

La constipation chez les enfants



Qu'est-ce que la constipation?

La constipation peut être définie comme étant, soit une diminution de la fréquence des selles, soit le passage douloureux des selles. Les enfants de un à quatre ans vont habituellement à la selle une ou deux fois par jour et plus de 90 % d'entre eux vont à la

selle au moins un jour sur deux. Lorsqu'un enfant est constipé pendant longtemps, il risque de commencer à souiller ses sous-vêtements. Le terme médical utilisé pour décrire ce genre de souillure chez les enfants souffrant de constipation chronique est « encoprésie ».

La constipation est-elle courante?

La constipation se manifeste couramment chez des enfants de tout âge. Trois pour cent des visites chez le pédiatre sont d'une façon ou d'une autre en rapport avec cette affection.

Qu'est-ce qui cause la constipation?

Environ 25 % des visites chez un gastro-entérologue pédiatrique résultent de problèmes liés à la constipation. Chaque année, des millions d'ordonnances sont écrites pour obtenir des laxatifs et des émoullients fécaux. Chez certains nourrissons, les efforts et difficultés pour éliminer les selles (généralement molles) peuvent simplement être dus à un système immature, les muscles du rectum ne se détendant pas au bon moment. N'oublions pas que certains nourrissons sains allaités peuvent parfois attendre plusieurs jours avant d'aller à la selle. Un enfant plus âgé peut souffrir de constipation lorsque son régime alimentaire ne contient pas assez de fibres ou de liquides.

Lorsqu'un enfant reste constipé pendant plus de quelques jours, les selles bloquées peuvent se tasser dans le gros intestin (le colon) et l'étirer. Un colon trop étiré ne peut pas fonctionner correctement et, de ce fait, retient encore plus de matières fécales. L'expulsion de selles dures et volumineuses devient alors une expérience pénible pour l'enfant, qui évite naturellement d'aller aux toilettes (« phénomène d'abstention »).

Chez un enfant, la constipation peut résulter d'une modification du régime alimentaire, de la période d'apprentissage de la propreté, d'un voyage ou d'une affection virale. Un enfant plus âgé peut développer un phénomène d'abstention lorsqu'il a peur d'utiliser les toilettes ailleurs que chez lui. Dans ce groupe d'âge, une école ou un camp d'été dont les toilettes ne sont pas assez propres ou assez privées peut souvent provoquer l'abstention.

Comment votre médecin peut-il détecter ce problème?

- Les selles de votre enfant sont dures ou petites et difficiles à éliminer.
- Votre enfant passe régulièrement plusieurs jours sans avoir de selles normales.
- Votre enfant produit des selles volumineuses et douloureuses à éliminer.
- Des douleurs d'estomac, un manque d'appétit et une mauvaise humeur peuvent également être des symptômes de constipation.

Dans la plupart des cas, des tests ne sont pas requis avant le traitement de la constipation. Cependant, votre médecin peut parfois ordonner des radiographies ou d'autres tests pour clarifier l'état de l'enfant, selon le degré de gravité du problème.

Traitement

Le traitement de la constipation varie selon la source du problème et l'âge et la personnalité de l'enfant. Certains enfants ne requièrent qu'une modification de leur régime alimentaire, telle qu'une augmentation de la quantité de fibres et de fruits frais ou de leur consommation journalière d'eau.

D'autres patients peuvent avoir besoin de médicaments, par exemple, un émoullient fécal ou de temps en temps un laxatif. Les émoullients fécaux ne créent pas d'accoutumance et peuvent être pris pendant longtemps sans effets secondaires inquiétants.

Certains enfants peuvent avoir besoin d'une « purge » préliminaire pour aider à éliminer les grosses quantités de matières fécales du colon. Typiquement, il suffit de prendre un laxatif par voie orale ou même des suppositoires ou des lavements pendant une courte période.

Il est parfois utile d'initier un programme de contrôle des intestins en laissant l'enfant assis sur la cuvette de W.C. pendant 5 à 10 minutes après chaque repas ou avant le bain du soir. Il est essentiel de le faire de façon constante pour encourager l'enfant à prendre de bonnes habitudes.

Pour plus d'information ou pour trouver un gastro-entérologue pédiatrique proche de chez vous, visitez notre site Web www.naspghan.org.

RAPPEL IMPORTANT: L'organisation nord-américaine NASPGHAN (North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition) publie cette information en tant qu'information générale et non en tant que justification définitive du diagnostic ou du traitement d'un cas donné. Il est très important que vous recherchiez l'avis de votre médecin sur votre état particulier.



NASPGHAN • PO Box 6 • Flourtown, PA 19031
215-233-0808 • Télécopieur: 215-233-3939