



LES ECHARDES

Jouer dans la forêt c'est super chouette surtout quand avec les copains on construit des cabanes avec des planches, mais à chaque fois c'est pareil, ou moi ou un de mes copains on se plante des échardes dans la main, et ç'est douloureux çà !!

Une écharde dans le doigt ! que dois je faire ?

N'essaye jamais de retirer une écharde tout seul ! C'est très important car cela peut faire mal, cela peut intensifier le saignement et tu risques de casser l'écharde en deux morceaux.

Pour éviter tout risque d'infection, commence par nettoyer la plaie en utilisant un spray antiseptique ou de l'eau savonneuse Si l'écharde a l'air d'avoir pénétré profondément, laisse tremper le doigt ou la zone concernée dans une eau chaude savonneuse pendant 5 à 10 minutes. Cela nettoie, ramollit la peau et favorise alors l'extraction.

Attrape le bout qui dépasse avec la pince à épiler. Tire doucement dans le sens opposé à celui de la pénétration, pour ne pas le casser.

Une fois l'écharde retirée, désinfecte à nouveau

En cas de rougeur ou de douleur autour de la plaie, de gonflement ou de fièvre, il faudra te rendre chez le docteur, c'est peut-être le signe d'une infection.