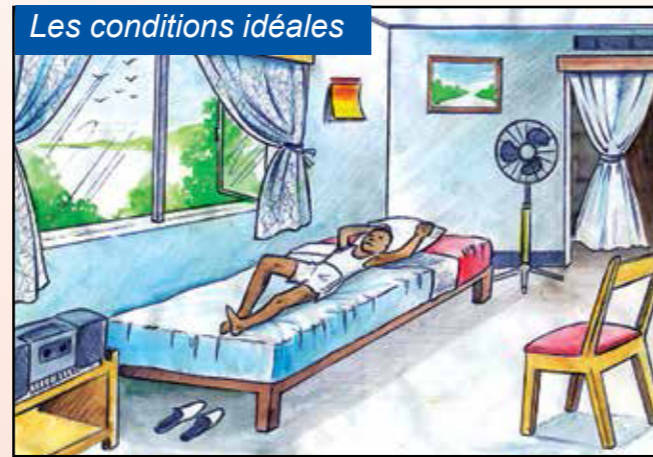
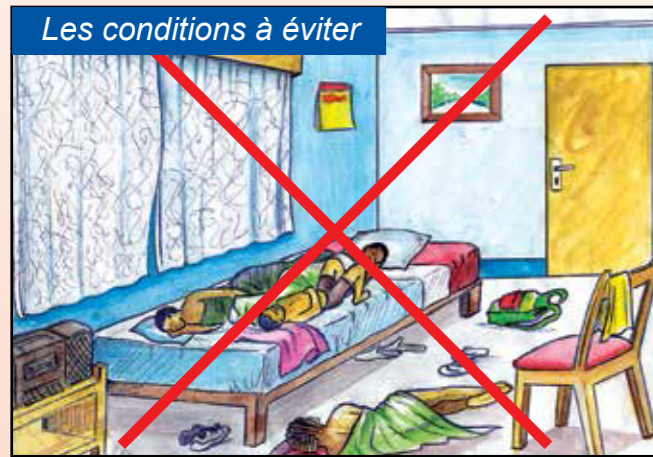


- Il paraît qu'elle ne peut pas voyager en avion ?
- Bien sûr qu'elle peut prendre l'avion, mais il faut s'assurer que c'est dans un appareil pressurisé. Si elle va en montagne, il faudra éviter d'aller au-delà de 1500 m comme au Kilimanjaro...



- 10 Enfin, il faudra respecter les rendez – vous pour les contrôles réguliers au centre de santé ou chez votre médecin. La fidélité aux contrôles est un gage de bon suivi...et de bonne santé.

Mwa Mbuyi : Au revoir Docta.

Docteur : Au revoir, prochainement, on parlera des mesures à prendre pour lutter contre les infections (vaccinations) et du médicament pour réduire les crises et complications (hydroxyurée).



Ce document est réalisé avec l'appui de l'Agence Française de Développement (AFD), la Fondation Pierre Fabre, la Fondation Orange et la Direction Générale Coopération au développement et Aide Humanitaire (DGD) en partenariat avec l'Institut Européen de Coopération et de Développement (IECD) et l'Association For Cultural, Technical and Education Coopération (ACTEC)

Son contenu relève de la seule responsabilité du Centre de Formation et d'Appui sanitaire (CEFA).



Centre de Formation et d'Appui sanitaire (CEFA)
 Plateforme d'Appui et de Veille sur la Drépanocytose (PAVOVED)
 4804, av. Ngafani, Mont Ngafula, Kinshasa/RD Congo ; Tél. : (+243) 99 845 7997 ; 99 002 5440
 E-mail : pafoved@gmail.com ; Site Internet : www.pafoved.net
 © Tous droits réservés, CEFA 2019. www.cefacongo.com



