



## Reflux gastro-œsophagien chez l'enfant

Le reflux gastro-œsophagien chez l'enfant se manifeste par des régurgitations durant les premiers mois de vie.

👂 Ce phénomène est très fréquent en raison de l'immaturation de l'anneau qui normalement empêche le contenu de l'estomac de remonter de 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 par l'œsophage, 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 autour de l'âge de la marche, à mesure que le petit anneau devient plus serré.

👂 Les régurgitations diminuent vers 6 mois et cessent habituellement vers 1 an.

### Comment diminuer les régurgitations :

👂 Évitez 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.

👂 La meilleure position pour le bébé dans l'heure qui suit le boire est de le coucher sur le côté gauche.

👂 Surélevez légèrement son berceau, de façon à ce que sa tête soit surélevée par rapport à son estomac.

👂 Évitez les déplacements brusques après les boires.

👂 Placez-le pendant la journée dans un siège légèrement incliné vers l'arrière ou dans une chaise haute s'il est en âge de s'asseoir.

👂 Fractionnez les boires en lui faisant faire 3 ou 4 pauses pour lui permettre de roter et d'évacuer l'air.

 Évitez d'attacher la couche trop serrée.

 Le bénéfice de donner de plus petits boires, plus souvent, n'est pas démontré. Cependant, il est justifié de diminuer la quantité de lait si un enfant boit une quantité excessive de lait et que c'est par trop-plein qu'il régurgite.

 Vérifiez avec votre médecin la quantité de lait requise pour votre enfant.

### **Consultez le médecin si :**

 L'enfant ne prend pas bien du poids.

 L'enfant présente des pleurs excessifs pendant ou après les boires et qu'il y a des traces de sang dans les régurgitations.

 L'enfant s'étouffe, présente une toux persistante ou des difficultés respiratoires.

 L'enfant présente des vomissements en jet.

 Souffre de régurgitations fréquentes, faciles et abondantes, après le repas et pendant le sommeil.

 Est pâle (notamment aux muqueuses) et manque de tonus.

Tiré du mieux vivre avec notre enfant et du site [naitreetgrandir.com](http://naitreetgrandir.com) et de l'ABCdaire