

FK: Questions de santé



Ce feuillet d'information est publié par les diététistes spécialisées en fibrose kystique de tout le Canada.

Un merci tout particulier à nos commanditaires, qui ont offert des subventions sans restriction :



On peut reproduire cet article sans permission, pourvu que le nom des auteurs soit mentionné.

Nutrition des nourrissons fibro-kystiques nouvellement diagnostiqués

Le présent feuillet vous renseignera sur les besoins nutritionnels spécifiques de votre enfant de même que sur les interventions nutritionnelles qui contribueront à sa croissance.

La plupart des nourrissons prennent du poids de façon appropriée et affichent une courbe de croissance régulière. Un retard de croissance chez un enfant sera par ailleurs une source d'inquiétude pour les parents et les médecins. Si le médecin de famille ou le pédiatre notent chez un nourrisson des troubles de croissance ou d'alimentation ou la présence de selles molles, ils effectueront des examens pour en trouver l'origine. La plupart des enfants atteints de fibrose kystique (FK) ne sont diagnostiqués qu'au moment où des problèmes apparaissent, mais certains nourrissons le sont très tôt (lors de tests prénatals ou de programmes de dépistage néonatal), avant même que ne se manifeste tout symptôme de FK.

Signes et symptômes

Les nourrissons atteints de FK peuvent présenter un ou plusieurs des symptômes suivants :

- Une lente prise de poids ou un retard de croissance;
- De l'irritabilité ou des problèmes de sommeil;
- Des ballonnements abdominaux;
- Beaucoup d'appétit ou très peu d'appétit;
- Des selles molles fréquentes, nauséabondes (odeur d'acidité) ou huileuses; beaucoup de flatulences;
- Une peau au goût salé;
- Dans certains cas, une éruption cutanée qui ne guérit pas.

Tout le monde s'attend à ce que la croissance d'un enfant se déroule bien. Avant de poser un diagnostic de FK chez des nourrissons présentant un ralentissement dans la prise de poids et des selles plus molles que normalement, il faut vérifier si l'alimentation a été changée (par exemple, arrêt de

l'allaitement maternel ou introduction de préparations sans lactose ou de préparations au soya). Une modification de l'alimentation ne s'avère pas bénéfique chez la plupart des enfants atteints de FK. Une fois le diagnostic de FK établi, les interventions en vue d'améliorer l'état nutritionnel et pulmonaire aideront le nourrisson à prendre du poids, à grandir et à rattraper le retard sur les autres bébés de son âge! Une bonne alimentation est primordiale pour les enfants atteints de FK afin qu'ils puissent lutter contre les infections et se développer normalement. Votre diététiste tout comme l'équipe de FK pourront surveiller avec vous la courbe de croissance de votre enfant.

Examens

Après la confirmation du diagnostic de FK, on réalisera d'autres examens pour s'assurer que votre enfant s'alimente adéquatement. Parmi ces examens, les analyses sanguines serviront à vérifier la présence d'une anémie ou les concentrations de protéines et de vitamines. Les examens des selles, notamment le dosage des graisses fécales dans des selles recueillies pendant 72 heures ou le dosage de l'élastase fécale, contribueront à établir le degré d'absorption des aliments. Les tests permettront entre autre à guider l'équipe de FK dans sa décision de prescrire ou non à votre bébé des substances appelées enzymes pancréatiques. Ces enzymes sont nécessaires pour palier la malabsorption des nutriments, phénomène qui survient fréquemment dans les cas de FK.

