

# REDONNONS-LEUR LE SOURIRE

**Eczéma ? Vomissements ? Diarrhée ?**

N'hésitez pas à discuter avec votre  
médecin de **l'allergie aux protéines  
de lait de vache**



**Nestlé**  
HealthScience



Parfois, il suffit de poser cette simple question :

*“Peut-il s’agir d’une allergie aux protéines de lait de vache ou d’une autre allergie alimentaire ?”*

Dans cette brochure, vous trouverez des informations pour mieux comprendre les mécanismes de l’allergie aux protéines de lait de vache, des conseils, des témoignages d’autres parents... Vous découvrirez également que lorsque le diagnostic est confirmé, les symptômes peuvent être relativement faciles à traiter.

Nous espérons que cette brochure vous sera utile et qu’elle répondra à certaines des questions que vous vous posez.

*Ne laissez pas l’allergie  
aux protéines de lait de vache*  
**PERTURBER LA VIE DE  
VOTRE ENFANT ET LA VÔTRE**



## Une période normalement heureuse PEUT ÊTRE TRÈS VITE PERTURBÉE

Les allergies alimentaires peuvent être synonymes de longs et pénibles parcours pour vous et votre enfant.

En consultant les témoignages d'autres parents vous en apprendrez plus sur les symptômes pouvant être liés à l'allergie aux protéines de lait de vache.



“Mon bébé de 3 mois **pleure beaucoup** après les repas. Ma mère pensait que c'était des coliques, mais après avoir regardé sur Internet et parlé à des amis, j'ai peur que cela puisse être quelque chose de plus sérieux.”

*Ingrid, Lyon*



“Mon petit a une respiration sifflante et un **eczéma** vraiment **important**. Les lésions sont très étendues. Je n'arrive pas à savoir quelle en est la cause.”

*Tingting, Paris*



“Mon enfant de 4 mois a une **diarrhée** et des **taches rouges sur le corps**. J'ai essayé différentes options alimentaires, mais rien ne semble y faire.”

*Gonzalo, Toulouse*



“Mon petit garçon a une **diarrhée** et un **vilain érythème fessier**. Il dort très mal aussi. Je ne sais pas quoi faire et je me sens vraiment coupable car je me dis qu'en tant que mère, je ne fais pas ce qu'il faut.”

*Tina, Bordeaux*



## Qu'est-ce que L'ALLERGIE AUX PROTÉINES DE LAIT DE VACHE ?

De toutes les allergies alimentaires du nourrisson, l'**allergie aux protéines de lait de vache** ou **APLV** est l'une des plus fréquentes. Elle touche jusqu'à 3 % des enfants de moins d'un an. Heureusement, près de la moitié des enfants concernés par l'APLV guérissent à l'âge de 1 an (et les deux tiers à l'âge de 2 ans).

Les allergies alimentaires comme l'APLV peuvent toucher n'importe quel nourrisson, cependant le risque est plus élevé chez les enfants qui ont des antécédents familiaux d'allergie.

L'APLV survient lorsque le système immunitaire du bébé réagit négativement aux protéines présentes dans le lait de vache. Si l'enfant est allaité, la réaction est déclenchée par les protéines du lait ingérées par la mère et qui sont passées dans le lait maternel. Si l'enfant est nourri avec un lait infantile, la réaction est liée aux protéines de lait présentes dans la formule de cet aliment. Dans les deux cas, le système immunitaire considère ces protéines comme étrangères et pour se protéger, l'**organisme libère des substances naturelles, comme les histamines, qui causent les symptômes d'allergie que présentent votre enfant.**

Ces **symptômes** peuvent apparaître immédiatement, dans les minutes qui suivent l'ingestion de lait de vache, ou après plusieurs heures ou jours, selon la nature de la réaction.



### BIEN FAIRE LA DIFFÉRENCE

**L'allergie aux protéines de lait de vache et l'intolérance au lactose, ce n'est pas la même chose !**

Bien que certains symptômes soient similaires, l'intolérance au lactose est une incapacité à digérer le lactose, un sucre présent aussi bien dans le lait de vache que dans le lait maternel. Alors que l'APLV est une réaction immunitaire contre certaines protéines contenues dans ces laits. Par ailleurs, l'intolérance au lactose est extrêmement rare avant l'âge de 3 ans, y compris chez les enfants souffrant d'APLV.

