

## L'éructation

### QU'EST-CE QUE C'EST ?

L'éructation est plus connue sous le nom de **rot**. Elle indique une expulsion de gaz par la bouche et s'accompagne généralement d'un son et même parfois d'une odeur.

### QUELLES SONT LES CAUSES ?

L'éructation peut avoir plusieurs origines. Il y en a une que vous connaissez certainement, c'est la consommation de **boissons gazeuses**. Généralement, l'éructation survient aussi lorsqu'on **mange ou boit trop vite**. Elle peut aussi être le résultat d'un **reflux gastro-œsophagien** et de ce qu'on appelle l'**aérophagie**. L'aérophagie signifie littéralement « manger de l'air » et correspond à l'absorption d'air lors de la déglutition.

Vous vous demandez peut-être comment il est possible « d'avaler de l'air ». Pour vous donner des exemples, on avale de l'air lorsqu'on **boit à petites gorgées des boissons chaudes**, lorsqu'on **boit avec une paille** ou encore lorsqu'on **mâche un chewing gum**.

Beaucoup de gaz s'accumule dans l'estomac des bébés quand ils mangent. Il faut donc les aider à éructer cette masse gazeuse, en leur tapotant doucement le dos, mais sans provoquer de vomissement.

Sachez aussi que l'éructation n'est pas propre à l'être humain. Elle existe également chez certains animaux, comme la vache ou le mouton. Et un dernier détail : c'est l'Anglais Paul Hunn qui détient le record du monde du rot le plus fort. Il a atteint 109,9 décibels, ce qui correspond à peu près au bruit d'une tronçonneuse !