

Relevé postnatal Rourke Information sur l'enfant en santé

Les parents s'inquiètent souvent de la santé de leur enfant, ce qui les incite à demander : « Mon enfant est-il en bonne santé et grandit-il normalement? »

Ces fiches d'information présentent les étapes d'un développement sain et normal et les questions courantes sur la santé de votre enfant.

Par manque d'espace, certains messages sont répétés à divers âges, tandis que d'autres sont indiqués seulement une fois. Lisez toutes les fiches d'information pour obtenir l'information complète sur la santé des enfants.

Le Relevé postnatal Rourke (RPR) est un guide que de nombreux médecins et autres professionnels de la santé canadiens utilisent lors des bilans des nourrissons et des enfants en santé de une semaine à cinq ans. Le site Web anglais www.rourkebabyrecord.ca propose des formulaires pour consigner les résultats des bilans de santé et des ressources connexes pour les parents et les professionnels de la santé.



Ressources

Dans le site de ressources pour les parents du RPR (www.rourkebabyrecord.ca), en anglais, vous trouverez des réponses à vos autres questions au sujet de votre enfant.

Pour en savoir plus sur la santé de votre enfant, les cinq sites Web les plus cités par les ressources pour les parents du RPR sont :

1. Société canadienne de pédiatrie – Soins de nos enfants (www.soinsdenosenfants.cps.ca)
2. The Hospital for Sick Children – About Kids Health, en français (www.aboutkidshealth.ca/fr)
3. Parachute – auparavant Sécuritéjeunes Canada (www.parachutecanada.org)
4. Les diététistes du Canada (www.dietitians.ca)
5. Santé Canada (www.hc-sc.gc.ca)

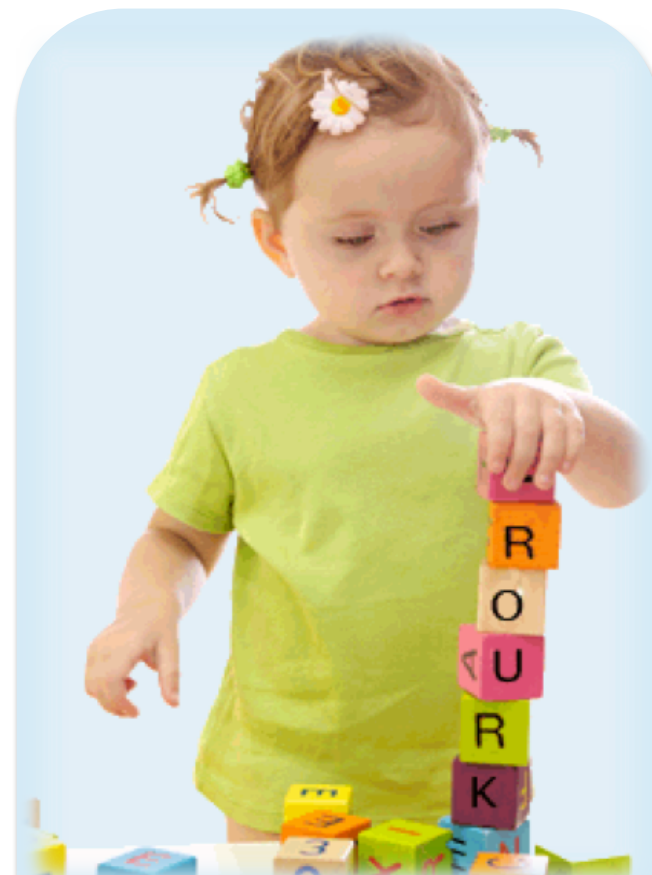
Financement et remerciements

Le site de ressources pour les parents du RPR et les feuilles d'information ont été préparés par Laura Butler, B.Sc., de la promotion de médecine de l'université Memorial de Terre-Neuve (UMTN) de 2014, ainsi que par les auteurs du RPR (les docteurs L. Rourke, D. Leduc et J. Rourke). Ils ont été financés par deux bourses de recherche du premier cycle de l'UMTN et par les services de conférences et de perfectionnement professionnel de l'UMTN. La docteure Aimee Holla, résidente en médecine à l'UMTN, a évalué les projets.

Le RPR est financé par la province de l'Ontario et par le prix Dr. W. Ingram de l'UMTN. Le fonds de développement du RPR de l'UMTN assure le financement des licences pour utiliser le dossier médical électronique du RPR.

Puisque l'information factuelle est en constante évolution, le Relevé postnatal Rourke et les présentes recommandations ne devraient être utilisés qu'à titre indicatif.