1

## Quels symptômes

### FAUT-IL RECHERCHER DANS L'ALLERGIE AUX PROTÉINES DE LAIT DE VACHE ?

En tant que parent, vous savez quand votre enfant ne va pas bien ou a mal.

L'APLV peut se manifester par un grand nombre de symptômes différents. Chaque cas d'APLV étant unique, il est donc utile d'avoir en tête tous les symptômes possibles à rechercher.

Il existe 4 grandes catégories de signes et de symptômes de l'APLV\* :

#### DIGESTIFS

- Vomissements
- Régurgitations fréquentes (remontées de lait dans la bouche)
- Reflux
- Refus de s'alimenter
- Colique (accompagnée de pleurs inconsolables\*\*)
- Diarrhée (avec ou sans perte de sang)
- Constipation
- Dysphagie (difficultés à avaler)
- Douleurs gastriques

#### RESPIRATOIRES

- Respiration sifflante ou difficile
- Écoulement nasal et éternuements
- Toux chronique (persistante)

*Le diagnostic de l'APLV doit être fait par un médecin*

#### CUTANÉS

- Urticaire (éruption avec papules rouges en relief)
- Œdème (gonflement des lèvres ou des paupières)
- Eczéma (peau sèche et rouge, avec desquamation ou prurit)

#### GÉNÉRAUX

- Fatigue
- Léthargie
- Agitation
- Détresse
- Troubles du sommeil
- Choc anaphylactique (réaction rapide avec œdème et éruption prurigineuse ; s'observe dans les cas sévères)

\* Adapté des recommandations 2012 de la Société Européenne de Gastro-Entérologie, Hépatologie et Nutrition Pédiatriques (ESPGHAN). JPGN, 2012, 55 (2), p221-229

\*\* La colique infantile est associée à des pleurs excessifs sur une période régulière dans la journée, et elle persiste pendant les premiers mois de la vie.

2

## Il existe des solutions nutritionnelles SI UNE ALLERGIE AUX PROTÉINES DE LAIT DE VACHE EST DIAGNOSTIQUÉE CHEZ VOTRE ENFANT

Une fois diagnostiquée, l'APLV est relativement simple à traiter. Il faut pour cela consulter un professionnel de santé dès que possible, pour assurer un diagnostic correct et commencer l'éviction alimentaire.

Ainsi, il vous sera recommandé plus tôt la bonne solution nutritionnelle pour votre enfant et vous serez rassuré(e) en sachant qu'il prend les nutriments nécessaires pour rester en bonne santé.

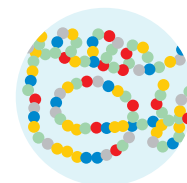
Il existe plusieurs options dont vous pouvez discuter avec votre médecin pour bien gérer l'APLV :

**Allaitement :** L'allaitement est la meilleure façon de nourrir votre enfant dans les premiers mois de vie et il doit être privilégié chaque fois que cela est possible. C'est également le meilleur choix pour nourrir un enfant souffrant d'APLV. Dans de très rares cas, un enfant allaité peut développer les symptômes d'APLV. Dans de tels cas, il peut souvent suffire que la maman cesse de consommer du lait et des produits laitiers pendant l'allaitement (les protéines de lait peuvent passer dans le lait maternel et provoquer l'allergie chez l'enfant allaité). Il faut généralement prendre un conseil diététique qualifié pour exclure totalement toutes les sources cachées de protéines de lait de vache, tout en s'assurant que votre alimentation est bien équilibrée sur le plan nutritionnel.

**Préparations infantiles :** Parfois, les symptômes d'allergie ne s'améliorent pas, même après avoir évincé les produits laitiers de votre alimentation. Peut-être faut-il alors recourir à une préparation infantile. Si la décision est prise d'utiliser une préparation infantile pour nourrir des atteints d'APLV, cela ne doit être fait que sous surveillance médicale et après avoir soigneusement examiné toutes les options nutritionnelles, y compris l'allaitement.

