



## Teste respiratoire au lactose Information pour les parents

Un test respiratoire au lactose est un examen simple pour étudier si le lactose (le sucre présent dans le lait) est bien digéré. Si le lactose n'est digéré que partiellement, le taux d'hydrogène dans l'air expiré augmente. Uniquement lorsque cette augmentation est accompagnée de symptômes, l'examen peut être considéré comme anormal. Cet examen ne procure aucune information sur la cause de cette mauvaise digestion et absorption. Cette cause peut être « primaire » (une situation congénitale héréditaire) ou « secondaire » (la conséquence d'une autre maladie). Après l'examen un pédiatre viendra vous donner les informations nécessaires. Si le test est anormal une diététicienne viendra vous expliquer un régime sans lactose.

### PREPARATION A LA MAISON

Au moins 4 heures à jeun pour les enfants moins d'un an.

8 heures à jeun pour les enfants de plus de un an.

Pas de prise d'antibiotiques pendant les 4 semaines précédant l'examen.

Pas de nutrition riche en fibres (voir liste jointe) le jour avant l'examen.

Pas de probiotics, prokinétiques ni lactulose la veille de l'examen.

### QUE DEVEZ-VOUS APPORTER?

La Kids-ID ou la carte ISI+ de votre enfant

Quelque chose pour occuper votre enfant pendant l'examen (jouets, livre, jeux,...).

Une collation et une boisson à donner à votre enfant après l'examen.

### VOUS ARRIVEZ AU KIDZ HEALTH CASTLE

Veillez à vous présenter au KidZ Health Castle 15 minutes avant l'heure de votre rendez-vous.

Nous insistons à ce que l'enfant soit accompagné que de UN adulte/parent et pas d'autres frères et sœurs. Notre unité n'est pas prévue pour plus de monde.

### VOUS ETES EN RETARD OU VOUS NE POUVEZ PAS VENIR ?

Contactez le service Gastro KidZ immédiatement.

Nous ne pouvons pas vous garantir que tous les examens pourront avoir lieu si vous venez en retard.

### S'INSCRIRE

Commencez par **préinscrire votre enfant**. Pour ce faire, présentez-vous au guichet après avoir pris un ticket au distributeur. Le guichet se trouve dans le hall d'entrée du KidZ Health Castle (zone F/route 990). Après la préinscription, vous recevrez un formulaire d'inscription.

Suivez la route 940 jusqu'à l'unité **Gastro KidZ/F940**.

## SE PRESENTER

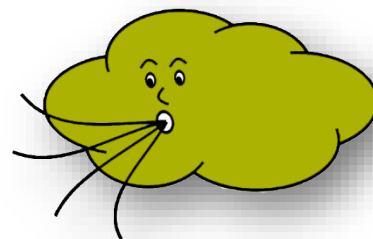
A l'unité, vous donnez votre formulaire à l'infirmière ou déposez le dans le corbeille courrier. Ensuite prenez place dans la salle d'attente.

Puisque la majorité des enfants, y compris votre enfant, doit rester à jeun, nous vous demandons de ne pas manger ni de boire dans la salle d'attente.

## L'EXAMEN

En fonction de la maturité de l'enfant, il lui est demandé de souffler dans un petit tuyau ou dans un masque. L'air expiré est collecté dans une seringue.

Ensuite, l'enfant reçoit une solution avec du lactose à boire dans un gobelet ou un biberon – apporter de la maison ! Une fois que tout le lactose est ingéré, l'enfant doit souffler toutes les 30 minutes pendant 3 heures (donc encore 6 fois...). Pendant l'examen, l'enfant peut uniquement boire un peu d'eau mais ne peut rien manger.



## APRES L'EXAMEN

### SUIVI DES SOINS

Si l'examen est normal, il n'y a rien à faire ou à craindre. Lorsque l'examen est perturbé, votre enfant peut développer des gaz intestinaux, des douleurs abdominales et/ou de la diarrhée.

La diététicienne vous expliquera ensuite comment suivre un régime sans lactose.

Il est également nécessaire de savoir si l'intolérance au lactose est "primaire" ou "secondaire".

