

**Après 6 mois, je bouge beaucoup :
petite astuce pour me moucher
avec une seule personne.**

Papa, maman, enrroulez-moi dans une serviette pour me bloquer les bras.

Asseyez-vous à côté de moi sur la serviette pour me contenir.

Il ne vous reste plus qu'à me tenir la tête.

**A partir de 18 mois,
apprenez-moi à me moucher :**

Demandez-moi de fermer la bouche et de souffler avec le nez sur un mouchoir en papier présenté devant mon nez.

Progressivement, j'apprends à ne souffler qu'avec une narine en maintenant l'autre fermée avec un doigt.

Après m'être mouché, je jette le mouchoir en papier et je me lave les mains.

**A savoir : Quand bébé éternue,
bébé se mouche.**

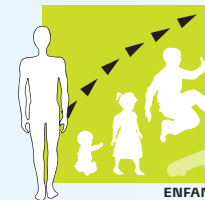
N'envoyez pas trop fort le sérum physiologique dans le nez, attention aux oreilles.....

Précautions à prendre pour éviter la contamination :

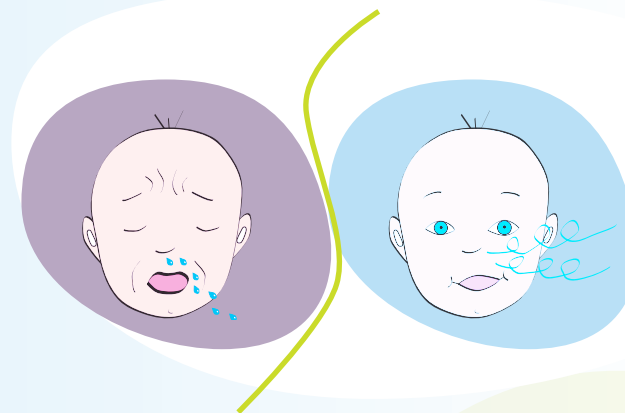
Lavez vous les mains régulièrement.

Mettez un masque et évitez les bisous si vous êtes enrhumé (fratrie).

Lavez régulièrement, sucette, doudou, jouets...



COMMENT Moucher Bébé ?



Coordination Générale des Soins

PÔLE ENFANT

Dr François COUNIL

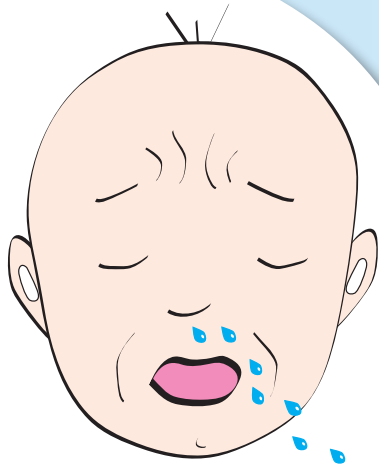
Pneumopédiatre,

Brigitte PINOL, Huguette ROMIEU

masseur-kinésithérapeutes

De 0 à 5/6 mois je respire essentiellement par le nez

Je suis enrhumé



Je respire mal
Je tête mal
Je dors mal
Je suis grognon
Je suis fatigué
Mes parents aussi !

Pour dégager le nez de bébé

Installez bébé sur un côté, mettez quelques gouttes de sérum physiologique dans la narine supérieure avec la pipette.

Fermez la bouche.

Soit bébé souffle et les sécrétions sortent avec le sérum, soit bébé renifle et avale les sécrétions qui seront digérées.

Tournez bébé, faites la même chose de l'autre côté.

NB : on peut utiliser un mouche bébé pour aspirer les sécrétions.

Mon nez est dégagé



Je respire bien
Je tête bien
Je dors bien
Je suis souriant
Je suis en forme
Mes parents aussi !