

ma vie **d'allergik**

# Les allergies aux animaux domestiques **ET MOI**



**Tout comprendre pour agir et mieux  
vivre au quotidien avec mon allergie  
aux animaux domestiques**





# EUX, les animaux domestiques

## Les chats et chiens aux premières places

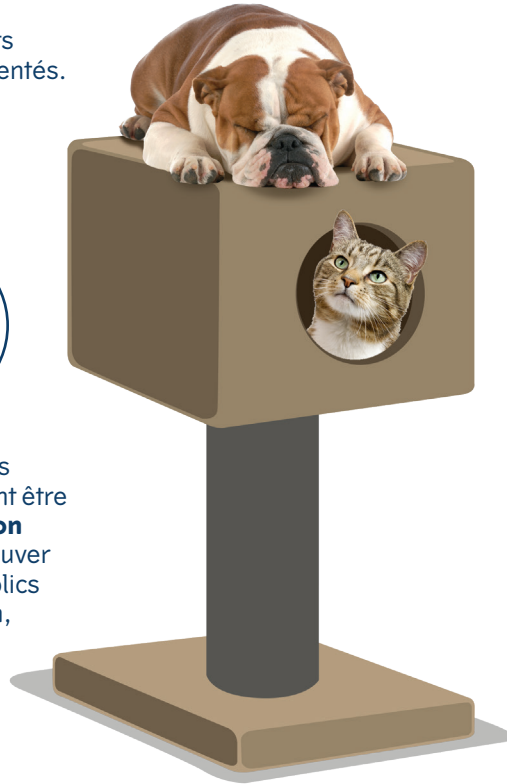
**Il y aurait plus de 60 millions d'animaux domestiques en France.**

La moitié des foyers posséderait un animal de compagnie, les chats et les chiens étant les plus représentés.

Les animaux domestiques produisent des allergènes par leurs poils, leurs peaux mortes et leurs sécrétions (salive ou urine).



Ces allergènes sont présents dans le lieu de vie de l'animal et peuvent être **transportés à l'extérieur par son propriétaire**. Ainsi, on peut retrouver ces allergènes dans des lieux publics comme les transports en commun, les établissements scolaires, les cinémas...



### Les chats

On compte plus de **80 races de chat** (*Felis domesticus*). L'allergie au chat représente **plus des deux tiers des allergies aux animaux de compagnie**. Cette allergie ne dépendrait ni de sa couleur, ni de sa taille, ni de la longueur de ses poils. **L'allergène majeur responsable de cette allergie est la protéine Fel d 1. Cette dernière est produite par les glandes sébacées, anales ou salivaires du chat** et déposé sur son pelage lorsqu'il se lèche pour faire sa toilette.

### Les chiens

Comme pour le chat, des allergènes de chien peuvent être trouvés dans les **écoles ou autres lieux publics**. L'allergène majeur responsable de l'allergie aux chiens est la **protéine Can f 1**. Cette dernière est retrouvée dans les foyers avec un chien, mais peut être également détectée dans des logements sans chien.

L'allergie aux animaux est  
**LA 3<sup>ÈME</sup> PLUS FRÉQUENTE**  
après celles aux acariens et aux pollens

En France, les sujets allergiques  
**POSSÈDENT AUTANT  
D'ANIMAUX DOMESTIQUES**  
que les sujets non allergiques



# EUX, les animaux domestiques

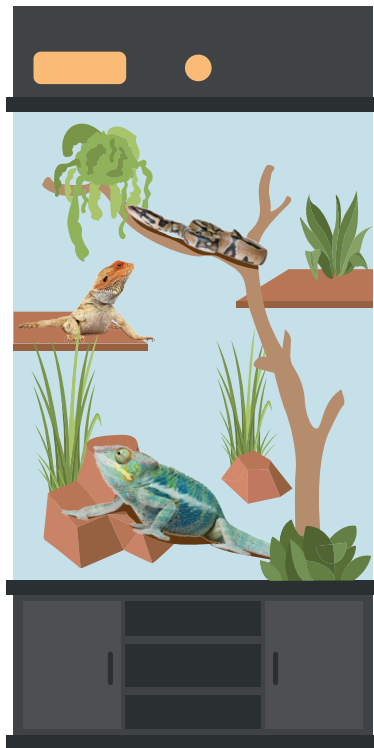
## Des anciens NAC et des NAC exotiques

À côté des chiens et des chats, les **NAC (nouveaux animaux de compagnie)** sont de plus en plus nombreux. Ils désignent par convention tout animal de compagnie **autre que le chat et le chien** ; on en compte plus de **30 millions** dans les foyers français. Ils participent à l'exposition aux allergènes dans les domiciles.