Le 6 décembre 2013



Relevé postnatal Rourke

Bilan de l'enfant en santé

Information sur votre enfant de

18 mois

Relevé postnatal

Rourke

Suivi probant de la santé des nourrissons et des enfants

18 mois

Alimentation et croissance

- ❑ Vous pouvez continuer d'allaiter votre enfant jusqu'à ce qu'il ait 2 ans ou même plus.
- ❑ Votre enfant devrait boire dans un gobelet sans couvercle. Le biberon n'est plus recommandé.
- ❑ À cet âge, il boit de 500 mL à 750 mL (16 à 24 onces) de lait homogénéisé par jour.
- ❑ Évitez les liquides sucrés et les jus de fruits, car ils favorisent la carie, l'embonpoint et la diarrhée et peuvent remplacer les aliments sains. Pour étancher la soif de votre enfant, donnez-lui de l'eau.
- ❑ Vous pouvez donner du miel à votre enfant après l'âge d'1 an.
- ❑ Puisque votre enfant ne grandit plus aussi vite, il voudra choisir ce qu'il mange et la quantité qui lui convient. Ce peut être moins que ce que vous pensez.
- ❑ Pour prévenir l'étouffement, évitez les aliments petits, circulaires, durs, lisses et collants jusqu'à

Prévention des blessures

- ❑ Tandis que votre enfant grandit, continuez de sécuriser votre maison. Verrouillez tous les médicaments et les produits ménagers. Bouchez les prises électriques et collez les cordons au mur ou au plancher. Fixez les téléviseurs et les meubles pour les empêcher de basculer. Installez des dispositifs de sécurité aux fenêtres et des clôtures dans le haut et le bas des escaliers. Repérez les dangers avant votre enfant. Rangez les numéros d'urgence à portée de la main. Utilisez des jouets adaptés à l'âge de votre enfant et retirez les pièces lâches ou les jouets brisés pour éviter les risques d'étouffement.

Développement

- ❑ À l'âge de 18 mois, votre enfant devrait :
 - montrer du doigt diverses parties de son corps.
 - se retourner et réagir à son nom.
 - chercher un jouet lorsqu'on le lui demande ou qu'on le lui pointe.
 - montrer du doigt ce qu'il veut.
 - chercher à attirer votre attention pour vous montrer quelque chose.
 - imiter les sons et les gestes du discours.
 - dire au moins 20 mots, même s'ils ne sont pas clairs.
 - produire 4 consonnes, p. ex., P, B, M, T, D, N.
 - marcher seul.
 - manger seul à la cuiller.
 - retirer lui-même son chapeau ou ses bas.
 - avoir habituellement un comportement gérable.
 - être facile à consoler.
 - venir chercher du réconfort s'il est perturbé.
 - s'intéresser aux autres enfants.
- ❑ Continuez de faire la lecture à votre enfant et laissez-le tenir le livre et tourner les pages. Limitez les périodes passées devant la télévision, les vidéos et l'ordinateur pour privilégier l'activité physique et lire avec lui.
- ❑ Jouez à des jeux qui incluent des chansons, des rimes et des jeux de mains. Faites des gestes lorsque vous donnez des directives.
- ❑ Assurez-vous que votre enfant a le temps de socialiser et de jouer avec d'autres enfants.
- ❑ Signalez vos inquiétudes au sujet du développement de votre enfant à son médecin ou à un autre professionnel de la santé.

Autres conseils

- ❑ N'utilisez pas de médicaments en vente libre contre la toux ou le rhume.
- ❑ Dans les 6 mois suivant l'apparition de la première dent de votre bébé ou après l'âge d'un 1 an, prenez son premier rendez-vous chez le dentiste.
- ❑ Vous devriez sevrer votre enfant de sa suce.
- ❑ À 18 mois, certains enfants sont prêts à amorcer l'apprentissage de la propreté, mais bon nombre ne le seront pas avant l'âge de 2 à 4 ans. Des signes vous indiqueront si votre enfant est prêt : il est intéressé, vous dit quand il a envie, a de l'équilibre ou sait marcher.
- ❑ Il est normal que votre enfant pleure ou geigne lorsque vous le laissez dans sa couchette pour la nuit. Adoptez une routine de coucher stable et prévisible, et laissez-le trouver des moyens de se reconforter pour s'endormir seul.
- ❑ Si vous adoptez vous-même un mode de vie sain et actif, composé de bonnes habitudes alimentaires et d'activité physique régulière, vous donnerez le bon exemple à votre enfant.
- ❑ Des techniques de discipline chaleureuses, stables et réceptives donnent de bons résultats. Louangez les bons comportements.

Vaccins

- ❑ Après le vaccin, il se peut que votre enfant n'ait aucune réaction, mais il peut aussi être irritable ou dormir plus ou moins qu'à l'habitude. Il peut faire un peu de fièvre ou avoir une petite rougeur ou une petite enflure au point d'injection. Au besoin, vous pouvez lui administrer de l'acétaminophène. Appelez votre médecin si votre enfant fait 40 °C (104 °F) de fièvre ou plus, s'il pleure ou est irritable plus de 24 heures, s'il est inhabituellement endormi ou amorphe ou si l'enflure s'accroît au point d'injection.