

Mon enfant régurgite !

Les régurgitations, qu'est-ce que c'est ?

Ce sont de petites quantités de nourriture non digérées remises par l'enfant. Elles n'ont pas de symptômes associés et sont sans conséquences pour l'enfant.

Les régurgitations surviennent principalement durant les trois premiers mois de vie et diminuent progressivement, pour disparaître vers l'âge d'un an.

Pourquoi un nourrisson régurgite-t-il ?

Il y a plusieurs explications au fait qu'un nourrisson régurgite :

- Son système digestif n'est pas totalement mature à la naissance
- Son œsophage est court
- Son estomac a un volume proportionnellement plus faible que celui de l'adulte alors que le bol alimentaire est proportionnellement plus important.
- Il avale beaucoup d'air quand il tète
- Il met en général plus de temps que les adultes pour digérer son repas.

Ce phénomène est donc **transitoire et normal** dans la grande majorité des cas !

Ne pas confondre avec le reflux gastro-oesophagien **pathologique** !

Dans certains cas, les régurgitations s'accompagnent de symptômes (refus répétés des biberons, retard de croissance, ...), on parle alors de reflux pathologique. Les remontées acides de l'estomac dans l'œsophage induisent une inflammation qui doit être traitée médicalement.

Ce que vous pouvez faire pour diminuer les régurgitations :

- Diminuer le volume des biberons et augmenter leur nombre
- Epaissir le lait au moyen de farine de caroube
- Utiliser des tétines adaptées à l'âge et au type de lait.
- Placer la tête du nourrisson plus haut que les pieds durant son repas et rester au calme.
- Eviter de donner de nouveau à manger à l'enfant pour combler les régurgitations
- Respecter les doses de lait en poudre par volume d'eau
- Laisser du temps entre le repas et l'endormissement.
- Surélever **la tête du lit** d'environ 30°. **Ne pas** relever la tête du nourrisson avec un oreiller mais en inclinant le matelas.
- Eviter les langes et vêtements trop serrés.
- Ne pas fumer dans la même pièce que l'enfant !

Les laits anti-régurgitations ne seront pris que temporairement et uniquement sur conseil du médecin.

Les médicaments ne seront pris qu'en cas de reflux pathologique et sur avis du médecin.

Symptômes nécessitant une visite chez le médecin :

- *Pleurs répétés pendant le biberon, refus de manger*
- *Sang dans les régurgitations, selles noires.*
- *Affections respiratoires ou ORL à répétition*
- *Perte de poids, retard de croissance.*



Quelle que soit la situation, en cas de doute demander conseil à votre médecin ou votre pharmacien

Tous droits de traduction, d'adaptation, de reproduction, même partielle, par tous procédés, y compris la photographie et le microfilm, sont réservés pour tous pays, sauf autorisation écrite de la SSPF.