

## La constipation chez les nourrissons



Chez les nourrissons, la constipation est généralement un trouble sans gravité, à traiter le plus souvent sans médicament.

### Les selles normales du nourrisson

● Au début de leur vie, les nourrissons expulsent d'abord le méconium (des selles visqueuses, souvent verdâtres ou brunes), puis ils ont généralement une selle après chaque tétée. Après quelques semaines, le rythme des selles se ralentit progressivement : il ne se stabilise que vers l'âge de 3 à 4 ans.

● Les nourrissons nourris au sein ont souvent des selles liquides, grumeleuses ou très molles. Certains d'entre eux ont seulement une selle (de consistance normale) tous les 3 à 4 jours, ou encore moins souvent. On ignore pourquoi. Ces selles rares du nourrisson deviennent plus fréquentes après le sevrage.

● Les selles sont souvent plus compactes en cas d'allaitement au lait artificiel et non maternel. Le passage du lait maternel au lait artificiel se traduit parfois par des selles très compactes, difficiles à évacuer.

### Les causes de constipation

● Chez les nourrissons, la constipation est rare, et rarement due à une maladie. Elle est définie par des selles trop dures, plutôt que par des selles trop rares.

● Avant l'âge de 4 à 6 semaines, la constipation peut justifier la recherche d'une maladie congénitale rare (1 enfant sur 5 000 environ) : le mégacôlon congénital. Elle entraîne une alternance d'épisodes de constipation avec ballonnement et de diarrhée avec mauvaise odeur. Elle ralentit parfois la croissance, et dans certains cas, des examens complémentaires sont utiles.

● La constipation d'un nourrisson est parfois due à un apport insuffisant en lait ou en liquide (autrement dit, à un début de déshydratation). Divers médicaments sont parfois en cause et, en cas d'allaitement maternel, la prise de certains médicaments par la mère (antidouleurs dérivés de l'opium).

● Après l'âge de 10 semaines, si un enfant tète ou mange bien, et si sa croissance est normale, la constipation ne doit pas inquiéter. Chez les nourrissons, la constipation est souvent à l'origine de mal au ventre, de ballonnement, et rarement, de vomissements. Elle provoque parfois des irritations ou des fissures de

l'anus, et des douleurs au passage des selles. Mais elle ne provoque pas de maladie.

### Le plus souvent pas de médicament

● Chez les nourrissons de quelques mois, on conseille traditionnellement d'augmenter les apports en eau et de donner du jus naturel de fruit (jus de pomme ou de pruneau, riches en sorbitol, un type de sucre qui reste dans l'intestin et y attire de l'eau, ce qui ramollit les selles). Cela suffit souvent.

● L'utilisation d'eau minérale riche en sulfate de magnésium, est proposée (sur avis médical) pour préparer les biberons du nourrisson constipé. Certains laits 1<sup>er</sup> âge et 2<sup>e</sup> âge aideraient à lutter contre la constipation, en « facilitant la digestion ». On manque de données pour affirmer leur efficacité.

● Un suppositoire de *glycérine* est parfois ponctuellement utile.

©Prescrire - juin 2016

#### Sources :

- "Constipation chez un enfant" Premiers Choix Prescrire, actualisation février 2016 : 4 pages.
- "Constipation des nourrissons sous régime lacté" *Rev Prescrire* 2006 ; 26 (277) : 757.