

1 - CONSEILS ET SURVEILLANCES A DOMICILE

Les informations ci-dessous sont indicatives, elles pourront être adaptées à chaque situation.

L'état de santé et/ou les traitements actuels de votre enfant peuvent nécessiter des précautions telles que :

□ CONTROLE DE LA NUMERATION FORMULE SANGUINE (NFS)

Certains traitements (chimiothérapie, radiothérapie...) modifient temporairement le nombre de cellules sanguines (globules rouges, globules blancs, plaquettes). Une **surveillance de la NFS 2 à 3 fois par semaine** (selon prescription médicale) permet de surveiller le nombre de ces cellules.

Ces bilans sanguins peuvent être faits à l'hôpital de jour, au laboratoire d'analyses, à domicile par un(e) infirmier(e) libéral(e).

Quelle que soit l'option choisie, les résultats devront être communiqués par **fax, le plus tôt possible** dans la journée aux services de pédiatrie :

Au : _____ (pour le centre référent)

Et/ou : _____ (pour le centre correspondant)

□ SURVEILLANCE DE TOUT SAIGNEMENT

Certains traitements (chimiothérapie, radiothérapie...) modifient temporairement le nombre de cellules sanguines et notamment les plaquettes. De ce fait, vous devrez surveiller tout signe de saignement de votre enfant : au niveau des gencives, du nez, de la peau (apparition de petits points rouges ou d'hématomes...)

Si l'un de ces signes apparaît, nous avons besoin de connaître le taux de plaquettes de votre enfant. Si la numération ne date pas du jour, la **recontrôler et nous communiquer le résultat**. Une transfusion de plaquettes sera peut-être nécessaire.

□ SURVEILLANCE DE LA TEMPERATURE : 2 fois par jour.

-En aucun cas la température ne doit être prise par voie rectale.

Votre enfant n'est pas en aplasie mais sa température est supérieure à 38° (prise deux fois à une heure d'intervalle) : contacter votre médecin traitant.

Votre enfant est en aplasie : voir le chapitre concernant l'aplasie.

□ HYGIENE BUCCALE : soin de bouche après chaque repas (cf. procédure de soins).



□ PRECAUTIONS EN LIEN AVEC LA VOIE VEINEUSE CENTRALE

Soins spécifiques :

Votre enfant est porteur :

- **d'un cathéter central** : le pansement avec rinçage est à faire au minimum une fois/ semaine* : à l'hôpital ou à domicile par une infirmière libérale.
*Le pansement doit rester propre, sec et occlusif, si le pansement est décollé, humide ou sale, il doit être refait rapidement.
- **d'une chambre implantable (port-à-cath)** : le rinçage est à faire une fois par mois à l'hôpital de jour ou à domicile.

Activités :

Voici quelques précisions concernant des **activités ou conduites déconseillées** si votre enfant est porteur d'un cathéter ou d'une chambre implantable :

- ✓ Tous les sports pouvant entraîner des chocs ou des chutes (les sports de combat, l'équitation, le trampoline...) sont à éviter.
- ✓ La ceinture de sécurité ne doit pas passer sur le cathéter ou la chambre implantable (risque de choc sur le cathéter).
- ✓ Piscine et baignade sont possibles **uniquement si votre enfant est porteur d'une chambre implantable et après avis médical.**

□ LES TRAITEMENTS

- ✓ Ne laisser aucun traitement à la portée des enfants.
- ✓ Si un vomissement survient avant 20 min après la prise du traitement oral : redonner le médicament. Après 20 min, le médicament est assimilé, il n'est pas nécessaire de le redonner.
- ✓ En cas de doute n'hésitez pas à prendre contact avec le médecin référent de votre enfant.
- ✓ Ne pas donner de médicaments sans avis médical.
- ✓ Du fait d'éventuels risques d'interactions médicamenteuses, risques infectieux..., ne pas donner de traitement (y compris homéopathie, phytothérapie, vitamines, compléments alimentaires...) sans en informer le pédiatre référent de votre enfant.
- ✓ Si votre enfant reçoit un traitement par chimiothérapie orale, manipulez ces traitements avec des gants.
- ✓ Pour tout traitement de chimiothérapie, manipulez les selles, urines et vomissements avec précautions (éviter tout contact direct jusqu'à 48 à 72 heures après le fin des traitements).



□ RECOMMANDATIONS POUR LES VACCINATIONS

La vaccination des proches du patient fait partie des précautions à prendre pour protéger votre enfant.

La vaccination contre la grippe saisonnière est fortement recommandée pour toutes les personnes en contact de votre enfant pendant toute la durée du traitement.

Pour la fratrie : vérifiez que les vaccins sont à jour et que la vaccination ROR (Rougeole, Oreillons, Rubéole) est faite (2 doses en fonction de l'âge).

