

NIVEAU 1 : RISQUE D'APLASIE ATTENDUE AVEC UN CHIFFRE DE POLYNUCLÉAIRES INFÉRIEUR À 500 POUR UNE DURÉE DE MOINS DE 7 JOURS (À CONFIRMER PAR VOTRE MÉDECIN RÉFÉRENT)

TOILETTE

- **LA TOILETTE COMPLÈTE** est recommandée tous les jours.
- **LE MOMENT DE LA TOILETTE EST PRIVILÉGIÉ POUR SURVEILLER LE CATHÉTER OU LA CHAMBRE IMPLANTABLE** : rougeur, douleur, suintement, gonflement sont à signaler.
- **LE PANSEMENT DU CATHÉTER EXTÉRIORISÉ NE DOIT JAMAIS ÊTRE MOUILLÉ OU DÉCOLLÉ.**
- **LE LINGE DE TOILETTE** (gants, serviettes) doit être personnel à l'enfant. Il n'est pas nécessaire de le changer tous les jours (environ 2 fois /semaine). Utiliser du linge bien séché, l'humidité favorisant la prolifération des microbes.

LAVAGE DES MAINS

- **IL EST RAPPELÉ QUE LE LAVAGE DES MAINS EST INDISPENSABLE POUR VOTRE ENFANT ET TOUTE LA FAMILLE** : en rentrant de l'extérieur, avant de passer à table, en sortant des toilettes, ou après toute autre activité salissante.
- **MAINTENIR LES ONGLES PROPRES**
- **AVEC QUEL PRODUIT ?** : le lavage au savon est à privilégier. Le gel hydro alcoolique n'est pas indispensable. Il peut être utile en appoint (par exemple en absence de point d'eau).

VÊTEMENTS

- **LES SOUS-VÊTEMENTS DOIVENT ÊTRE CHANGÉS TOUS LES JOURS.**
- **IL N'EST PAS NÉCESSAIRE DE CHANGER DE PYJAMA TOUS LES JOURS.**

COUCHAGE

- **VOTRE ENFANT DOIT DORMIR DE PRÉFÉRENCE SEUL DANS SON LIT.**
- **IL EST PRÉFÉRABLE QUE VOTRE ENFANT NE DORME PAS DANS LA MÊME PIÈCE QUE SES FRÈRES ET SOEURS S'ILS SONT MALADES.**
- **LES DRAPS SONT CHANGÉS SI POSSIBLE UNE FOIS PAR SEMAINE.**
- **LES PLANTES EN POT ET LES FLEURS EN VASE SONT DÉCONSEILLÉES** dans la chambre de votre enfant (terre et eau : réservoir de microbes et champignons).

RECOMMANDATIONS POUR LES TOUT PETITS

- **LES JOUETS, Y COMPRIS LES PELUCHES SONT AUTORISÉS.**

TRAVAUX

NE LAISSEZ PAS VOTRE ENFANT DANS UN ENVIRONNEMENT GÉNÉRANT DE LA POUSSIÈRE : travaux d'intérieur ou sur la voie publique.

ENTRETIEN DE LA MAISON

- **UN ENVIRONNEMENT PROPRE EST NÉCESSAIRE POUR LE RETOUR DE L'ENFANT À LA MAISON.** Les moquettes murales ou au sol ne sont pas interdites. Aspirer moquettes et tapis, aérer, laver les sols et les sanitaires.
- **POURSUIVRE ENSUITE L'ENTRETIEN DE FAÇON RAISONNABLE.** Il n'y a pas besoin d'acheter de produits d'entretien spécifiques.

ÉCOLE

- **IL EST IMPORTANT DE POURSUIVRE LA SCOLARITÉ,** que ce soit à l'école, à l'hôpital ou à domicile.
- **VOTRE ENFANT PEUT ALLER À L'ÉCOLE** en fonction de son état général. Demander aux enseignants de vous prévenir des maladies contagieuses, en particulier varicelle, grippe, et rougeole.
- **PENDANT LES PÉRIODES D'APLASIE, LA DÉCISION EST À PRENDRE AVEC LE MÉDECIN RÉFÉRENT.**

SPORT

- **LE PORT D'UNE CHAMBRE IMPLANTABLE OU D'UN CATHÉTER EXTÉRIORISÉ** limite les sports violents et les mouvements intenses du bras du côté de la voie veineuse centrale. En cas de plaquettes basses, les sports à risque de chocs ou de chutes (qui peuvent entraîner des hématomes ou des saignements) sont déconseillés.
- **LES ENFANTS PORTEURS D'UN CATHÉTER EXTÉRIORISÉ N'ONT PAS LE DROIT DE SE Baigner.**
- **LA Baignade est autorisée pour les autres en mer et en piscine.**

EXTÉRIEUR

- **EN PÉRIODE D'APLASIE, LES LIEUX PUBLICS ET CONFINÉS SONT DÉCONSEILLÉS AUX HEURES D'AFFLUENCE :** cinémas, restaurants, centres commerciaux, transports en commun, boîtes de nuit, salles de concert, piscines, bacs à sable.
- **VOTRE ENFANT N'A PAS BESOIN DE PORTER DE MASQUE**
- **CONTACT AVEC UNE PERSONNE MALADE :** si elle est contagieuse, elle ne vient pas voir votre enfant lorsqu'il est en aplasie. Si vous êtes vous-même malade, lavez-vous plus souvent les mains et évitez les bisous.
- **N'EXPOSEZ PAS VOTRE ENFANT AU SOLEIL.** Lors des sorties, lui mettre écran total, chapeau et tee-shirt.

ANIMAUX DOMESTIQUES

- **NE VOUS SÉPAREZ PAS DES ANIMAUX DOMESTIQUES.**
- **IL EST NÉCESSAIRE QUE VOTRE ENFANT SE LAVE LES MAINS APRÈS AVOIR CARESSÉ L'ANIMAL.**
- **L'ANIMAL NE DORT PAS AVEC VOTRE ENFANT.**
- **VOTRE ENFANT NE TOUCHE PAS À LA LITIÈRE NI À L'EAU DE L'AQUARIUM.**