Feuillet d'information sur la drépanocytose, Juillet 2019, N° 92

Édition
6^{ème}

LES REGLES D'OR A SUIVRE

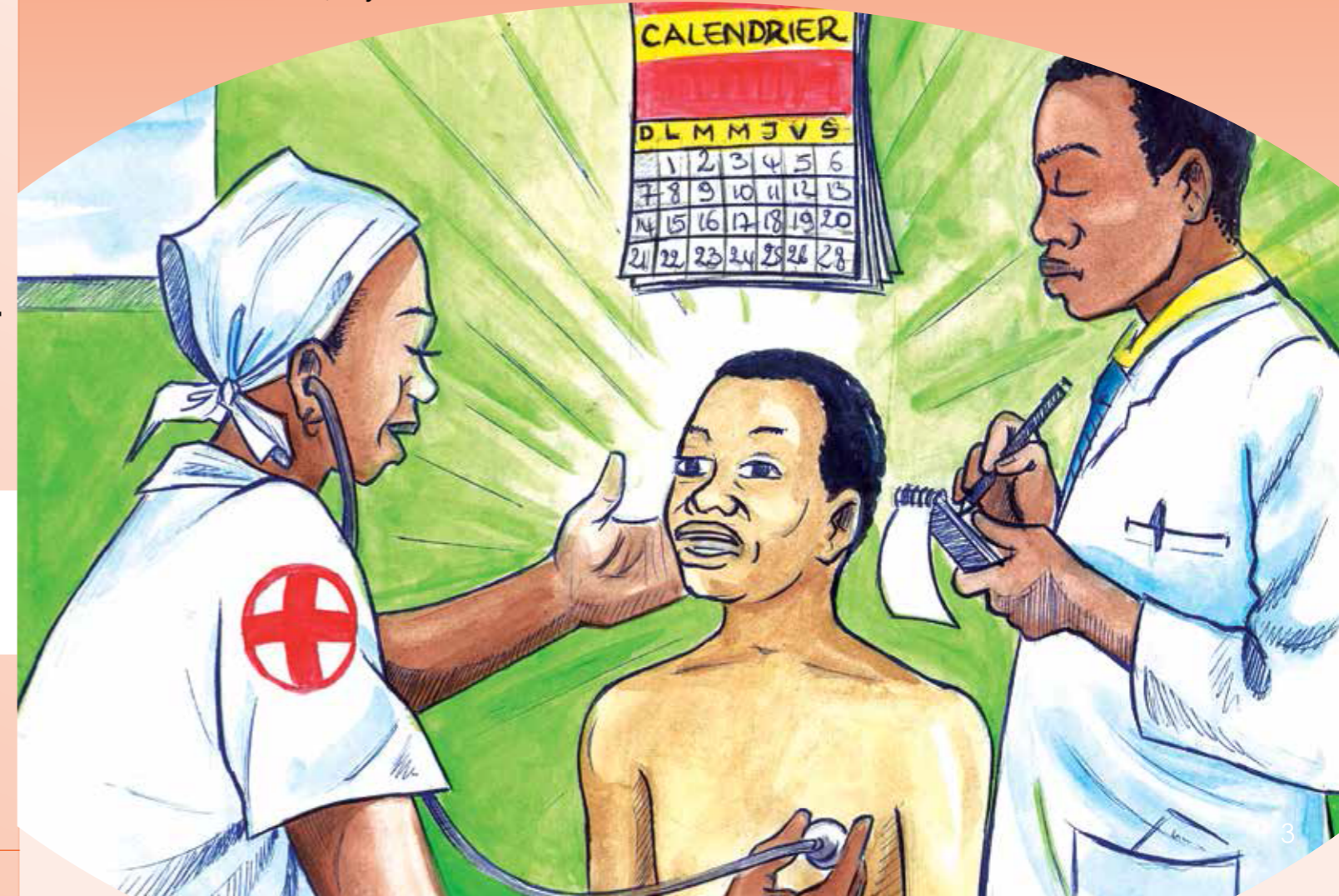
Mwa Mbuyi amène régulièrement la petite Fifi au centre de santé pour un contrôle. Elle est anémique SS ou drépanocytaire.

Mwa Mbuyi : Docteur, qu'est-ce qu'il faut faire pour que Fifi ne soit pas trop souvent malade ?

Docteur : Madame vous avez raison de vous préoccuper de ce qu'il faut faire pour éviter à Fifi de faire souvent des crises...Il faut suivre des mesures préventives.

Mwa Mbuyi : Et que faut-il faire ?

Docteur : Voilà, soyez bien attentive et relevez bien les 10 recommandations suivantes :



- 1 Il faut que l'enfant soit toujours propre ; il doit donc se laver chaque jour tout le corps avec du savon.



Quand il fait froid, il faut utiliser de l'eau tiède. Aussi, il faut habituer l'enfant à se brosser les dents au moins 2 fois par jour, avec une brosse à dent ou un frotte dent.

- 2 A la maison, il faudra avoir un thermomètre pour mesurer la température lorsque Fifi n'est pas bien ; si vous n'avez pas de thermomètre, vérifiez avec le dos de la main si son front est chaud...



- 3 En cas de fièvre élevée, c'est-à-dire lorsque la température dépasse 38.5°C, il faut lui donner du paracétamol ou utiliser des linges humides pour diminuer la fièvre ; il faut surtout éviter de garder l'enfant anémique à la maison si la fièvre ne baisse pas après deux jours.



- 4 Fifi doit aussi bien manger. C'est important de lui donner le matin, du pain et du lait ou du thé. Elle devra aussi manger à midi du riz, fufu, patates, manioc, bananes plantains avec des légumes (pondu, bitekuteku, etc.) et de la viande ou du poisson. Donnez-lui aussi des fruits. Il faut éviter la constipation.



- 5 Il faut proposer souvent à boire à l'enfant drépanocytaire, surtout lorsqu'il fait une crise douloureuse....



- 6 Le drépanocytaire doit éviter de fournir de gros efforts physiques. C'est ainsi que l'on ne doit pas le laisser faire des durs travaux, porter des gros poids, etc.



Mwa Mbuyi : Merci Docteur pour ces recommandations. Mais par exemple, est-ce qu'elle peut faire du sport ?

Docteur : Bien sûr que oui, mais elle devra éviter les sports compétitifs qui exigent un gros effort physique – elle peut faire de la gymnastique à l'école ; mais l'enseignant devra connaître ses limites.

Mwa Mbuyi : Et pourquoi est-ce qu'elle a parfois les yeux jaunes ?

- 7 La couleur jaune des yeux indique qu'il y a destruction des globules rouges et la production d'un pigment responsable de la jaunisse ou ictère.



Il faudra souvent surveiller la couleur des yeux et des urines.

- 8 Vous devez veiller aussi à éviter tout ce qui peut ralentir ou bloquer la circulation du sang comme des vêtements ou ceintures trop serrés, les jambes longtemps croisées ou repliées comme cela arrive souvent dans nos taxis « fulafula » bondés de voyageurs...



- 9 Il faudra éviter de laisser Fifi dans une pièce mal aérée où elle va manquer d'oxygène ; elle doit éviter les endroits comme les « matangas » ou les pièces où il y a de la fumée...