

# Les intolérances au lait de vache

Ch. Maurage

Lorsqu'on parle d'intolérances au lait on signifie lait non toléré

Deux concepts derrière ce mot : l'intolérance au lactose et l'allergie à la protéine étrangère.

Le lactose fermente avec coliques, ballonnement et accentuation des régurgitations ; en vieillissant tout individu caucasien perd sa capacité lactasique et devient intolérant (parfois plus tôt et même dès la naissance dans certaine famille) mais la nature a aussi prévu qu'un excès de lactose dans les premiers jour de vie (au sein ne particulier) favorise par fermentation un milieu intestinal acide hostile aux bactéries et virus en attendant que la flore intestinale s'équilibre.

Les protéines étrangères, si on y est sensibilisé (introduction arrêt et reprise dans famille à terrain hyper réactif) entraîne des manifestations aiguës (vomissement qui ne manque que très rarement, urticaire, œdème, diarrhée aiguë) ou parfois plus insidieux (atrophie villositaire et malabsorption ou selon certains aussi constipation !)

Il convient de bien retenir ces différences car ces deux notions sont souvent confondues ce qui explique le grand succès des « laits » végétaux ; remplacer un lait animal par un dérivé végétal (en réalité un jus plus qu'un lait puisque ne contenant pas de lactose) c'est supprimer le lactose et la protéine animale pour la remplacer par une autre protéine étrangère (soja le plus souvent) donc potentiellement allergisante

Un antécédent familial est souvent rapporté mais de quoi : le parent a-t-il une allergie (élevé sans lait ou avec un lait hydrolysé ni produit laitier) ou une intolérance (lait de « régime », lait concentré mais avec fromage laitages et beurre ..) .

Pour distinguer les suspects d'allergie des vrais allergiques il faut avoir un élément de preuve ; le seul incontestable est une réintroduction à l'aveugle après une période d'exclusion ce qui n'est ni facile ni indispensable ; le plus souvent l'analyse de l'histoire des vrais antécédents et l'apport des marqueurs d'hypersensibilité (IgE sériques, plus que les tests cutanés cependant parfois utiles) permet de faire un test de réintroduction en H de J. L'arrêt rapide du lait de vache ou d'une autre protéine étrangère (brebis chamelle et même soja) en cas de suspicion d'allergie est raisonnable (il a fait disparaître les diarrhées graves rebelles) et doit être encouragé mais à condition d'être suivi d'une vraie réflexion dans les 4 à 6 semaines (réintroduction en H de jour ou une consultation spécialisée). Si on s'en abstient on multiplie, et c'est un vrai problème avenir, les suspects d'allergie.

Les hydrolysats poussés et autres laits de substitution (modilac riz par ex) sont de très bonnes solutions si la maman n'allait pas ou n'allait plus.

Quant aux cas nécessitant que la mère reçoive elle-même un de ces produits et soit soumise à un régime d'exclusion de la protéine incriminée ils sont et restent des exceptions reconnues et admises comme des terrains génétiques hypersensibles qui ont empêché que les fractions de protéine alimentaire qui passent dans le lait maternel, induisent la tolérance à la protéine.