Fratrie en âge scolaire : la vaccination contre la varicelle est recommandée s'ils ne l'ont pas déjà présentée.

Pour les parents et proches de l'enfant :

Vérifiez que vos vaccins sont à jour : DTP et **coqueluche** (tous les 10 ans).

□ RECOMMANDATIONS CONCERNANT LES ANIMAUX DOMESTIQUES

En dehors des oiseaux dans la maison, **vos animaux domestiques peuvent rester au domicile familial.**

Néanmoins, afin de protéger votre enfant d'éventuelle affection opportuniste, nous recommandons durant toute la période de traitement :

- Que les animaux n'aient pas accès aux lieux fréquentés par votre enfant (la chambre de votre enfant, fauteuils, canapés utilisés par votre enfant, placard, plans de travail, table de repas, table à langer...)
- Que votre enfant ne donne pas à manger aux animaux, ne participe pas à l'entretien de la litière, aquarium...
- Votre enfant doit limiter les contacts avec votre animal domestique. Si toutefois il caresse l'animal, il doit bien se laver les mains ensuite.

□ SOINS DU CORPS

En raison d'une photosensibilité accrue par le traitement, l'exposition au soleil est à éviter. Lors des sorties printanières ou estivales, assurez-vous que votre enfant porte une casquette, un tee-shirt (à manches longues) et l'application d'une protection solaire (spray indice 50 minimum NE).



2 - L'APLASIE A LA MAISON (moins de 500 polynucléaires)

Suite à son traitement les défenses immunitaires de votre enfant pourront être temporairement diminuées, durant ces périodes il sera plus vulnérable à des germes habituellement sans danger. Les mesures ci-dessous visent à limiter l'exposition aux germes durant cette période.

Votre enfant est en aplasie, il faut surveiller:

□ **La température** 3 fois/J, en axillaire avec thermomètre électronique : (ne pas oublier de rajouter 0,5° ou plus selon la marque utilisée)

- Si température supérieure ou égale à **38°2**, deux fois de suite à 4 heures d'intervalle ou température supérieure ou égale à **38°5** une fois,
- Si l'état général de votre enfant est altéré et la température inférieure à 36°

→ **prévenir l'hôpital correspondant pour que son accueil soit organisé en urgence**

- En cas de fièvre, et seulement avant le transport à l'hôpital, donner un antipyrétique type paracétamol à la posologie adaptée.

Votre enfant ne doit pas passer par le service des urgences mais être accueilli directement dans le service de pédiatrie.

□ **Sorties et vie sociale:**

Votre enfant peut sortir ; les contacts avec la terre, le sable, l'eau souillée sont à éviter.

Les lieux publics tels que magasin, cinéma, restaurant, jardin public, école... doivent être évités au maximum pendant cette période, de même que les réunions de familles.

Les contacts avec d'autres enfants ou adultes sont à limiter si ceux-ci sont malades ou enrhumés et particulièrement pendant la saison hivernale.

Nous signaler si votre enfant a été en contact avec des personnes exposées à la varicelle, un zona, l'herpès, des maladies infantiles, une gastro-entérite.

□ **A la maison :**

L'hygiène des mains (eau + **savon** liquide + essuyage avec un linge propre) doit être rigoureuse et régulière pour chacun (membres de la famille, visites) à l'arrivée dans la maison, après chaque passage aux toilettes, avant les repas.

L'hygiène corporelle

- Réaliser quotidiennement la toilette de votre enfant.
- Changer chaque jour ses serviettes et gants de toilette (car restent humides)
- Changer chaque jour ses sous-vêtements.



L'entretien de la chambre de l'enfant

- Aérer la chambre tous les jours pendant une dizaine de minutes.
- Nettoyer la chambre (si possible en l'absence de votre enfant) avec vos produits d'entretien habituels : 1 à 2 fois/semaine pour le sol et le dessus des meubles.
- Changer 1 fois/semaine son linge de lit (et plus fréquemment si besoin).

Les jeux et jouets

Les jouets seront stockés dans un rangement propre et fermé (coffre à jouets, boîte en plastique, commode...).

Si votre enfant porte les jouets à la bouche (jeunes enfants, dinettes...), nous vous conseillons de les nettoyer à l'eau savonneuse au minimum une fois/semaine.

Si votre enfant joue par terre, veillez à l'hygiène du sol ou du tapis.

Nettoyer les claviers d'ordinateurs, manettes de jeux vidéo, téléphones avant leur utilisation par votre enfant.

Les jeux ou jouets stockés dans un endroit poussiéreux (garage, grenier, jardin...) devront être nettoyés à l'eau savonneuse avant leur utilisation.

