Calmer les coliques du nourrisson

BÉBÉ ENTRE 0 ET 6 MOIS

ARTICLE

JUIN 11, 2019

3 MINS

Durant ses premières semaines de vie, bébé peut soudainement se tortiller, avoir de nombreux gaz, se mettre à pleurer et est inconsolable. Ce phénomène bénin de transition s'appelle les coliques du nourrisson.

Comment reconnaître les coliques du nourrisson

Alors que votre nouveau-né était le plus adorable des bébés, passant ses journées à dormir, sans un pleur, depuis qu'il a 2 semaines, vous passez vos soirées à le bercer.

Rien n'y fait, il reste inconsolable.

Votre bébé semble avoir **mal au ventre**, il replie frénétiquement ses jambes sur son ventre. Bien souvent, il finit par émettre un gaz, ce qui le calme un peu… jusqu'à ce que ça recommence.

A confirmer avec votre pédiatre, mais ce sont certainement des **coliques**.

Première bonne nouvelle : la santé de votre enfant n’est pas en danger, les **coliques du nouveau-né** ne sont pas une **maladie infantile**.

Deuxième bonne nouvelle : ça passera vers ses trois mois !

Quelles sont les causes des coliques du nouveau-né ?

Débutant souvent en fin d'après-midi ou en soirée, les coliques ressemblent à des **maux de ventre** survenant de façon intense et fréquente.

Elles s'expriment par des **pleurs du bébé** qui durent longtemps, une agitation (bébé se tortille dans tous les sens) et l'émission de gaz.

Malgré les tentatives d'études, les causes des **coliques du nourrisson** restent inexpliquées.

Reste alors la théorie. Elles peuvent être la conséquence :

- une immaturité intestinale
- de l'anxiété des parents
- un cycle veille-sommeil qui se construit
- ou parfois d'une allergie aux protéines de lait de vache

Les **coliques du nouveau-né** ne modifient pas la consistance ou l'aspect des selles et ne sont pas à confondre avec une **diarrhée**.

Les remèdes pour soulager bébé

Pour calmer bébé, les parents sont capables de tout tenter. Voici quelques astuces à tester :

- si vous allaitez : évitez les épices, les choux, brocolis, choux de Bruxelles, les haricots et flageolets, sources de flatulence
- massez doucement le ventre de votre bébé dans le sens des aiguilles d’une montre
- posez sur son abdomen une bouillotte (de préférence remplie de noyaux de cerises) tiède car le chaud est un formidable antidouleur
- demandez à votre pédiatre un **médicament** homéopathique (en sirop)
- usez et abusez de l'écharpe de portage : la position verticale soulage bébé

- portez bébé à plat ventre sur votre avant-bras, sa tête au creux de votre main et ses jambes et bras pendants de chaque côté puis marchez, marchez, marchez

Attention, la succion calme les douleurs intestinales et votre bébé aura tendance à vouloir toujours téter… S'il mange trop, il aura **mal au ventre** ! Patience ! On dit qu'il faut attendre les 100 jours de bébé pour avoir un bébé zen.