

# Vous pouvez prévenir... L'asphyxie



Râpez les fruits et les légumes pour éviter que votre enfant s'étouffe.

## Saviez-vous que...

- Lorsqu'un jouet comporte une étiquette indiquant que **« ce jouet ne convient pas aux enfants de moins de trois ans »**, cela signifie qu'il peut y avoir de petites pièces susceptibles de provoquer une asphyxie.
- Même si vous pensez que l'enfant est prêt à utiliser ce jouet, ne le lui donnez pas avant qu'il ait trois ans.

Les bébés et les jeunes enfants peuvent souvent suffoquer si des aliments ou de petits objets se coincent dans leur gorge et les empêchent de respirer.

Les bébés peuvent suffoquer parce que leurs voies aériennes et les muscles de leur gorge sont peu développés. Les jeunes enfants sont exposés à des risques plus importants étant donné qu'ils aiment placer les objets dans leur bouche. Ils n'ont pas toutes leurs dents et ne peuvent mastiquer les gros morceaux d'aliments. Voir au verso les objets avec lesquels les enfants peuvent s'étouffer.

## Liste de contrôle

- ✓ Ne donnez pas aux enfants de moins de quatre ans des aliments comme des noix, du maïs soufflé, de la gomme à mâcher ou des bonbons durs.
- ✓ Découpez les aliments en petits morceaux avant de les donner à votre enfant (voir les exemples au verso).
- ✓ Conservez les pièces de monnaie, les boutons, les piles, les clés, les boucles d'oreilles et les autres petits articles hors de portée de votre enfant.
- ✓ Enseignez à votre enfant à s'asseoir et à rester calme pendant qu'il mange. Il sera moins susceptible de s'étouffer avec ses aliments.
- ✓ Vérifiez les jouets et les articles pour enfants (par exemple le berceau) pour vous assurer qu'il n'y a pas de petites pièces détachables.

Voir au verso.

## Quelques conseils pour prévenir...

# L'asphyxie

### Risques d'asphyxie

Voici quelques objets avec lesquels les enfants peuvent s'étouffer :

- gros morceaux d'aliments
- morceaux de saucisse à hot-dog, fruits et légumes
- os
- bonbons
- gomme à mâcher
- noix
- petits articles (boucles d'oreilles, piles, clés, boutons)
- ballons
- pièces de monnaie
- pièces de jouets.

### Aliments

- Râpez les fruits et légumes durs (par exemple les carottes et les pommes).
- Découpez les fruits et légumes plus mous en petits morceaux (par exemple les raisins et les cerises).
- Retirez les os des aliments (par exemple le poulet).
- Découpez les saucisses à hot dog en lamelles, puis découpez les lamelles en petits morceaux. Si les morceaux de saucisse sont trop gros, ils peuvent obstruer les voies aériennes de votre enfant.
- Ne donnez pas de noix, de maïs soufflé, de gomme à mâcher ou de bonbons durs aux enfants de moins de quatre ans.

### Sucettes

Vérifiez souvent les sucettes. Assurez-vous que la tétine est bien fixée à la poignée. Sinon, elle pourrait se détacher et asphyxier votre bébé. Lorsque la tétine commence à se désagréger ou qu'elle devient collante, jetez la sucette.

Quand votre bébé commencera à faire ses dents, ne le laissez pas mâcher ses sucettes. Donnez-lui plutôt un anneau de dentition.

Évitez d'attacher un cordon à la sucette.

### Ballons

Les ballons en latex ne doivent pas servir de jouet. Les ballons ou les morceaux de caoutchouc provenant des ballons éclatés peuvent asphyxier les enfants. Utilisez plutôt des ballons de papier aluminisé.

Si vous laissez votre enfant jouer avec des ballons, surveillez-le étroitement. Ne laissez pas votre enfant placer un ballon ou un morceau de ballon dans sa bouche.

### Les enfants plus âgés peuvent collaborer

Enseignez aux enfants plus vieux à ne pas donner de petits jouets ou des pièces de jouets aux jeunes enfants.

### Que faire en cas d'urgence

Apprenez à administrer les premiers soins pour venir en aide à un bébé ou un enfant qui s'étouffe.