### Les « anciens NAC »

Les anciens NAC (lapins, hamsters, cochons d'Inde, rats, oiseaux, poissons, tortues...) sont considérés comme animaux de compagnie depuis longtemps.

Les rongeurs sont les plus nombreux de cette catégorie. L'allergie peut être due à l'animal lui-même et également **à son environnement : habitat, alimentation, litière parfumée...** De plus, des allergies dites « **par procuration** » existent avec l'alimentation du lapin ou celle des poissons à base de larves.



### Les « nouveaux NAC »

Les «nouveaux NAC» ou NAC exotiques, peuvent être des animaux à sang chaud, mais aussi des batraciens, des reptiles, des arachnides..

#### Quelques NAC

<b>Mammifères</b>	Furet, fennec, hermine
<b>Reptiles</b>	Lézard, caméléon, boa, python
<b>Arthropodes</b>	Scorpion, araignée



**Attention à leur provenance : le trafic d'espèces exotiques protégées est en constante augmentation.**

Les NAC représentent **LES 2/3** des **ANIMAUX DE COMPAGNIE**

Les cochons d'Inde et le hamster sont très appréciés des plus petits mais leur **ALLERGIE PEUT S'AVÉRER TRÈS SÉVÈRE**



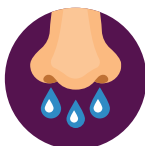
# MOI, l'allergique aux animaux domestiques

## Des symptômes surtout respiratoires

### Des symptômes classiques d'allergie

- **Une rhinite allergique**

J'éternue, mon nez gratte, coule ou est bouché.  
J'ai des démangeaisons de la gorge, de la bouche, dans les oreilles.



- **Une conjonctivite allergique**

Mes yeux grattent, sont rouges, et pleurent

- **De l'asthme**

Je suis gêné pour respirer, parfois ça siffle et je tousse.  
L'allergie aux animaux domestiques est un facteur de risque d'asthme, parfois extrêmement sévère.



- **Des réactions cutanées**

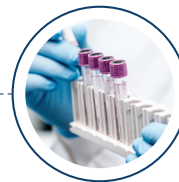
Je peux avoir de l'eczéma ou de l'urticaire.



### La confirmation de l'allergie : « Pour le diagnostic, le flair ne suffit pas ! »

Pour confirmer une allergie aux animaux, **le médecin allergologue mène un interrogatoire détaillé**. Il cherche à savoir par exemple si mes symptômes surviennent quand je suis au contact de l'animal ou si j'ai séjourné dans un logement où vivent des animaux.

**Il effectue ensuite des tests cutanés et/ou une prise de sang** pour confirmer que je suis bien allergique à l'animal soupçonné.



### Le meilleur test diagnostique est celui de l'éviction temporaire

: si mes symptômes disparaissent en l'absence de mon animal et réapparaissent lors d'un nouveau contact, une allergie à l'animal est probable.

Les nouveaux NAC exposent aussi à des **RISQUES DE RÉACTIONS ALLERGIQUES** à la suite d'une morsure

Pour les **NAC**, **L'ÉVICTION TEMPORAIRE** permet de confirmer l'allergie



# MOI CONTRE EUX, J'essaie de limiter le contact avec les animaux

## D'abord les mesures d'éviction de l'animal

- **Éviter le contact avec l'animal est une mesure de bon sens et la plus efficace à long terme.**  
Vous séparer de votre animal ne signifie pas l'abandonner. Si cela vous est possible, envisagez de confier l'animal à un proche ou de le faire adopter par une personne qui en prendra soin.
- Après la séparation avec l'animal de compagnie, l'amélioration des symptômes de l'allergie peut être décalée dans le temps.
- En pratique, la décision de se séparer de l'animal peut s'avérer délicate pour les propriétaires et leurs enfants : **elle est refusée dans 80 % des cas.**