Les autres pièces de la maison

- Quand vous utilisez l'aspirateur, votre enfant ne doit pas se trouver dans la pièce.
- Les pièces que votre enfant fréquente en apasie doivent être propres.
- Les WC comme la salle de bains seront nettoyés deux fois par semaine minimum avec vos produits d'entretien habituels. En cas de gastro-entérite d'un des membres de la famille, les WC seront nettoyés avant chaque passage de votre enfant.

L'entretien du linge de votre enfant

Afin de limiter au maximum le risque de contamination, le linge sera :

- Lavé (y compris le linge neuf, jamais porté) à température habituelle, avec votre lessive habituelle. Il est inutile de laver les vêtements de votre enfant séparément du reste du linge familial.
- Séché au sèche-linge ou en extérieur (dans ce deuxième cas, le linge devra être repassé). Nous vous déconseillons de faire sécher les vêtements de votre enfant au garage ou au grenier (du fait du risque de contamination fongique).
- Une fois lavé et séché, le linge doit être stocké dans un meuble, caisse, commode... fermé.



3 - LE REGIME APLASIE

Il est proposé afin de limiter l'apport de germes par l'alimentation

Nous vous conseillons de laver vos mains avant chaque manipulation d'aliments ou de vaisselle

□ Achat et stockage des aliments :

- Vérifier la température de votre frigo (comprise entre 4 et 6°C), le nettoyer avec vos produits d'entretien habituels une fois par semaine.
- Réserver dans votre cuisine un espace fermé (placard ou bac de rangement plastique) pour stocker les aliments et/ou vaisselle dédiés à votre enfant.
- Vérifier la date limite de consommation des aliments.
- Respecter la chaîne du froid au moment de l'achat des aliments : utiliser des sacs isothermes ou glacières pour le transport des aliments surgelés ou frais.
- Oter les cartons d'emballage et laver les boîtes de conserves... avant de stocker les aliments

□ Avant de préparer les repas :

- Préparer le repas sur un plan de travail et avec du matériel de cuisine propre
- Nettoyer les légumes et les fruits : les rincer à l'eau claire, puis tremper dans une eau vinaigrée : 60ml de vinaigre blanc soit 1/2 verre pour 1 litre d'eau pendant 15mn puis rincer à nouveau à l'eau claire.

□ Pendant les repas :

- Inviter votre enfant et toutes les personnes qui partagent le repas à se laver les mains.
- Les préparations alimentaires ne doivent pas être conservées et réchauffées d'un repas à l'autre pour votre enfant.
- Si vous ajoutez des fines herbes, condiments, aromates et épices, les mettre en début de cuisson.
- Le poivre et le kiwi sont fortement déconseillés pendant toute la durée du traitement du fait de la présence habituelle d'aspergillus.

□ Après les repas :

Si vous avez un lave-vaisselle : laver la vaisselle avec le programme le plus chaud. Une fois sèche, la ranger dans un placard propre et fermé.

Si vous n'avez pas de lave-vaisselle : laver votre vaisselle, la rincer à l'eau courante, l'essuyer avec un torchon propre et la ranger dans le placard fermé et propre.

REGIME APLASIE

ALIMENTS	PERMIS	DECONSEILLE
PRODUITS LAITIERS	<p>Lait UHT ½ écrémé, entier, Nature ou aromatisé, en brick de 20 cl</p> <p>Yaourts, suisses, fromages blancs : natures ou aromatisés ou aux fruits en portions individuelles</p> <p>Lait pasteurisé</p> <p>Desserts lactés en portions individuelles : crèmes, flans, mousses</p> <p>Fromages en portions individuelles et en emballage hermétique : fromage fondu (Kiri®, Samos®, Vache qui rit®, etc...)</p>	<p>Lait cru</p> <p>Produits laitiers en vrac et grandes portions</p> <p>Entremets fabrication maison</p> <p>Fromages à emballage plié (Boursin®, Tartare®, etc...)</p> <p>Fromages au lait cru, Fromages à la coupe</p> <p>Fromages fermentés : camembert, brie, etc.</p> <p>Fromages à moisissures : bleu, roquefort</p>
VIANDES	<p>TOUTES BIEN CUITES</p> <p>Vianes fraîches, surgelées, en conserve</p> <p>Steak haché surgelé très cuit (ne pas le décongeler à l'avance)</p>	<p>Viande hachée fraîche</p> <p>Viande crue, très saignante, fumée, séchée</p> <p>Abats : cervelle, foie...</p>
CHARCUTERIES	<p>Jambon sous emballage plastifié</p> <p>Saucisse bien cuite, lardons</p> <p>Saucissons sous vide</p> <p>Conserves</p>	<p>A la coupe, jambon cru</p> <p>Saucisson sec</p>
POISSONS	<p>Cuit (consommé chaud), frais ou surgelé, En conserve</p> <p>Crustacés cuits consommés chaud</p>	<p>Fumé, séché</p> <p>Tous les fruits de mer</p> <p>Surimi, tarama, sushis</p>
ŒUFS	<p>Omelette bien cuite</p> <p>Cuits durs 15 minutes ou intégrés dans recettes : quiches, flans...</p>	<p>A la coque</p> <p>Sur le plat</p>
FECULENTS ET CEREALES	<p>Pommes de terre, pâtes, riz, semoule, légumes secs, farine, maizena</p> <p>Céréales de petit déjeuner</p> <p>Pain et viennoiseries sous emballage plastique ou enveloppé par le boulanger à la sortie du four ou surgelés et cuits par vos soins</p> <p>Biscottes, carottes, craquelins</p> <p>Crêpes et galettes faites à la maison</p>	<p>Pain et viennoiseries non emballés</p> <p>Viennoiserie à la crème</p>



