

INFORMATION - ALLERGIES

1. Définition

L'allergie, aussi appelée hypersensibilité, est une réaction anormale du système immunitaire contre des éléments étrangers à l'organisme (allergènes), mais inoffensifs. Elle peut se manifester en différentes régions du corps : sur la peau, aux yeux, dans le système digestif ou encore dans les voies respiratoires. Les types de symptômes et leur intensité vont varier selon l'endroit où l'allergie se déclare, et en fonction de plusieurs autres facteurs, propres à chaque personne. Ils peuvent être discrets, comme l'apparition de rougeurs sur la peau, ou potentiellement mortels comme le choc anaphylactique

Les principaux types de manifestations allergiques sont :

- Les allergies alimentaires
- L'asthme, notamment sous l'une de ses formes, l'asthme allergique
- L'eczéma atopique
- La rhinite allergique
- Certaines formes d'urticaire
- L'anaphylaxie

2. Causes

Les substances le plus souvent incriminées (allergènes les plus fréquents) sont :

- Les allergènes aériens : le pollen, les déjections des acariens et les squames des animaux domestiques
- Les allergènes alimentaires : les arachides, le lait de vache, les œufs, le blé, le soja, les noix, les poissons, etc.
- Les autres allergènes : des médicaments, le latex, le venin d'insectes (abeilles, guêpes, bourdon)

3. Les symptômes

- **Les allergies alimentaires** : des plaques rouges et blanches sur la peau, des démangeaisons, l'enflure des yeux, de la langue et du visage
En cas d'allergie plus grave, une réaction anaphylactique peut se produire

Note : les symptômes apparaissent généralement dans les 30 minutes suivant la consommation de l'aliment.

- **L'asthme** : une respiration sifflante, une sensation de serrement thoracique, difficulté d'expiration et une toux sèche. Ces symptômes surviennent de façon épisodique
- **L'eczéma atopique** : des plaques rouges avec des croûtes de peau sèches et des squames, à des endroits précis du corps, des démangeaisons
- **La rhinite allergique** : en présence de l'allergène, le nez qui pique et qui coule, des démangeaisons et des rougeurs aux yeux et une tension dans les sinus.

- **L'urticaire** : une éruption passagère de papules rosées ou blanchâtres avec des démangeaisons et une sensation de brûlure
- **Les allergies au venin d'insectes** : des éruptions cutanées rouges, de la douleur et de l'enflure à l'endroit de la pique, rapidement après avoir été piqué. En cas d'allergie plus grave, une réaction anaphylactique peut se produire
- **La réaction anaphylactique** : un serrement de la gorge, une difficulté à respirer, un pouls rapide, une pâleur, des nausées, des vomissements ou de la diarrhée. En cas de choc anaphylactique, s'ajoute une chute de la tension artérielle pouvant entraîner une perte de conscience. Le choc anaphylactique peut être mortel.

4. Prévention des allergies

Eviter le tabagisme et la fumée secondaire

Allaitement maternel exclusif les 3 à 6 premiers mois de la vie

Retarder l'introduction des aliments solides jusqu'à 6 mois

Retarder l'introduction des aliments très allergènes

Diète hypo allergène durant la grossesse (lait de vache, œufs, noix)

Laver régulièrement la literie en cas d'allergie aux acariens

Aérer fréquemment les pièces en ouvrant les fenêtres, sauf peut-être en cas d'allergie saisonnière à des pollens

Maintenir une humidité faible dans les pièces propices au développement des moisissures (salle de bain)

Ne pas adopter d'animaux familiers connus pour causer des allergies : chats, oiseaux, etc

5. Prise en charge des cas

En cas d'**allergie alimentaire** : cesser de consommer l'aliment en cause pour le restant de la vie.

En cas de **symptômes légers (rhinite allergique)** donner un antihistaminique : chlorphéniramine 4mg ou prométhazine cp10mg: 1x1cp/jr

En cas de **crise d'asthme** : bronchodilatateurs à courte durée d'action type Salbutamol avec comme alternative : bromure d'ipratropium inhalateur aérosol doseur; Hydrocortisone 100 mg en IM pour un adulte.

En cas des symptômes de **l'asthme à répétition : traitement de base** avec un broncho inhalateur de bétaméthasone 2x/j pour prévenir la récurrence des symptômes plus salbutamol aérosol doseur pour les crises et si échec de réponse au traitement référé à l'hôpital.

En cas de **choc anaphylactique** : hydrocortisone 5mg/kg chez un enfant ou 100mg en IM chez un adulte avec une voie veineuse puis référer à l'hôpital de district.