

STÉROÏDES

Ce dépliant vous offre des explications et des conseils pour l'utilisation d'un corticostéroïde nasal.

CONSEILS DE BASE

Médicaments utilisés :

(Nasonex^{MD}, Avamys^{MD}, Nasacort^{MD}, Flonase^{MD}, etc.)

ACTION :

Les corticostéroïdes en vaporisation nasale sont les principaux anti-inflammatoires utilisés. Ils **réduisent l'inflammation** de la muqueuse du nez. Ils **diminuent aussi les symptômes de la rhinite** (congestion nasale, sécrétions, picotements, et éternuements). Un **soulagement** est obtenu après **quelques jours** de traitements. Les corticostéroïdes nasaux sont utilisés depuis plusieurs années, et sont très sécuritaires si les doses sont respectées. Ils agissent de façon locale dans le nez. Ils se retrouvent en quantité très infimes dans le corps et n'ont pas d'effet dangereux au long terme.

EFFETS SECONDAIRES :

Rarement, l'enfant peut ressentir :

- De l'irritation de la muqueuse nasale (sensation de brûlure)
- Des saignements du nez
- Des maux de têtes

Si votre enfant ressent fréquemment l'un de ces symptômes, veuillez consulter le médecin qui a prescrit le corticostéroïde nasal.

À NOTER :

Certains distributeurs à corticostéroïdes ne distribuent pas le médicament de manière efficace à chaque utilisation. Si cela est le cas, assurez-vous de bien agiter le distributeur avant usage. Tenez le distributeur en position oblique et non horizontale pour assurer que la pulvérisation soit efficace.

COMMENT UTILISER LES CORTICOSTÉROÏDES

L'hygiène nasale (en seringues ou en irrigation) est **essentielle avant d'appliquer le stéroïde**. En effet, elle a pour but d'éliminer les sécrétions nasales et d'augmenter l'absorption du médicament.

- Utilisez **une bouteille** de stéroïde nasal **par utilisateur**.
- Pour éviter les oublis, laisser les bouteilles **près de la brosse à dent** de votre enfant.
- Lors de la première utilisation, appuyer 2 ou 3 fois sur l'embout pour obtenir un fin brouillard de médicament. Répéter cette manœuvre si le médicament n'a pas été utilisé **durant 2 semaines**.
- Respecter l'ordonnance. Ne jamais augmenter la dose sans un avis médical.
- Vérifier la date d'expiration et le remplacer s'il est expiré.

Il faut un minimum de **5 à 7 jours** d'application régulière **pour ressentir un effet bénéfique**. Il faut de **10 à 14 jours** pour **bénéficier d'un effet maximal**.

Éviter la tentation d'arrêter le médicament dès que les symptômes sont améliorés.

Les symptômes de mon enfant ne sont pas très bien contrôlés		
Étape 1	Matin + Soir < 12 ans : 1 vaporisation par narine > 12 ans : 2 vaporisations par narine	Symptômes très bien contrôlés pendant 5 jours consécutifs? Passez à l'étape 2!
Mon enfant n'a presque plus de symptômes		
Étape 2	Soir seulement < 12 ans : 1 vaporisation par narine > 12 ans : 2 vaporisations par narine	Votre enfant redevient congestionné? Retournez à l'étape 1 L'enfant n'a pas de congestion pendant 5 jours consécutifs? Passez à l'étape 3!
Mon enfant n'est plus congestionné		
Étape 3	Arrêtez le corticostéroïde nasal	Votre enfant recommence à avoir des symptômes? Recommencez à l'étape 1

Certains enfants utilisent ce médicament par cycle de 2 à 3 semaines lors d'un rhume ou d'une sinusite aiguë. Certains enfants l'utilisent durant certaines saisons (rhinite allergique saisonnière) et d'autres durant toute l'année (fibrose kystique, rhinite allergique annuelle, etc.). Adaptez-vous aux besoins de votre enfant!

TECHNIQUE D'APPLICATION

Toujours se laver les mains AVANT et APRÈS l'hygiène nasale et l'application d'un corticostéroïde nasal.

1. Procéder à l'hygiène nasale avec une solution saline.
2. Asseoir votre enfant face à vous, la tête droite (ni penchée vers l'arrière ni vers l'avant).
3. Chez l'enfant de **moins de 6 ans**, placer la **moitié de l'embout** de la bouteille dans la narine.
Chez l'enfant de **6 ans ou plus**, placer la **totalité de l'embout** de la bouteille dans la narine.
4. Diriger l'embout **en direction du coin interne de l'œil du même côté de la narine traitée** pour éviter d'endommager la cloison nasale.
5. Vaporiser le corticostéroïde dans chaque narine selon la prescription du médecin.
6. Ne pas faire renifler l'enfant. Si le produit s'écoule à l'extérieur du nez, faire coucher l'enfant sur son dos pour 1 à 3 minutes. Masser les narines pour bien diffuser le médicament.

* Le produit ne se rend pas dans la gorge lorsqu'il est bien appliqué. Toutefois, cela ne présente aucun danger.



Introduction de l'embout



Angulation de 15° de l'embout vers oeil

À Noter :

Éviter de faire moucher l'enfant pour **30 minutes**. Au besoin, éponger le nez avec un papier mouchoir.

Nettoyer, une fois par jour, l'embout de la bouteille sous **l'eau chaude** du robinet en maintenant l'embout tête en bas. Puis essuyez-le avec un papier mouchoir.

Apporter vos bouteilles (hygiène nasale et stéroïde nasal) à votre prochain rendez-vous en clinique d'ORL pour vérifier, au besoin, votre technique d'application.