Soins nutritionnels pour les nourrissons atteints de FK

Les premiers aliments

Le lait maternel est l'aliment par excellence pour tous les bébés, et plus particulièrement pour les nourrissons atteints de FK. S'ils ne sont pas nourris au sein, la plupart des bébés atteints de FK peuvent quand même se développer normalement

Nutrition des nourrissons fibro-kystiques nouvellement diagnostiqués

Une bonne alimentation est primordiale pour les enfants atteints de FK afin qu'ils puissent lutter contre les infections et se développer normalement

avec des préparations de lait de vache. Dans certains cas, on pourra recommander des préparations spéciales pour nourrissons. Les bébés atteints de FK ont souvent des besoins en énergie (calories) plus élevés que les autres nourrissons. Pour fournir ce supplément d'énergie, on peut leur donner des préparations lactées en plus du lait maternel ou, pour les bébés nourris au biberon, du lait maternisé enrichi de calories. Par ailleurs, le lait maternel tout comme les préparations lactées apporteront à votre nourrisson tous les éléments nutritifs nécessaires jusqu'à l'âge de six mois.

L'ajout d'aliments solides

Comme les autres nourrissons, votre enfant devrait recevoir dès l'âge de six mois des aliments solides tels que les céréales, les fruits en purée et les légumes. Vous devriez également lui servir des céréales pour bébés ou de la viande pour combler ses besoins en fer. Pour augmenter l'apport énergétique, vous pouvez ajouter du beurre, de la margarine ou de l'huile à sa nourriture. Votre diététiste pourra vous conseiller à ce sujet.

Les enzymes et les vitamines

Les nourrissons atteints de FK présentent souvent des troubles de croissance et une insuffisance pondérale en raison d'une mauvaise digestion. Les matières grasses sont une importante source de calories (énergie), lesquelles sont indispensables à la croissance. Si le pancréas ne fonctionne pas bien, la digestion des matières grasses se fait difficilement, ce qui peut se traduire par des selles fréquentes, huileuses et nauséabondes. La fibrose kystique entraîne également une malabsorption de certaines vitamines; pour remédier à ce problème, on peut donner au bébé des enzymes pancréatiques à la cuillère (après les avoir mélangées à une purée de pomme ou à un autre fruit) et les vitamines liposolubles A, D, E et K sous forme liquide. Les enzymes et les vitamines peuvent être prescrits par l'équipe de FK.

Le sel

Les nourrissons et les enfants atteints de FK perdent davantage de sel par leur transpiration que les autres enfants, tout spécialement durant

les chaudes journées d'été ou au cours d'activités sportives intenses. Pour compenser cette perte, les enfants plus âgés peuvent ajouter du sel à leurs aliments. Quant aux nourrissons FK, nombre d'entre eux peuvent puiser une quantité suffisante de sel dans le lait maternel, dans le lait maternisé ou dans les aliments pour suppléer à la perte sodique. Cependant, dans le cas de nourrissons qui transpirent beaucoup, la perte de sel doit être comblée. Pour ce faire, on peut leur donner un supplément de sel, c'est-à-dire une solution spéciale mélangée à une purée de pomme ou ajoutée directement au lait maternel ou aux préparations lactées. Votre diététiste et l'équipe de FK pourront vous conseiller sur la pertinence de remplacer les pertes de sel.

Résumé des recommandations

- Des enzymes pancréatiques par voie buccale (pour la plupart mais pas nécessairement pour tous les nourrissons atteints de FK);
- L'allaitement ou l'administration de préparations lactées (lait maternel ou lait maternisé riches en énergie pour certains bébés);
- Des vitamines liposolubles;
- Des aliments solides à haute teneur énergétique;
- Des suppléments de sel dans une solution spéciale (parfois nécessaires).

Une fois le traitement pour la fibrose kystique instauré, vous remarquerez peut-être chez votre bébé une baisse d'appétit. Cette situation est tout à fait prévisible puisque votre enfant, absorbant mieux les aliments, prend du poids et n'a plus besoin de manger autant qu'auparavant. Les bébés FK peuvent mettre des semaines ou même des mois à reprendre une croissance normale. Il est donc très important que ces enfants soient suivis de façon régulière par l'équipe de soins de fibrose kystique et par les équipes de soins de santé communautaires. Le diététiste, de concert avec l'équipe de FK, vous apportera son soutien et vous conseillera sur les modifications à apporter à l'alimentation et aux enzymes pour que votre enfant puisse grandir et prendre du poids.