

INFORMATIONS  
POUR LES PARENTS

# Constipation





# Constipation

**La constipation est un phénomène relativement fréquent chez les enfants. Quand un enfant est constipé, il faut de la patience et un traitement constant pour que les selles soient de nouveau normales.**

## Selles normales

- Nourrissons allaités:  
10x/jour à 1x tous les 10 jours
- Nourrissons nourris au biberon:  
intervalle d'environ 1-2 jours
- Bébés, enfants, adultes:  
environ tous les 2 jours

## Constipation

- Le nourrisson/l'enfant a constamment des maux de ventre en rapport avec les selles.
- Des boulettes de matière fécale dures pendant la défécation, l'évacuation de selles molles (diarrhéiques) avant et après sont possibles.
- Les enfants qui étaient propres bien avant ont soudainement de nouveau, des traces de selles dans les sous-vêtements ou une défécation involontaire.
- On peut constater du sang sur le papier de toilette ou de légères traces de sang dans les selles dues à des petites fissures

muqueuses au niveau de l'anus (crevasses).

- Les vomissements sont rares.

## Les causes

Divers facteurs (changement d'alimentation, maladies infectieuses, malnutrition, voyages manque d'envie d'aller aux toilettes) peuvent conduire à ce que les selles durcissent et que l'enfant connaisse une défécation douloureuse. Ainsi, il commence à retenir les selles volontairement ou involontairement et à s'abstenir d'aller aux toilettes, ce qui rend les selles encore plus dures et occasionne de nouveau des douleurs pendant la défécation. Il en résulte alors un cercle vicieux. Si celui-ci n'est pas rompu, l'enfant accumule de plus en plus des selles dans le gros intestin. Il se produit alors un débordement: soudainement et paradoxalement, l'enfant a la diarrhée et peut perdre des selles involontairement ou en avoir des traces dans les sous-vêtements

(engorgement). Au plus tard à partir de ce moment, le problème devrait être clarifié et traité jusqu'au bout.

Différentes influences peuvent avoir un impact négatif sur l'évacuation des selles chez votre enfant (par exemple la malnutrition, manque de mouvement). Ces facteurs ne sont pas cependant les seules causes d'une constipation. Des maladies sérieuses comme cause d'une constipation sont rares. Parfois, certains médicaments peuvent être à l'origine de troubles dans l'évacuation des selles (suppléments de fer). Certains enfants présentent des cas isolés dans lesquels la partie inférieure du rectum n'est pas bien alimentée par les nerfs (maladie de Hirschsprung). Ces enfants souffrent de constipation à partir de la naissance.

### **Traitement**

- Lavements: parfois les boules de matière fécale dures doivent être évacuées du rectum par un lavement. Cela devrait toutefois se passer avec l'accord d'un médecin et ne doit pas être pratiqué comme

unique mesure contre la constipation.

- Laxatifs: Le cercle vicieux que présente la constipation doit souvent être rompu par des médicaments. Ces purgatifs ramollissent les selles et permettent ainsi une évacuation sans douleurs. Aucune dépendance ne se produit, même lorsque les laxatifs sont pris régulièrement pendant longtemps.
- Une alimentation saine et équilibrée, correspondant à l'âge
- « Entraînement aux toilettes »: après chaque repas, l'absorption des nutriments conduit à une activation de l'intestin et éventuellement à une défécation (réflexe gastro-colique). C'est pourquoi, vous devriez faire asseoir votre enfant 1-3 fois par jour sur les toilettes après les repas afin qu'il se serve de ce réflexe. Il est important de faire attention à la position de l'enfant (marcchepied pour soutenir les jambes, afin qu'il ne soit pas « suspendu » à la cuvette de WC).
- À éviter absolument: stimulation/manipulation avec un thermomètre médical dans la région anale. Cela peut causer des blessures.



# Quand consulter votre médecin?

- Quand votre enfant se plaint de maux de ventre persistants qui s'intensifient
- Quand votre enfant a une diarrhée massive (avec/sans vomissements)
- Quand votre enfant souffre de constipation depuis la naissance ou depuis longtemps
- Quand vous constatez une présence constante de sang ou de mucus dans les selles de votre enfant
- Quand votre enfant ne prend plus de poids
- Lorsque vous vous faites du souci pour votre enfant pour une autre raison

© Équipe d'urgence/gastro-entérologie, Kinderspital Zürich octobre 2009