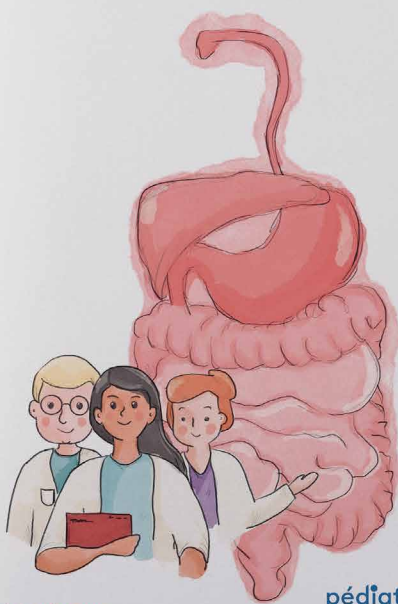


Vol. 37 | 3-2026

PAEDIATRICA

Journal de formation continue
de la Société Suisse de Pédiatrie



> NUMÉRO THÉMATIQUE
GASTROENTÉROLOGIE, HÉPATOLOGIE
ET NUTRITION

pédiatrie
suisse
L'organisation professionnelle
de la pédiatrie

INTOLÉRANCES ALIMENTAIRES L'ENFANCE : LE LACTOSE

George Marx, Pascal Müller

L'article original a été rédigé en allemand.
Traducteur : Rudolf Schlaepfer



George Marx



Pascal Müller

Introduction

Les aliments jouent un rôle primordial pour la santé et le bien-être. Néanmoins, de nombreuses personnes sont sensibles à certaines substances alimentaires. Ces intolérances alimentaires peuvent provoquer différents troubles, tels que des douleurs abdominales, ballonnements, sentiment désagréable de lourdeur et des nausées. Contrairement aux allergies alimentaires, les intolérances alimentaires sont dues à des troubles de la digestion de certains composants alimentaires.

Parmi les formes les plus fréquentes, on trouve l'intolérance au lactose et la malabsorption du fructose. L'intolérance au lactose se caractérise par une digestion insuffisante du lactose (glucose + fructose) due à un déficit de l'enzyme digestive lactase. La malabsorption du fructose, quant à elle, est caractérisée par une absorption insuffisante du fructose dans le grêle. Dans les deux cas, les sucres non digérés aboutissent dans le côlon, où ils sont métabolisés par des bactéries intestinales. Se forment alors des gaz comme l'hydrogène, le gaz carbonique et le méthane ainsi que d'autres produits du métabolisme comme les acides gras libres, pouvant engendrer les troubles typiques.

Les symptômes sont non-spécifiques et peuvent être occasionnés aussi par d'autres maladies gastro-intestinales, un diagnostic ciblé est donc important. Une technique souvent utilisée pour élucider ces intolérances est le test respiratoire à l'hydrogène (H).

Test respiratoire à l'hydrogène expiré

Le test respiratoire à l'hydrogène est une méthode diagnostique importante qui permet de vérifier si certains sucres sont absorbés correctement dans l'intestin ou s'il y a une intolérance ou malabsorption. La méthode est simple et indolore et souvent utilisée chez des patients avec des troubles gastro-intestinaux pas clairs^[1].

Arrière-plan

Lors de la digestion normale, les sucres comme le lactose et le fructose sont absorbés par le grêle passant dans le sang. Si ce processus est perturbé, les sucres aboutissent non digérés dans le côlon, pour être fermentés par les bactéries intestinales. Se forme entre autres du H₂ (figure 1). Ce gaz est absorbé par la muqueuse intestinale, atteint le poumon et est expiré. La

Ballonnements,
diarrhées, douleurs
abdominales.

Figure 1. Mécanisme dans le côlon suite à la digestion insuffisante de sucres.

Déroulement du test

En général, le test est effectué dans un cabinet médical ou une clinique. Il dure environ deux à trois heures.

Préparation optimale

- 4 semaines avant : pas d'antibiotiques et pas de coloscopie
- 2 semaines avant : pas de probiotiques
- 1 semaine avant : pas de produits de contraste ou de médicaments pour nettoyer l'intestin
- 1 jour avant : alimentation légère, pauvre en fibres (p. ex. riz, pain blanc, volaille), produits lactés sans lactose
- la veille : pas d'alcool, fruits, légumineuses, produits lactés ou sucreries
- dernier repas : au plus tard 12 heures avant le début du test
- interdiction de nicotine 6 heures avant le test
- éviter une activité physique intense peu avant le test.

