

## ERYTHEME FESSIER – FICHE CONSEILS PARENTS

Pendant les premières années de leur vie, peu d'enfants échappent aux « fesses rouges », ou érythèmes fessiers. Ce sont des **lésions très fréquentes** qui peuvent perturber la vie de votre bébé, la vôtre et celle de votre entourage par les pleurs qu'elles provoquent et par l'inquiétude qu'elles suscitent.

Prises en charge précocement, ces atteintes cutanées sont bénignes et des gestes simples permettent de soulager votre bébé.

### Qu'est-ce qu'un érythème fessier ?

Au cours des premières années de leur vie, la plupart des enfants connaîtront un ou plusieurs épisodes d'érythèmes fessiers.

Il se présente comme une rougeur, des plaques, ou de petits boutons sur les fesses, les cuisses et les parties génitales de votre bébé. La peau affectée peut aussi être chaude au toucher.

C'est pendant les douze premiers mois que le risque d'érythème fessier est le plus fort. A cette période les selles et l'urine sont plus fréquentes alors que la peau de votre bébé est plus fine et plus perméable.

La cause la plus fréquente de l'érythème fessier est une combinaison de couches souillées et de frottements. Ce phénomène peut être aggravé par une couche trop serrée, qui frotte en éliminant ainsi les lipides protecteurs de la peau et empêche l'air de circuler. L'absence de traitement peut à terme entraîner un risque de surinfection bactérienne ou fongique.

Un épisode de diarrhée, l'utilisation de certaines lingettes ou savons peuvent augmenter le risque d'apparition d'un érythème fessier chez votre bébé.

### Que faire devant un érythème fessier ?

Il disparaît rapidement le plus souvent en respectant des règles d'hygiène simples comme :

- Lavez-vous soigneusement les mains, avant et après le change ;
- Si possible, laissez les fesses de votre bébé à l'air le plus souvent possible : posez votre nourrisson sur une couche non attachée au moment des siestes ;
- Changez votre bébé fréquemment et après chaque selle émise (> 6 changes/ jour).
- Ne serrez pas trop sa couche ; utilisez éventuellement des couches jetables en coton qui se glissent dans le change habituel ;
- Changez de marque de couche et choisissez des couches très absorbantes si les **rougeurs des fesses** persistent ;
- Si vous utilisez des couches en tissu, veillez à utiliser une lessive non allergisante et à faire un rinçage suffisant ;
- Evitez de mettre un body à votre bébé car il accentue le frottement de la couche sur la peau, et évitez les pantalons serrés car ils empêchent l'humidité de sécher ;
- Réaliser la toilette de votre bébé avec des détergents doux (type **syndet®** ou **huile lavante**)
- Rincez abondamment à l'eau et séchez en tamponnant et non en frottant.
- Veillez à bien sécher les plis de l'aîne et des fesses ;
- Chez les filles, nettoyez d'avant en arrière pour éviter de ramener des matières fécales sur la région génito-urinaire et nettoyez bien au niveau des plis ;
- Donnez un bain, chaque jour, à votre nourrisson ;
- Supprimez les produits de toilette parfumés ou alcoolisés, les lingettes, la pommade ;
- Appliquez une pâte comportant de l'oxyde de zinc qui réduit le frottement, protège l'épiderme et évite la surinfection (au minimum une fois par jour avant la nuit).
- N'utilisez jamais de talc qui favorise la macération