

IL FAIT TRÈS CHAUD !

ATTENTION AUX JEUNES ENFANTS !

Quelques trucs pour prévenir la déshydratation chez l'enfant en période de canicule

- Faire boire plus souvent :
 - pour le bébé allaité, donner le sein plus souvent
 - pour le bébé nourri au biberon, offrir de l'eau entre les boires
- Rafraîchir l'enfant dans un bain tiède plusieurs fois par jour
- Éviter d'exposer l'enfant au soleil et de le sortir entre 10 h et 15 h
- Si vous devez sortir, habillez-le avec des vêtements légers et couvrez-lui la tête d'un chapeau à large bord
- S'assurer que l'air circule bien autour du lit et éviter que le lit soit collé au mur

Ne jamais laisser un enfant seul dans une voiture, ni dans une pièce où l'air ne circule pas, même quelques minutes.

Signes importants à surveiller chez l'enfant

- Mouille moins de 4 couches en 24 heures
- Urine moins et urines foncées
- Peau, lèvres ou bouche sèches
- Agitation anormale ou irritabilité
- Yeux creux et cernés
- Dort beaucoup et est difficile à réveiller
- Difficulté à respirer
- Couleur anormale de la peau, pâle ou rouge
- Température du corps élevée, 38,5 °C et plus (rectal)
- Maux de tête, vomissements ou diarrhée



Si l'enfant présente un ou plusieurs de ces signes, appelez Info-Santé 8-1-1 ou consultez un médecin.