GLUT-5 et l'absorption du fructose

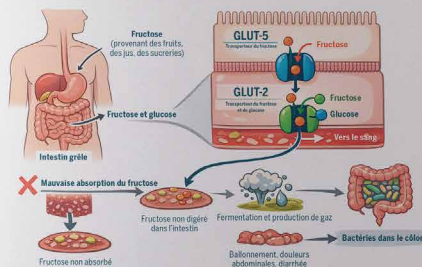


Figure 2. Physiopathologie de la malabsorption du fructose (ChartGP).

Signes et limites

Le test respiratoire à l'hydrogène offre plusieurs avantages. Il est simple à mettre en pratique et fournit des résultats rapides.

Il a aussi ses limites. Certaines personnes produisent peu de l'hydrogène dans leur intestin, ce qui peut conduire à un test faux négatif. Dans ces cas, il faut appliquer des méthodes complémentaires, comme la mesure de méthane ou évaluer les symptômes ou la mesure de la capacité de fermentation.

Absorption du fructose pendant l'enfance
L'absorption du fructose est une cause fréquente de troubles gastro-intestinaux fonctionnels pendant l'enfance. Environ 30-40% de la population ne réabsorbe pas le fructose en quantité habituelle dans le grêle. Chez l'enfant, la capacité de transport de ce sucre est réduite ou surchargée. Si la quantité de fructose ingérée dépasse la capacité de transport, une partie du sucre reste dans l'intestin^[2,3].

Pathologie

L'absorption du fructose se fait essentiellement par le transporteur GLUT-5 dans les entérocytes de la muqueuse intestinale. Chez l'enfant avec une malabsorption du fructose, la capacité de transport de ce système est réduite ou surchargée. Si la quantité de fructose ingérée dépasse la capacité de transport, une partie du sucre reste dans l'intestin^[2,3].

<https://doi.org/10.35590/PAEDIATRICA.1.2026.3.5>

POSITIONNEMENT

Paediatrica est la revue de formation continue officielle de pédiatrie suisse.

Tous les membres de pédiatrie suisse reçoivent l'édition imprimée.

Le magazine Paediatrica est la revue appropriée pour toucher tous les pédiatres en Suisse.

INDICATIONS GÉNÉRALES

Tirage total

2 881 exemplaires (certificat REMP)

Parution

4 fois par année en version française et en version allemande (deux revues différentes)

Diffusion et lectorat

Paediatrica est envoyé à tous les membres de pédiatrie suisse

Éditeur et Rédaction

pédiatrie suisse

Rue de l'Hôpital 15

1701 Fribourg

redaction@pediatriesuisse.ch

026/350 33 44

Annonces

Médecine & Hygiène

Michaela Kirschner

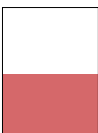
Chemin de la Gravière 16

1225 Chêne-Bourg

pub@medhyg.ch

022/702 93 41

PRIX ET FORMATS

Formats		Prix par parution
	1/1 page, face éditoriale (210 x 297 mm) 2 ^e de couverture (210 x 297 mm) 3 ^e de couverture (210 x 297 mm)	CHF 4 100.-
	4 ^e de couverture (210 x 297 mm)	CHF 4 400.-
	1/1 page annonce intérieur (210 x 297 mm)	CHF 3 900.-
	1/2 page (210 x 148 mm)	CHF 2 400.-
	1/3 page (210 x 99mm)	CHF 2 000.-
	1/4 page (210 x 74mm)	CHF 1 800.-

Conditions générales

TVA 8,1% en sus sur tous les prix.

RABAIS

Rabais de répétition

2 x 10%, 4 x 20%

Commission conseil

Les agences de publicité reçoivent une commission conseil de 10%.

CALENDRIER 2027

No	Date de parution	Boucllement des annonces	Délai de remise du matériel
Paediatrica 1 (Pharmacologie)	31.03.2027	01.02.2027	10.02.2027
Paediatrica 2 (Médecine du voyage)	30.06.2027	30.04.2027	07.05.2027
Paediatrica 3 (Addiction et violence)	30.09.2027	05.08.2027	11.08.2027
Paediatrica 4 (Génétique)	16.12.2027	28.10.2027	03.11.2027

DONNÉES TECHNIQUES

Magazine

Format de revue : 210 x 297 mm

Franc-bord : 216 x 303 mm (coupe 3 mm sur 4 côtés inclus avec traits de coupe)

Miroir : 184 x 244 mm

Matériel : pdf certifié (haute définition)

Images : 300 dpi

Finition : Thermocollé

Impression : Offset, Raster 60

Livraison du matériel d'impression

Médecine & Hygiène

Michaela Kirschner

Chemin de la Gravière 16

1225 Chêne-Bourg

pub@medhyg.ch

Imprimerie

Valmedia AG

Pomonastrasse 12

3930 Visp

027/ 948 30 30