



HÔPITAL UNIVERSITAIRE  
DE BRUXELLES  
ACADEMISCH ZIEKENHUIS  
BRUSSEL

HÔPITAL  
JULES BORDET  
PARIS-LOUIS



# Prévention des brûlures

6 *Une brûlure est une blessure à la peau due, le plus souvent, à un contact avec une source de chaleur extrême.*

## Les différents types de brûlures

### ►► LES BRÛLURES THERMIQUES

Elles sont provoquées par le contact direct avec un élément à température élevée :

- un objet : fer à repasser, grille de barbecue, briquet...
- un liquide : eau ou huile chaude de cuisine, aliments trop chauds (soupe, thé, café...),
- bain trop chaud...
- un gaz : vapeurs industrielles ou domestiques, fumées...
- une flamme.

Ces types de brûlures sont très fréquents à la maison.

### ►► LES BRÛLURES PAR LE SOLEIL

Elle est due au rayonnement solaire. Elle est couramment appelée "coup de soleil".

Elle est plus ou moins grave selon son extension (quelle proportion du corps est touchée ?), sa localisation (atteinte ou non de zones fragiles : visage, mains, pieds, organes génitaux) et son intensité (apparition de cloques).

### ►► LES BRÛLURES PAR LE FROID

Le froid brûle selon des mécanismes similaires au chaud.

Souvent méconnue, cette brûlure peut être aussi dangereuse que la brûlure thermique, (par exemple mettre un 'cold pack' ou de la glace sans le protéger avec un gant ou essuie quand votre enfant fait de la température).

### ►► LES BRÛLURES CHIMIQUES

Ce type de brûlure est fréquent à l'occasion de bricolage ou de ménage (l'utilisation de produits dangereux) à la maison.

Ces brûlures correspondent à une agression par un acide, une base (soude par exemple), un gaz lacrymogène, des hydrocarbures (es-

sence, trichloréthylène...), du ciment... qui provoquent une réaction chimique qui détruit tout ou une partie de la structure cutanée.

Les zones touchées sont surtout les membres supérieurs et le visage.

## Profondeur des brûlures

### ►► LA BRÛLURE DU PREMIER DEGRÉ

Le premier degré correspond à un érythème. La peau est rougie et chaude, mais elle est intacte.

### ►► LA BRÛLURE DU DEUXIÈME DEGRÉ

Le deuxième degré superficiel est caractérisé par la présence de cloques (ou phlyctènes) qui apparaissent, soit immédiatement, soit dans les heures qui suivent la brûlure.

Les cloques sont remplies d'un liquide transparent. Elles sont entourées d'une zone rouge (érythème). Les cloques peuvent se rompre sous l'effet du frottement ou par écrasement. Le derme (couche profonde de la peau) est alors à nu.

Lorsque la douleur est forte et que le derme est rouge, la brûlure est du deuxième degré superficiel.

Lorsque la rupture a lieu lors de la brûlure, on parle généralement de brûlure du deuxième degré profond. L'absence de douleur indique que les terminaisons nerveuses ont été brûlées. Si le derme est blanc, les vaisseaux sanguins ont été détruits et le sang ne circule plus.

### ►► LA BRÛLURE DU TROISIÈME DEGRÉ

Le troisième degré se manifeste par une plaie noirâtre et creusée. La peau autour de la brûlure est au contraire gonflée. Comme les nerfs sont détruits au niveau de la brûlure, la douleur n'est ressentie qu'autour de celle-ci. Les muscles et les os peuvent aussi être affectés.

Les complications sont généralement locales. La cicatrisation peut parfois être de mauvaise qualité et avoir des conséquences esthétiques et fonctionnelles (la peau se rétracte).

Selon la sévérité de la brûlure, elle peut nécessiter des soins de plusieurs semaines, voire une greffe de peau. Il existe un risque infectieux lorsque la plaie n'est pas correctement prise en charge.

Lorsque la brûlure est étendue, la déshydratation est une autre complication potentielle.

