




Fiche Allergies — XENIA

 Instructions :

- Remplissez chaque section avec vos informations personnelles.
- Sauvegardez ce fichier sur votre appareil ou imprimez-le.
- Vous pouvez aussi le convertir en PDF ou Word pour le partager plus facilement.
- Ne stockez pas ce document sur des services en ligne non sécurisés.

1 Informations générales

Nom et prénom :

Date de naissance :

Groupe sanguin :

Médecin traitant :

Contact(s) d'urgence :

Maladies / Traitements médicaux :

Autres informations médicales utiles (pathologies associées) :

2 Allergies alimentaires

Aliment / ingrédient | Réaction observée | Gravité (faible/moyenne/forte)

(exemple : Arachides | Choc anaphylactique | Forte)

3 Allergies médicamenteuses

Médicament / substance active ou excipient | Réaction observée | Gravité

(exemple : Amoxicilline | Urticaire | Moyenne)

4 Allergies cosmétiques

Ingrédient / produit | Réaction observée | Gravité

(exemple : Parabène | Rougeurs | Faible)

5 Allergies croisées possibles

Indiquez ici les allergies ou intolérances liées à une réaction croisée connue.

(exemple : allergie au latex et au kiwi)

6 Informations multilingues (optionnel)

Pour les voyages, indiquez vos allergies dans d'autres langues (anglais, espagnol...).

7 QR Code (optionnel)

Vous pouvez générer un QR code contenant ces informations (voir QRcode.md).

Avertissement

Ce document est un aide-mémoire personnel et ne remplace pas un avis médical.

En cas de réaction allergique grave, contactez immédiatement les services d'urgence.