Keto News : Allaitement au sein et régime cétogène (KD) chez les nourrissons épileptiques

Epilepsy News, Mardi 16 Février 2021

Pour le KetoNews de ce mois-ci, j'ai demandé au Dr Lindsey Thompson, la diététicienne cétogène du Children's Mercy de Kansas City, d'écrire sur l'allaitement et le régime cétogène. Cette question revient souvent dans la bouche des parents, et le Dr Thompson est l'un des experts mondiaux en matière de réussite de l'allaitement. - Eric Kossoff

Lorsqu'il s'agit de nourrissons atteints d'épilepsie, nous savons que deux choses sont vraies :

- Le lait maternel est l'aliment optimal pour les bébés et procure de nombreux avantages à la fois au bébé et à la mère au cours des premières années de vie.
- Le régime cétogène est un traitement efficace pour les nourrissons atteints d'épilepsie et peut être présenté comme une option thérapeutique dès le début de la vie.

Ainsi, un nourrisson avec crises nourri au sein peut-il bénéficier du meilleur des deux mondes, en récoltant les avantages du lait maternel et du régime cétogène ?

La réponse : OUI... la plupart du temps.

Dans les quelques études qui ont été publiées sur le sujet, les nourrissons épileptiques qui ont inclus du lait maternel dans leur régime cétogène ont pu atteindre des niveaux adéquats de cétose* et en temps voulu. Chez ces mêmes nourrissons, un régime cétogène avec du lait maternel s'est avéré aussi efficace qu'un régime cétogène sans lait maternel en termes de réduction des crises. L'inconvénient est que la quantité de lait humain et la voie par laquelle il est administré (au sein ou exprimé) peuvent varier en fonction des besoins nutritionnels de votre bébé et des exigences du régime cétogène.

Approfondissons la question. Le lait humain contient environ la moitié de ses calories sous forme de graisses, 40 % sous forme de glucides et 10 % sous forme de protéines. Ainsi, si un rapport cétogène très élevé (~4:1) est nécessaire pour contrôler les crises, le lait maternel peut ne pas pouvoir être incorporé du tout, ou en quantités très minimes.

Deux approches de l'allaitement maternel lors de l'initiation au régime cétogène

En général, deux approches cliniques ont été utilisées pour continuer à offrir du lait maternel à un nourrisson tout en commençant le régime cétogène. Elles diffèrent selon les centres d'épilepsie et leurs pratiques. J'ai résumé ces approches ainsi que leurs avantages et inconvénients possibles :

Approche 1 : La mère tire son lait maternel (pompage) et le lait maternel tiré est associé à une préparation riche en graisses (cétogène).

À mesure que le ratio du régime cétogène augmente, on utilise moins de lait maternel tiré.

- Avantages : Précision, facilité d'ajustement du régime alimentaire en cas de besoin pour le contrôle des crises, la préparation pour nourrissons standard peut être utilisée comme solution de rechange si le lait maternel tiré n'est pas disponible, le lait maternel tiré peut être congelé pour une utilisation ultérieure.
- Inconvénients : Le bébé ne continue pas à téter, la mère doit exprimer tout le lait.

Approche 2 : Diminuez progressivement le temps que le bébé passe au sein et proposez une préparation riche en graisses (cétogène) avant ou après l'allaitement.

À mesure que le ratio du régime cétogène augmente, le bébé passe moins de temps au sein. Dans quelques cas, les diététiciens cétogènes ont également utilisé un système d'allaitement complémentaire (SAC) pour proposer une préparation cétogène pendant que le bébé est au sein.

- Avantages : Le bébé peut continuer à téter
- Inconvénients : Moins précis (en théorie, les cétones peuvent fluctuer davantage que dans l'approche 1, bien que cela n'ait pas été spécifiquement étudié), plus difficile à ajuster si les crises persistent.

Les neurologues et les diététiciens sont souvent plus à l'aise avec l'approche 1 en raison de sa précision. cependant, les désirs et les objectifs de la mère et du bébé sont des éléments importants à prendre en compte dans le plan à suivre. L'approche qui vous convient le mieux, à vous et à votre bébé, dépendra de nombreux facteurs et je vous encourage à en parler avec votre équipe chargée de l'épilepsie.

Une question que je reçois toujours de la part de mères qui allaitent est la suivante : "Puis-je simplement suivre un régime cétogène moi-même et produire du lait cétogène ?" Malheureusement, nous ne pensons pas que cela fonctionne de cette façon, bien que des recherches soient nécessaires pour le confirmer. En clinique, lorsque des mères ont suivi des régimes restreints en glucides, la composition de leur lait n'a pas changé; toutefois, cela n'a pas été confirmé par des études de recherche systématiques.

** Chez les nourrissons, il est important de suivre les taux sanguins de cétones car les études publiées ont montré que les cétones urinaires étaient moins fiables.*

Références

- Arthur I, Eidelman M, Richard J, Schanler MD. L'allaitement maternel et l'utilisation du lait humain. Pediatrics 2012;129(3):15.

- Dressler A, Häfele C, Giordano V, Benninger F, Trimmel-Schwahofer P, Gröppel G, Samueli S, Feucht M, Male C, Repa A. The Ketogenic Diet Including Breast Milk for Treatment of Infants with Severe Childhood Epilepsy : Feasibility, Safety, and Effectiveness. Breastfeed Med. 2020 Feb;15(2):72-78.

- Le Pichon JB, Thompson L, Gustafson M, Abdelmoity A. Initier le régime cétogène chez les nourrissons atteints d'épilepsie réfractaire au traitement tout en maintenant un régime au lait maternel. Seizure. 2019 Jul;69:41-43.

- van der Louw E, van den Hurk D, Neal E, Leiendecker B, Fitzsimmon G, Dority L, Thompson L, Marchió M, Dudzińska M, Dressler A, Klepper J, Auvin S, Cross JH. Directives sur le régime cétogène pour les nourrissons atteints d'épilepsie réfractaire. Eur J Paediatr Neurol. 2016 Nov;20(6):798-809.

- Wirrell E, Eckert S, Wong-Kisiel L, Payne E, Nickels K. Thérapie par régime cétogène chez les nourrissons : Efficacité et tolérabilité. Pediatr Neurol. 2018 mai;82:13-18.

Écrit par : Lindsey Thompson RD | PhD le 2/2021

Traduction Mr Jeanteur Philippe , bénévole de l'association ASDGLUT1