Il existe deux types de préparations infantiles convenant pour l'APLV :

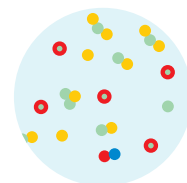
Formule standard à base de protéines de lait de vache



Préparation infantile complètement hydrolysée (HPP) :

Un HPP est un lait infantile dont les protéines de lait de vache (PLV) ont été complètement hydrolysées, afin qu'elles soient moins allergisantes que dans le lait entier. Pour la plupart des nourrissons et des jeunes enfants, cette formule est efficace et bien tolérée.

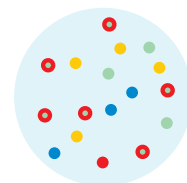
Préparation infantile complètement hydrolysée



Préparation infantile à base d'Acides Aminés (AA) :

Un AA contient des acides aminés qui sont non allergiques. Les AA peuvent être conseillés si votre enfant est sévèrement allergique aux PLV ou si ses symptômes ne s'améliorent pas avec un HPP.

Préparation infantile à base d'acides aminés



**PRÉPAREZ** votre prochaine visite chez le médecin - Consultez sur notre site la check list des symptômes pour voir si l'un des symptômes de votre enfant peut être lié à l'APLV.

#### NOTE IMPORTANTE

L'allaitement est ce qu'il y a de mieux pour le nourrisson. Les laits spéciaux pour usage médical destinés aux nourrissons doivent être utilisés sous la surveillance d'un médecin, après avoir sérieusement envisagé l'allaitement comme première option. Si la décision est prise d'utiliser une préparation infantile pour nourrir, il est important de respecter scrupuleusement les instructions de préparation. L'utilisation d'eau non bouillie, de biberons non stérilisés, ou d'une dilution incorrecte peut rendre malade votre enfant. De mauvaises conditions de conservation, de manipulation, de préparation ou d'administration peuvent avoir des effets indésirables sur la santé de votre enfant.

## Votre enfant est unique

### TOUT COMME LA PRISE EN CHARGE DE SON ALLERGIE...

Ne tentez pas d'expérimenter une alimentation sans lait de vache sur votre enfant sans l'aval et les conseils d'un professionnel de santé. C'est votre médecin qui vous conseillera la solution la mieux adaptée à votre enfant pour prendre en charge son allergie. Une fois que vous aurez consulté votre médecin et commencé l'éviction de l'allergène alimentaire (de votre alimentation si vous allaitez ou de celle de votre enfant si l'allaitement n'est pas possible), les symptômes de votre enfant devraient normalement disparaître en 2 à 4 semaines.

À un stade ultérieur, votre médecin vous encouragera ensuite à réintroduire progressivement les protéines de lait de vache dans l'alimentation de votre enfant, pour tester sa tolérance.

### LE PASSAGE À UNE NOURRITURE SOLIDE

Dans les six premiers mois de la vie de l'enfant, l'allaitement exclusif est l'option à privilégier. Si l'allaitement n'est pas possible, on vous recommandera une préparation infantile pour nourrissons atteints d'APLV. Dans la plupart des cas, celle-ci est suffisante comme seule source nutritive jusqu'à l'âge de 6 mois. Ensuite, il sera temps de passer à une nourriture solide.

Même pour les bébés sans allergie, le passage du liquide au solide peut être un peu déstabilisant.

Chez l'enfant souffrant d'APLV, même s'il est important de continuer d'éviter les protéines de lait de vache, vous pouvez aussi vous méfier d'autres aliments capables de déclencher une allergie, comme les œufs ou le poisson. Vous pouvez passer aux aliments solides pour votre enfant souffrant d'APLV exactement comme vous le feriez avec un enfant non allergique.

L'astuce, c'est de procéder méthodiquement et d'introduire un seul aliment nouveau à la fois dans l'alimentation de votre enfant. Ainsi, si votre enfant a une réaction allergique, il sera facile de trouver quel est l'aliment responsable. Consultez toujours votre médecin avant de passer à une nourriture solide.