REGIME APLASIE

ALIMENTS	PERMIS	DECONSEILLE
LEGUMES	<p>Tous les légumes frais doivent être soigneusement lavés à l'eau vinaigrée.</p> <p>Les légumes qui poussent dans la terre doivent obligatoirement être épluchés puis à nouveau rincés à l'eau claire.</p> <p>Les légumes en conserve et surgelés</p>	<p>Tous les légumes crus non épluchables et poussant dans la terre (radis)</p> <p>Graines germées (soja)</p> <p>Salades ou crudités en barquette ou sachet</p>
FRUITS	<p>Les fruits frais, soigneusement lavés à l'eau vinaigrée</p> <p>En conserve (au sirop, compote), petits pots de bébé</p> <p>Compote maison ou industrielle</p>	<p>Fruits secs : sauf inclus dans les desserts ayant subi une cuisson</p> <p>Fruits gras : noix, noisettes, cacahuètes, noix de cajou, pistaches.</p>
MATIERES GRASSES	<p>Vinaigrette sans poivre</p> <p>Beurre et margarine (barquette réservée à l'enfant)</p> <p>Mayonnaise en dosettes individuelles</p> <p>Crème fraîche stérilisée</p>	<p>Mayonnaise maison et du commerce</p> <p>Crème fraîche non stérilisée</p>
PRODUITS SUCRES	<p>Pâtisserie faite maison (sans crème)</p> <p>Sucre, confiture, miel, pâte à tartiner</p> <p>Tous les biscuits</p> <p>Glaces et sorbets</p> <p>Bonbons et sucettes enveloppés</p> <p>Barres chocolatées enveloppées</p> <p>Carrés de chocolat enveloppés</p>	<p>Toutes les pâtisseries du commerce</p> <p>Pâtisseries à la crème</p>
BOISSONS ET DIVERS	<p>Jus de fruits, sodas en portions individuelles</p> <p>Eau de source, minérale en bouteille : toute bouteille ouverte doit être bue dans la journée</p> <p>Tous les épices, aromates ajoutés en tout début de cuisson.</p>	<p>Fines herbes épices et aromates crus</p> <p>Poivre</p> <p>Thé et tisane sont à éviter pendant la période d'aplasie</p> <p>Certaines tisanes : sont à proscrire pendant toute la durée du traitement du fait des interactions</p>



4 - LE LAVAGE DES MAINS

Se laver les mains fréquemment fait partie des mesures les plus faciles et les plus fondamentales pour protéger votre enfant des bactéries et des virus mais aussi pour éviter leurs propagations. Ce geste simple mais essentiel concerne l'enfant et tout son entourage. Il est aussi important que le soin de bouche.

Voici un schéma récapitulatif des 7 étapes à respecter pour un lavage des mains optimal (minimum 30 secondes) :



Une vidéo explicative est disponible sur Youtube en suivant ce lien :

<https://youtu.be/hHyRf8SYlkg?si=45Eq90DtOqawhDd8>



Ce lavage de mains peut se faire avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau savonneuse (essuyage avec un linge propre).

Il est important de rappeler à votre enfant et à son entourage de se laver les mains :

- Quand nos mains sont sales
- Après avoir éternué, toussé dans ses mains, s'être mouché le nez,
- Après être allé aux toilettes,
- Avant et après avoir mangé
- Avant et après avoir cuisiner, préparer le repas
- Avant et après avoir fait une activité
- Après avoir caressé son animal de compagnie
- Après une sortie à l'extérieur
-



TEMPÉRATURE AXILLAIRE CORRIGÉE



Dès la 1ère prise, appeler l'hôpital,

Donner du paracétamol si besoin

Contrôler la température à 2
reprises avec 4h d'intervalle
maximum **SANS DONNER DE
PARACETAMOL**

et si la température augmente ou ne
redescend pas appeler l'hôpital

Si votre enfant se plaint de douleurs,
contrôler la température avant de
donner du paracétamol

Couvrir votre enfant
recontrôler 1h après
si persistance : appeler l'hôpital

