

Durant les premiers mois de vie, le **reflux gastro-œsophagien** se manifeste par des **régurgitations**. Il s'agit d'un phénomène très fréquent en raison de l'immaturation de l'anneau (sphincter) qui, normalement, empêche le contenu de l'estomac de remonter dans l'œsophage vers la bouche.

Contrairement au vomissement, la régurgitation de lait se fait sans aucun effort de la part de l'enfant. Une fois le lait avalé et descendu dans l'estomac, il remonte de manière involontaire vers la bouche.

Dans la majorité des cas, le problème est bénin et rentre dans l'ordre de lui-même lorsque l'enfant commence à marcher. C'est à ce moment que le sphincter devient plus efficace.

Pendant, un certain nombre de points doivent être vérifiés :

- ✓ **L'enfant prend bien du poids.** On peut s'en assurer en suivant la progression de son poids sur sa courbe de croissance. Si la prise de poids est insuffisante, ceci pourrait indiquer que l'apport de lait est limité par les régurgitations ;
- ✓ **L'enfant ne présente pas de pleurs excessifs pendant ou après les boires.** Si l'enfant pleure de façon excessive, ceci pourrait laisser présumer une douleur associée au passage du lait au niveau de l'œsophage irrité par le reflux acide de l'estomac ;
- ✓ **L'enfant ne s'étouffe pas, ne présente pas de toux persistante ou de difficultés** respiratoires. Si l'enfant s'étouffe, tousse de façon persistante ou présente des difficultés respiratoires, cela pourrait signifier que le lait régurgité se retrouve dans les voies respiratoires (poumons).

Si votre enfant ne présente aucun des phénomènes mentionnés ci-haut en lien avec ses régurgitations, il s'agit d'un problème bénin pour lequel aucune intervention médicale n'est nécessaire. Dans le cas contraire, il est préférable d'en discuter avec votre professionnel de la santé.

Pour un problème de régurgitations non compliqué, avec une bonne prise de poids, un certain nombre de stratégies simples ont été tentés, avec des résultats variables :

- ✓ Éviter d'asseoir l'enfant juste après le boire, surtout si le nourrisson ne se tient pas encore droit, afin que l'estomac ne soit pas écrasé, ce qui augmenterait le reflux de lait vers la bouche. La meilleure position pour le bébé dans l'heure qui suit le boire est la verticale (ex. : porte-bébé ventral). Même s'il régurgite, il doit continuer à dormir sur le dos afin de prévenir la mort subite du nourrisson ;
- ✓ L'épaississement de la préparation commerciale pour nourrissons avec une céréale de riz (1 c. à thé [5 ml] par once [30 ml] de préparation) n'empêche pas le reflux, mais pourrait diminuer la quantité de préparation régurgitée, ce qui peut dans certains cas avoir des avantages cosmétiques (lessive). Des préparations commerciales déjà épaissies existent sur le marché. Le lait maternel n'épaissit pas avec les céréales de riz ;
- ✓ Les préparations commerciales riches en lactosérum ou plus hydrolysées pourraient favoriser une vidange plus rapide de l'estomac et, de cette manière, les quantités régurgitées. Pour plus d'information sur ces préparations et avant de changer de produit, discutez avec votre professionnel de la santé. Il vous aidera à faire un bon choix selon les besoins particuliers de votre enfant.

Il n'est pas démontré que donner de plus petits boires, plus souvent, est bénéfique. Cependant, il est justifié de diminuer la quantité de préparation commerciale si un enfant boit une quantité excessive et que c'est le trop-plein qu'il régurgite. Pour la même raison, il est important d'augmenter la fréquence des rots pour diminuer la distension de l'estomac avec l'air ingurgité. Vérifiez avec votre professionnel de la santé les quantités requises pour votre enfant.

Références

Doré, N et coll. (2017). Mieux vivre avec son enfant de la grossesse à 2 ans. INSPQ www.inspq.qc.ca/sites/default/files/documents/mieuxvivre/mv2017_guide.pdf

Dubé, S et Allard-Pigeon, M (2016). Régurgitations, reflux et vomissements : mythes et réalités! Médecin du Québec.
<http://lemedecinquebec.org/archives/2016/6/1-regurgitations-reflux-et-vomissements-mythes-et-realites/>

Hôpital de Montréal pour enfants (2017). Reflux gastro-œsophagien (RGO) chez les enfants. www.hopitalpourenfants.com/infos-sante/pathologies-et-maladiesreflux-gastro-oesophagien-rgo-chez-les-enfants

Roy, H (2015). Le reflux gastro-œsophagien chez le nourrisson. www.professionsante.ca/files/2014/11/QP_lesPagesBleues_20141020.pdf

Turgeon, J et coll. (2014). Dictionnaire pédiatrique de Weber 3e édition. Chenelière éducation.

Turgeon, J et coll. (2015) Le reflux gastro-œsophagien.
http://naitreetgrandir.com/fr/mauxenfants/indexmaladiesa_z/fiche.aspx?doc=reflux-gastro-oesophagien.