

Votre enfant souffre de constipation.

Département de Pédiatrie

**Site Notre-Dame
Grand-rue 3
6000 CHARLEROI**

Pédiatrie générale
☎ 071/10.45.30

Néonatalogie
☎ 071/10.45.01

Secrétariat
☎ 071/10.45.46 ou 47
☎ 071/10.45.45
nd.secret.pediatrie@ghdc.be

**Consultations Site
Notre-Dame**
☎ 071/10.45.41 ou 42
cons.ped.nd@ghdc.be

MECANISMES DE LA CONSTIPATION CHEZ L'ENFANT :

Il est important de bien comprendre ses mécanismes afin que la prise en charge se déroule de façon sereine et efficace. Le côlon est la dernière partie du gros intestin. Son rôle est de collecter les résidus non digérés du bol alimentaire (les selles) et d'en absorber l'eau. Si les selles ne sont pas éliminées régulièrement, elles se dessèchent, durcissent et deviennent très difficiles à évacuer. Cela devient vite un cercle vicieux car plus les selles sont dures et douloureuses plus l'enfant se retient, et le côlon se distend. Lorsque le côlon est distendu, la progression des selles est altérée ainsi que la sensibilité au niveau de l'ampoule rectale, et l'enfant ne ressent plus le besoin d'aller à selles. La constipation peut se compliquer de **fissures anales** (les selles dures blessent la paroi de l'anus lors de leur passage) et d'**encoprésie**. L'encoprésie est la perte involontaire du trop plein de selles dans les sous-vêtements, sans que l'enfant ne s'en aperçoive. Il ne faut pas en vouloir à l'enfant mais il est important d'apprendre à résoudre avec lui ce problème qui constitue un handicap important dans la vie sociale, scolaire et familiale.

COMMENT TRAITER LA CONSTIPATION ?

L'objectif du traitement est de ramollir les selles et d'obtenir la défécation de 1 ou 2 selles de consistance molle par jour. Le but est d'obtenir en quasi permanence un côlon vide de façon à ce qu'il retrouve progressivement une meilleure fonction.

Voici plusieurs conseils :

- 1. Alimentation :**
Une alimentation riche en fibres (fruits, légumes, céréales...) et en eau est conseillée. Eviter une alimentation trop grasse ou trop riche en féculents. Eviter les excès de laitage. Votre enfant doit finalement recevoir une alimentation normale et variée. En général, l'alimentation ne peut résoudre, à elle seule, le problème de la constipation.
- 2. Maintien d'une bonne hydratation des selles** grâce à l'usage du macrogol (Forlax ou Movicol). Cette molécule retient l'eau et permet ainsi aux selles de rester suffisamment hydratées pour être plus facilement évacuées au lieu de se dessécher et de durcir. Cette molécule n'est ni absorbée ni métabolisée par l'organisme. Elle n'entraîne donc ni toxicité ni dépendance, et peut être utilisée de façon très prolongée. La dose de Forlax ou de Movicol doit être modifiée par les parents selon le résultat obtenu. Il faut en effet que l'enfant ait au moins une selle par jour, de préférence 2.

**Département de
Pédiatrie**

**Site Notre-Dame
Grand-rue 3
6000 CHARLEROI**

Pédiatrie générale
☎ 071/10.45.30

Néonatalogie
☎ 071/10.45.01

Secrétariat
☎ 071/10.45.46 ou 47
✉ 071/10.45.45
nd.secret.pediatrie@ghdc.be

**Consultations Site
Notre-Dame**
☎ 071/10.45.41 ou 42
cons.ped.nd@ghdc.be

Au départ, les doses seront plus élevées de façon à procéder à l'évacuation du côlon (= déboucher le tuyau). Un délai de réponse de 48 à 72 heures est souvent observé à l'initiation du traitement.

ENSUITE, LES DOSES SERONT DIMINUEES LENTEMENT ET PROGRESSIVEMENT. En cas de réapparition de selles dures ou d'un ralentissement du rythme des défécations, il faut immédiatement réagir et augmenter les doses à nouveau. Eviter l'usage d'autres laxatifs, démontrés moins efficaces. Réserver l'usage de suppositoires et de lavements uniquement en cas d'urgence, ce qui constitue en effet une approche non souhaitable d'une zone anatomique sensible. Le traitement par Macrogol doit être poursuivi aussi longtemps que nécessaire, parfois plusieurs mois s'il le faut pour que les mécanismes de la défécation soient bien acquis c'est-à-dire que l'enfant perçoive l'envie d'aller à selles. Il faut également que la confiance de l'enfant soit totalement (r)établie.

3. **Présentation régulière aux toilettes et horaires des défécations :** Veiller à ce que votre enfant ait une position adéquate sur les toilettes. Profiter du réflexe gastrocolique exonérateur (bol alimentaire qui pousse sur le côlon) et placer votre enfant sur les toilettes après le repas 2 à 3 x/j. L'usage d'un calendrier permet d'obtenir une autonomisation de la part de l'enfant.

Chez l'enfant qui n'est pas encore propre, le traitement de la constipation doit l'aider à acquérir la propreté, c'est-à-dire la défécation volontaire. Il faut que cette phase d'apprentissage se déroule dans le confort et la sérénité, pour que l'enfant acquière une défécation tranquille et efficace, c'est-à-dire sans appréhension.

Chez l'enfant qui souffre d'encoprésie, handicap social majeur, il faut expliquer régulièrement tous ces principes et, si besoin, demander à l'enfant de tenir un carnet de suivi des défécations volontaires ou involontaires. Une aide psychologique peut s'avérer nécessaire mais l'apprentissage proposé ci-dessus devrait permettre de résoudre le problème, sans y recourir.