ne pas laisser leurs petits jouets traîner à la portée des plus jeunes.



Comment adopter de bonnes habitudes de préparation des aliments et comment prévenir les étouffements

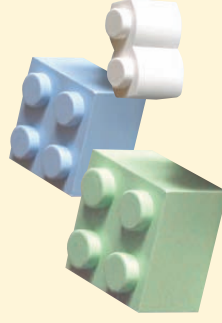
- Prendre les repas et les collations à la table, bien assis, et en présence d'un adulte
- Insister pour que les enfants mastiquent bien et qu'ils ne prennent que de petites bouchées
- Introduire les nouvelles textures de nourriture lentement et une à la fois
- Ne pas incliner ou faire basculer la chaise de l'enfant vers l'arrière à partir de 8 mois
- Ne pas laisser un enfant plus âgé nourrir le bébé sans la présence d'un adulte
- Ne jamais laisser un enfant courir, sauter ou s'amuser avec des aliments dans sa bouche
- Ne pas nourrir un enfant dans une automobile en marche
- Choisir des jouets en fonction de l'âge de l'enfant, lire et suivre les recommandations inscrites sur l'emballage
- Ne pas laisser un jeune enfant s'amuser avec les jouets destinés aux enfants plus âgés
- S'assurer d'une certaine supervision lorsque l'enfant joue
- Vérifier régulièrement l'état des jouets
- Savoir comment donner les premiers soins à un enfant qui s'étouffe

Quels signes reconnaît-on la présence d'un corps étranger ?

APPARITION SOUDAINE DES SYMPTÔMES SUIVANTS :

- L'enfant s'étouffe, refuse d'avaler sa salive ; il bave ou crache sa salive ; il vomit
- Il refuse de boire et de manger
- Il a des douleurs au thorax
- Il éprouve des difficultés respiratoires ; il toussé ; il a une respiration bruyante
- Il peut avoir les lèvres et le pourtour de la bouche bleutés
- Plus rarement, l'enfant présente seulement une toux chronique ou de la fièvre pouvant mimer des symptômes d'asthme ou de pneumonie.

Pour plus d'informations sur les habitudes alimentaires sécuritaires et la prévention des étouffements par les petits objets, consultez la bannière « DANGER MORTEL » accessible via la page d'accueil du site web du CHU Sainte-Justine au www.chu-sainte-justine.org



Soins d'urgence

Si vous suspectez que votre enfant se soit étouffé avec un aliment ou un objet, demandez immédiatement de l'aide. Appelez 911 au besoin.

Si l'enfant est capable de tousser, ne jamais taper dans son dos ou lui donner à boire ou à manger. Encourager l'enfant à tousser pour qu'il tente de se dégager de lui-même.

Effectuer les manœuvres de réanimation seulement si l'enfant est incapable de respirer ou de tousser.

Pour suivre un cours sur la façon de donner les premiers soins à un enfant qui s'étouffe, contactez la Croix Rouge au 1-800-592-7649 ou visitez le site Internet au www.croixrouge.ca.

Consultez un médecin, si votre enfant a présenté un épisode inquiétant d'étouffement, et ceci, même si l'enfant ne se plaint plus et qu'il ne présente plus aucun symptôme.

Numéros de téléphone à retenir

Urgence

Ambulance

Ce dépliant a été produit par Dr. Marie-Claude Quintal et Dr. Annie Lapointe en collaboration avec le service O.R.L. du CHU Sainte-Justine.

Remerciements :
Dr. Elizabeth Rousseau, pédiatre au CHU Sainte-Justine
Diane Decelles, nutrition clinique du CHU Sainte-Justine
Marie-Josée Tessier, ergothérapeute au CMR en Montérégie.

© Droits réservés 04/2008

STORZ
KARL STORZ ENDOSCOPY



Soyez vigilants!
Adoptez de bonnes habitudes de préparation des aliments et prévenez les étouffements par les petits objets



CHU Sainte-Justine
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant

Pour l'amour des enfants

Université du
Québec
à Montréal