## Premiers soins

### D'ABORD DE L'EAU POUR SAUVER MA PEAU !

❖ **15 minutes - à 15°C (eau tiède) - à 15 cm**  
**Refroidissez la brûlure immédiatement !**

- Éloignez la victime de la source de chaleur et étouffez les flammes des vêtements en feu.
- Eloigner la victime de la source de chaleur
- Si les vêtements de la victime sont en feu :
  - ▶▶ L'empêcher de courir
  - ▶▶ La couvrir d'une veste, d'une couverture ou d'un tissu de matière naturelle (coton !) pour étouffer les flammes
  - ▶▶ Au besoin, le rouler sur le sol ou l'arroser avec de l'eau
  - ▶▶ Ensuite, refroidir les brûlures pendant 15 minutes et prévenir les secours 112

### Agissez le plus vite possible !

- Refroidir une brûlure est important pour en limiter la gravité et pour faciliter sa guérison. L'arrosage immédiat de la brûlure avec de l'eau tiède et ce, durant au moins 15 minutes, permet de diminuer la température de la peau brûlée et donc d'éviter que la chaleur de la brûlure ne continue à aggraver les lésions. Dans certains cas, ce geste simple permettra une guérison spontanée.
- Arrosez toutes les parties du corps qui ont été touchées.
- L'eau va soulager immédiatement la douleur.
- Si possible, enlevez les bagues, montres, bracelets,...

## Brûlures chimiques et électriques

### BRÛLURES CHIMIQUES

- Amener immédiatement la victime sous la douche.
- Doucher longuement la victime et pendant qu'elle est sous le jet d'eau, lui faire enlever ses vêtements (ou les découper) et chaussures imprégnés (sauf s'ils collent à la peau)
- Il est essentiel d'arroser abondamment la brûlure à l'eau tiède, durant 30 à 60 minutes. L'urgence est de diluer et éliminer le produit chimique, sur place et le plus tôt possible après le contact.
- Evitez autant que possible le contact entre l'eau de rinçage et la peau saine.

- Après avoir enfilé des gants de protection, mettre les vêtements contaminés dans un sac en plastique double pour éviter de brûler d'autres personnes.

## BRÛLURES ÉLECTRIQUES

En cas de brûlure électrique, dégagez d'abord la victime AVANT de l'arroser avec de l'eau.

En cas de doute, coupez d'abord le courant.

## Points d'attention

- **Refroidir la brûlure, mais PAS la victime !**  
Ne JAMAIS utiliser de l'eau froide et limiter le refroidissement à maximum 15 minutes ! Entrez dans la douche avec votre enfant pour éviter qu'il ne soit doublement traumatisé et qu'il ne se refroidisse trop (hypothermie). Couvrir les brûlures et emballer ensuite l'enfant dans une couverture.

## Traitements à domicile

### Soins des brûlures du premier degré

- Appliquez une pommade hydratante (type la Roche Posay, Avène, Flamigel ou demandez conseil à votre pharmacien) en couche mince plusieurs fois par jour jusqu'à la disparition des rougeurs (une petite semaine).  
Habituellement, un pansement n'est pas nécessaire. Si vous souhaitez couvrir la plaie à l'aide d'une compresse, appliquez la pommade sur la compresse avant d'appliquer celle-ci.
- En cas de coup de soleil sur une surface importante  
Vous pouvez accompagner votre enfant sous la douche en utilisant de l'eau tiède pour qu'il ne se refroidisse pas. Veillez à lui donner régulièrement à boire durant les 24-48 premières heures. Surveillez sa température et consultez un médecin en cas de doute.

Les deux premiers jours, un léger antidouleur type Paracétamol peut être utile pour combattre la douleur « cuisante ».

**Si vous avez des doutes, venez aux urgences.**

### Toutes autres brûlures

- Refroidissez la brûlure immédiatement ! cfr Premiers soins.
- Aller aux urgences immédiatement ou appeler les secours au 112.

## Hygiène

Tant que votre enfant aura des pansements sur le corps, vous devrez faire sa toilette avec un gant de toilette. Il faut éviter de lui donner un bain ou une douche.

Lorsque toutes les plaies seront guéries, vous pourrez lui donner un bain avec un savon doux (ex. : savon liquide non parfumé).

