

Constipation des Bébés:

Définition : selles dures (comme des boulettes de lapin) dont l'émission est TRES douloureuse et RARE (1x/>4-7j)

Le rythme NORMAL d'émission de selles peut varier :

Bébé : de 8-10 x/j à 1x/2-3j : Normal !

Enfant : 3-5 x/j à 1x/2-3j : Normal !

Souvent lors d'un changement de régime : lait artificiel, légumes, fruits... le transit peut être perturbé le temps que l'intestin s'adapte à la nouvelle alimentation. La patience est de mise car cela passe tout seul

Certains bébés/enfants(adultes !) doivent POUSSER fort : cela n'est pas anormal si les selles sont normales.

Conseils :

1. HYDRATER :

Au sein : proposer de l'eau Hépar (au bibi ou à la cuillère) entre les tétées (5 ml 3-4x/j)

Au bibi : préparer max 1 bibi/2 avec eau Hépar.

2. **Eviter le thermomètre, les suppositoires** (glycerine ou autres..) et lavements (respect et blocage/conditionnement). A utiliser si réelle gêne et pas avant 3 jours sans selles !

3. **Massages** du ventre : dans le sens des aiguilles d'une montre et ne pas avoir peur de bien appuyer !

4. **Autres** :

- ostéopathie /microkiné (surtout si reflux /torticolis associés)
- régulation de la flore intestinale: probiotical, protectis,
- Parfois : Laxatifs Osmotiques (attirent de l'eau et ne donnent pas de crampes ni d'accoutumance)
Lactulose (sirop) : 2.5-5ml 1-2x/j (pas de danger, mais à discuter avec le pédiatre pour un usage correct et approprié).