## Rendre le sourire

### À CEUX QUI N'AURAIENT JAMAIS DÛ LE PERDRE



#### Sarah, mère de Luca

*"Mon petit garçon a commencé par une éruption rouge, douloureuse et prurigineuse sur ses joues, puis cette éruption s'est rapidement étendue au menton, aux oreilles et au cou. Il se grattait tout le temps le visage, pleurait beaucoup et avait du mal à dormir. Il avait l'air si malheureux ! Cela me faisait mal de le voir souffrir. Après avoir essayé quelques traitements, notre médecin nous a conseillé une préparation infantile, destinée aux*

*enfants allergiques au lait de vache. Nous avons découvert que pour Luca, son allergie s'était manifestée par un eczéma. En moins d'une semaine, les symptômes de Luca se sont améliorés, il dormait mieux, pleurait moins et l'éruption s'était atténuée."*

**"Je suis tellement plus sereine depuis qu'il se sent mieux et que je sais qu'il prend tous les nutriments dont il a besoin. Nous pouvons de nouveau apprécier la vie, en famille."**

#### Gisèle, mère de Julie

*"À l'âge d'un mois, Julie était si mal... elle avait des diarrhées et des coliques terribles, et pleurait tout le temps. Toute la famille pouvait à peine dormir, sans parler de Julie. Sa croissance était nettement insuffisante, c'était horrible de la voir dans une telle détresse.*

*J'en ai parlé à mon médecin, qui a décidé de lui donner un lait infantile. Après une courte période, il était clair que ses symptômes ne s'amélioraient pas, alors le médecin est passé à un autre type de préparation infantile, qui était encore moins allergénique. En deux semaines avec ce nouvel aliment, j'ai vu la différence. Julie avait enfin retrouvé le sommeil et elle commençait à prendre du poids, améliorant ainsi sa courbe de poids."*

**"Nos vies ont été transformées et Julie est devenue le bébé heureux et joueur qu'elle aurait dû toujours être."**



Les noms des personnes ont été changés mais les symptômes décrits sont ceux réellement observés.



**LES NOURRISSONS ET LES ENFANTS** peuvent également souffrir d'allergies alimentaires multiples, et pas seulement aux protéines de lait de vache. Pour un diagnostic approprié et des conseils sur les préparations infantiles, consultez toujours votre médecin.

## Que faire ENSUITE...

Si vous pensez que votre enfant présente les symptômes de l'allergie aux protéines de lait de vache, ou d'autres allergies alimentaires, prenez rendez-vous avec votre médecin pour en discuter avec lui.

## Carnet de suivi DE MON BÉBÉ

Parce que l'allergie aux protéines de lait de vache ou d'autres allergies alimentaires sont difficiles à diagnostiquer, **il est important d'essayer de repérer des changements dans le comportement de votre enfant**, que ce soit après un repas, la nuit ou lors du change.

**Pour vous aider, renseignez ce formulaire quotidiennement. Il vous sera utile lors de votre prochain rdv. Ce suivi aidera votre médecin à établir le diagnostic.**

NOM ..... RENSEIGNEMENTS ALIMENTAIRES  
ÂGE ..... Type d'alimentation  
DATE ..... (marque de produits)

### HEURES DES REPAS ET VOLUME INGÉRÉ (ml)

HEURE	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
VOLUME	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

### SIGNES ET SYMPTÔMES\*

#### DIGESTIFS

- Vomissements
- Régurgitations fréquentes
- Reflux
- Refus de s'alimenter
- Colique (accompagnée de pleurs inconsolables\*\*)
- Diarrhée (avec ou sans perte de sang)
- Constipation
- Dysphagie
- Douleurs abdominales

#### RESPIRATOIRES

- Respiration sifflante ou difficulté à respirer
- Écoulement nasal ou éternuements
- Toux chronique

#### CUTANÉS

- Urticaire
- Œdème
- Eczéma

#### GÉNÉRAUX

- Fatigue
- Léthargie
- Agitation
- Souffrance
- Troubles du sommeil

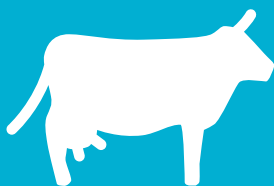
### CHANGE

Nombre de changements de couches / jour .....

Couleur et consistance des selles .....

\* Basé sur les recommandations de la Société Européenne de Gastro-Entérologie, Hépatologie et Nutrition Pédiatriques (ESPGHAN).

\*\* La colique infantile est associée à des pleurs excessifs dans la journée, pendant les premiers mois de la vie.



*N'hésitez pas à consulter un professionnel  
de santé pour en savoir plus*

**SUR L'ALLERGIE AUX PROTÉINES  
DE LAIT DE VACHE**



[www.nestlehealthscience.fr/aplv](http://www.nestlehealthscience.fr/aplv)