## Soulagement de la douleur et des démangeaisons

Si votre enfant se plaint d'inconfort ou de douleur, donnez-lui les médicaments selon la prescription médicale qui vous a été remise.

Il se peut que votre enfant présente des démangeaisons (ça pique), mais il ne doit pas se gratter, car il risquerait d'infecter ses plaies ou de ralentir la guérison.

Votre médecin pourra ajouter une médication antihistaminique contre les démangeaisons.

## Alimentation

Après une brûlure, il est très important que votre enfant boive beaucoup et mange des aliments riches en protéines.

Ceci est essentiel à la guérison des plaies. Si votre enfant refuse de boire ou de s'alimenter, il faudra le signaler à l'équipe traitante en consultation de pansements.

## Soin à la maison

### **Ne pas toucher aux pansements !**

Si le pansement est souillé ou mouillé ou très sale, revenir en consultation de pansement ou les urgences pour refaire le pansement.

## BRÛLURES AU VISAGE

Nettoyer le visage avec de l'eau claire (eau du robinet) en épongeant délicatement la région atteinte pour ne pas traumatiser le visage. Assécher doucement avec une serviette propre avant chaque application d'onguent.

Répéter l'application d'onguent au besoin, de 3 à 5 fois par jour, afin de préserver l'hydratation, éviter l'infection et permettre la guérison de la zone brûlée.

## À surveiller

### Revenir à l'urgence immédiatement si votre enfant :

- Présente des signes d'infection (fièvre, rougeur autour du pansement, enflure au niveau de la région/du membre brûlé, écoulement jaune/vert ou mauvaise odeur au niveau du pansement)
- Refuse de boire ou de s'alimenter
- N'est pas soulagé suffisamment par la médication
- A un état général qui se détériore (l'enfant est apathique, irritable, pleure souvent, etc.).

## Et après les pansements ?

Lorsqu'il n'y a plus de pansement sur les brûlures de votre enfant, vous pouvez commencer à faire des massages 5 fois par jour minimum avec de la crème hydratante (une crème à base de vitamine E peut être utilisée ou une crème type La Roche Posay® ou Avène®) ou avec un autre produit recommandé par votre médecin.

Les massages aideront à assouplir les cicatrices.

Une cicatrice peut évoluer sur une période de 12 à 24 mois.

Il est important d'encourager votre enfant à bouger le membre atteint. Autant que possible, la région brûlée doit être protégée avec une crème solaire offrant une protection maximale (SPF 50) pendant 12 à 18 mois.

Vous devez respecter les rendez-vous fixés avec l'équipe médicale, car ils sont importants. Il faut que le médecin puisse évaluer la guérison des brûlures et ajuster le traitement s'il y a lieu ( nécessité de : vêtement compressif, kinésithérapie, cure thermique).

## Que pouvez-vous faire pour prévenir les brûlures chez les enfants ?

- Tourner le manche des casseroles vers le fond de la cuisinière.
- Installer des détecteurs de fumée dans la maison et vérifier les piles deux fois par année.
- Couvrir les enfants lorsqu'ils sont exposés au soleil et leur appliquer un écran solaire minéral total (SPF 50 !).
- Empêcher l'accès à la porte du four.
- Ne pas manger ni boire des aliments ou boissons chaudes avec un enfant sur les genoux.
- Faire attention à ce que les enfants ne puissent pas tirer sur la nappe de la table et ainsi renverser les boissons chaudes qui s'y trouvent.
- Toujours vérifier la température de l'eau du bain avant d'y installer l'enfant.
- Vérifier la température des aliments et des boissons avant de les offrir à l'enfant.
- Ne jamais laisser de rallonges électriques branchées et couvrir les prises de courant.
- S'assurer que les allumettes et les briquets sont hors de portée des enfants.
- Placer des grilles protectrices devant un foyer.





HÔPITAL UNIVERSITAIRE  
DE BRUXELLES  
ACADEMISCH ZIEKENHUIS  
BRUSSEL



**Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola**  
Avenue Jean-Joseph Crocq 15 – 1020 Bruxelles  
**T** +32 (0)2 477 33 11 – **M** [communication@hubruxelles.be](mailto:communication@hubruxelles.be)  
[www.huderf.be](http://www.huderf.be)