### COMPLICATIONS

Aucune

# Brochure test respiratoire à l'hydrogène

Il est nécessaire de procéder à quelques ajustements alimentaires dans les 24 heures qui précèdent le test respiratoire.

Ceci implique qu'il faut éviter les glucides difficiles à absorber et ceux qui fermentent, tels que le lactose, le fructose, le xylitol, les oligosaccharides, les disaccharides, les monosaccharides et les polyols.

## Féculents

Autorisé	À éviter
Pain blanc	Céréales complètes : Cornflakes, flocons d'avoine
Pâtes (blanches) raffinées	Pain complet/ multi-céréales, pain brun
Pomme de terre cuites	Pâtes complètes
Biscottes	Riz brun / non poli
	Quinoa
	Pomme de terre douce

## Légumes

Autorisé	À éviter
Légumes cuits (faciles à digérer)	Chicons, oignon, ail, chou-fleur, brocoli, champignons, chou vert, chou rouge, chou blanc

	Crudités
--	----------

## Fruit

Aucun fruit n'est autorisé

## Viande, poisson ou Vlees/vis of vegetarische alternatieven

Autorisé	À éviter
Tous les poissons et viandes sont autorisés	Légumineuses (pois chiches, lentilles, haricots kidney, haricots blanc, haricots noirs, ...)
Tofu, quorn, seitan, tempé (zonder look of ajuin)	Falafels
Alternatives végétariennes (burgers, boulettes, ...)	Alternatives végétariennes avec des légumineuses

## Produits laitiers et dérivés

Autorisé	À éviter
Fromage	Produits laitiers : lait, yaourt, pudding, fromage blanc
Yaourt végétal non sucré sans polyolen ou xylitol (Alpro no sugars, Sojade nature)*	

\*Vous pouvez vérifier dans la liste des ingrédients si le xylitol ou les polyols sont présents dans l'aliment

## Graisses

Autorisé	À éviter
Tous les graisses et graisses de cuissons (margarine, minarine, beurre, huiles)	/

## Biscuits/ Gâteaux/ pâtisseries/ sucreries/ chips/ chocolat, fruits à coque/ noix

Autorisé	À éviter
Crackers sale/ biscuits salés	Édulcorant Xylitol ou polyols dans les confiseries/bonbons, les chewing-gums, le chocolat et les biscuits*
Chips	Biscuits avec des fibres (>3g/100g fibres)
Noix (salés)	Biscuits (sucré)
Pâte à tartiner: beurre de cacahouètes, Pâte à tartiner aux amandes (100%)	sucré cristallisé, sucre candi, miel, sirops (figue, érable, agave, ...)
	Pâte à tartiner au chocolat, pâte à tartiner au spéculoos, vermicelles (chocolats, sucre)
	Confiture, sirops
	Chocolat

\*Vous pouvez vérifier dans la liste des ingrédients si le xylitol ou les polyols sont présents dans l'aliment

## Boissons

Autorisé	À éviter
Eau	Sodas
Sodas sans sucre, sans xylitol et sans polyols*	Jus de fruits
	Boissons sans sucre avec xylitol et polyols*
	Lait

\*Vous pouvez vérifier dans la liste des ingrédients si le xylitol ou les polyols sont présents dans l'aliment

## Gastro-enterologie pédiatrique

Prof. B. Hauser  
Prof. E. De Greef  
Prof. K. Huysentruyt  
Prof. G. Veereman  
Prof Y. Vandenplas  
Dr. T. Devreker  
Dr. R. Lemmens  
Dr. A. Lemmens

Consultation ☎ 02 477 60 61  
Rendez-vous examens ☎ 02 477 41 85  
(nécessite une ordonnance de votre médecin)  
Gastro KidZ/F940 ☎ 02 477 70 94  
✉ [Gastrokids@uzbrussel.be](mailto:Gastrokids@uzbrussel.be)

Edition: 2023  
V.U.: Prof. dr. M. Noppen

Cette brochure se limite aux informations de nature générale et ne décrit pas la totalité des techniques, des applications et des risques. Une information complète, adaptée à la situation de chaque enfant, est fournie par le médecin / le collaborateur impliqué.