## Et pourtant votre compagnon vous veut du bien

- Les chats semblent **partager les émotions et les sentiments** de leurs maîtres, les chiens sont connus pour leurs **capacités d'attachement** et de fidélité. **Pédiatres et psychologues** s'accordent à dire que l'animal favorise le **développement psychologique** de l'enfant.
- Allergique, on peut alors être tenté d'adopter des chiens ou des chats censés produire moins d'allergènes. Attention à la véracité des informations relayées par certains magazines ou sites internet à ce sujet. **Discutez-en avec votre médecin allergologue.**



Après leur éviction, les allergènes du chat persistent potentiellement **PENDANT 6 MOIS** dans votre environnement

Si vous avez des allergies, avant de prendre un animal,  
**PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN ALLERGOLOGUE**



# MOI CONTRE EUX, j'agis contre mon allergie aux animaux

## Contre les poils, traiter le sujet à la racine

À défaut de pouvoir confier votre animal, les meilleures mesures au domicile consistent à **l'éviter au maximum**.

- **Je limite la présence** des animaux de compagnie dans les chambres, sur les lits ou les canapés.
- Je choisis des **canapés à surface lavable** (cuir ou simili cuir) ou je les couvre d'une housse amovible lavable.
- **Je passe souvent l'aspirateur** : les appareils munis de filtres à haute efficacité pour les particules aériennes (HEPA) diminueront la concentration des allergènes ainsi que les symptômes chez les patients souffrant d'allergies respiratoires.
- **J'évite les tapis, j'aère bien les pièces.**
- **Je peux laver l'animal régulièrement** s'il y est habitué assez tôt. Pour le chat, à défaut d'une douche hebdomadaire, je peux passer un chiffon très humide sur son pelage.



## Les médicaments symptomatiques

Ces médicaments soulagent les symptômes allergiques. Ils peuvent être pris par **voie orale**, par **voie locale** (pulvérisations dans le nez ou gouttes dans les yeux) ou par **voie inhalée** en cas d'asthme. Cependant, à l'arrêt de ces médicaments, **les symptômes peuvent revenir** si je suis toujours en contact avec le ou les allergènes.

## La désensibilisation ou immunothérapie allergénique (ITA)

La désensibilisation **cible la cause de l'allergie**. Cette option me sera proposée par mon médecin si mes symptômes persistent malgré la prise de médicaments symptomatiques. Le traitement par désensibilisation est pris par **voie sublinguale** (sous la langue), sous forme de comprimés ou de gouttes, en fonction des allergènes responsables. La durée préconisée du traitement de désensibilisation est de 3 ans.

La désensibilisation a pour objectif de :

- Développer une tolérance vis-à-vis de l'allergène afin de **réduire les symptômes d'allergie** et d'obtenir **un effet persistant** après l'arrêt du traitement
- **Réduire la prise de médicaments** symptomatiques
- **Éviter l'aggravation** de mon allergie
- **Prévenir l'apparition de nouvelles sensibilisations** et l'évolution vers un asthme

Les animaux domestiques peuvent aussi **PORTER DES ACARIENS NICHÉS** dans leur fourrure

Il est important de **DISCUTER DES ENJEUX DE MON TRAITEMENT** avec mon médecin avant de débuter une désensibilisation

# ma vie **d'allergik**

**Tous les services sont disponibles**

**Dans la salle d'attente de votre médecin**



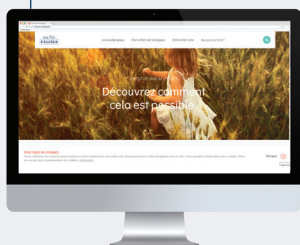
**Et partout ailleurs**

Page Facebook



Site Internet

**[maviedallergik.fr](http://maviedallergik.fr)**



Cette brochure a été réalisée  
avec la contribution  
du Dr François DURAND-PERDRIEL,  
allergologue

**[www.alk.fr](http://www.alk.fr)**

