



📌 **Avertissement** : Ces informations sont destinées à un usage informatif. Les réactions croisées varient d'un individu à l'autre. Ce document ne remplace pas un diagnostic médical. Consultez un allergologue pour confirmation.

Sources principales (sélection) : ANSES, EFSA, FAO, WHO et articles scientifiques en libre accès.

Principaux croisements (sélection épidémiologique)

Allergène principal	Allergène(s) croisé(s) (groupes / exemples)	Protéine(s) impliquée(s) (ex.)	Force de réciprocité
Latex	Avocat, Banane, Kiwi, Châtaigne (fruits frais)	Hev b-protéines, profilines	↗ (Latex → fruits plus fréquent)
Pollen de bouleau (Bet v 1)	Pomme, Poire, Pêche, Noisette (PR-10 / fruits frais)	Bet v 1 (PR-10), profilines	↔ (fréquent dans les deux sens)
Arachide	Soja, Pois, Lentilles, Lupin (légumineuses)	Ara h 1 / Ara h 2 (protéines de réserve)	↗ / ↔ (dépend des études — cas rapportés)
Crustacés / Mollusques (poissons de mer)	Acarions / insectes (sensibilisation croisée via tropomyosine)	Tropomyosine (pan-allergène)	△ (variable; risque clinique souvent asymétrique)
Lait de vache	Lait de chèvre / brebis (laits de mammifères)	Caséines, Protéines du lactosérum	↔ (souvent croisé)

Notes rapides

•Interprétation de la "force de réciprocité" :

- ↔ Forte et souvent bidirectionnelle (risque élevé dans les deux sens).
- ↗ Asymétrique : risque marqué dans un sens (ex. latex → fruits), moins dans l'autre.
- △ Faible / variable : données limitées ou sensibilité dépendant d'autres facteurs cliniques.
- En cas de doute, **ne pas généraliser** : un test allergologique et une consultation spécialisée sont nécessaires.

Pour aller plus loin

Voir l'annexe détaillée : docs/allergies_croisees_annexe.md (références complètes et notes cliniques).