

-ma Vie- D'ALLERGIK

# L'anaphylaxie ET MOI



**Tout pour mieux comprendre  
les manifestations  
de l'anaphylaxie**



# MOI, et les réactions anaphylactiques

## Une agression potentiellement sévère

### Qu'est-ce que l'anaphylaxie ?

L'anaphylaxie est une **réaction allergique sévère** qui survient de **quelques minutes à 2 heures** après l'exposition à une substance appelée allergène.

### Est-elle fréquente ?

Une étude récente montre **qu'une personne sur 300** serait concernée par l'anaphylaxie au cours de sa vie.

La **mortalité** est heureusement **très rare** et serait **inférieure à un décès par million d'habitants et par an**.



### Les manifestations de l'anaphylaxie

Les symptômes peuvent toucher mes différents organes.

- **Ma peau** : apparition d'une urticaire (plaques rouges en relief, démangeaisons...) ou d'œdème (gonflement des lèvres, des paupières...)...
- **Mes yeux** : conjonctivite (rougeur, démangeaisons, larmoiements)...
- **Ma bouche et ma gorge** : gonflement de la langue, difficulté à avaler, voix enrouée...
- **Mes poumons** : toux, difficultés respiratoires, sifflements, crise d'asthme...
- **Mes intestins** : nausées, vomissements, douleurs abdominales...
- **Mon cœur et la circulation sanguine** : accélération du rythme cardiaque, vertiges, malaise, chute de la tension artérielle ...

**L'ANAPHYLAXIE PEUT ÊTRE SÉVÈRE.**

Elle constitue une urgence médicale

Des démangeaisons des paumes des mains ou de la plante des pieds et des douleurs abdominales peuvent être les **PREMIERS SYMPTÔMES** de l'anaphylaxie



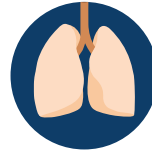
# MOI, et les réactions anaphylactiques

## Quelques circonstances aggravantes

### Je fais attention aux facteurs d'aggravation

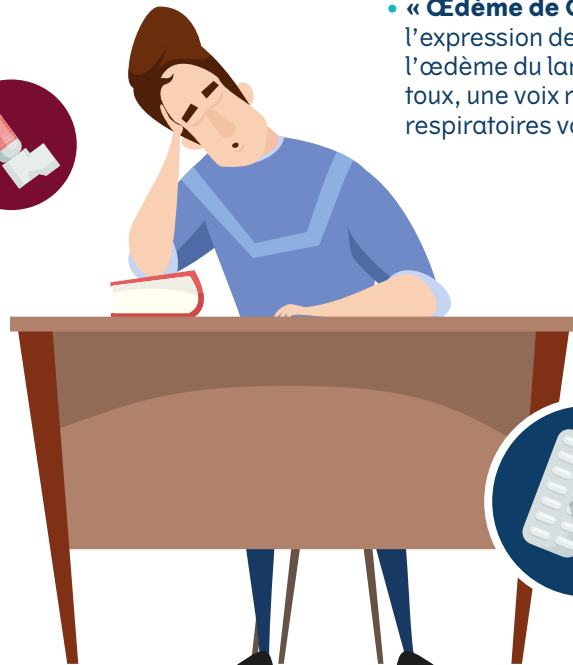
Certaines situations peuvent rendre l'anaphylaxie plus sévère.

- La **prise d'alcool**.
- L'**effort** : l'**exercice sportif**, mais également **la marche**, peuvent déclencher ou aggraver une anaphylaxie et constituer une forme particulière qui s'appelle **l'anaphylaxie induite par l'effort**.
- Les **maladies existantes associées** : maladies du **cœur**, des **reins**, des **poumons**...
- L'**asthme mal équilibré** constitue un risque d'anaphylaxie sévère surtout **chez les enfants** souffrant d'**allergie alimentaire**.
- La **prise de médicaments** : **anti-inflammatoires, aspirine** et également certains médicaments pour traiter l'hypertension artérielle...
- D'autres circonstances : **fatigue, stress, infections** et **exposition à des pollens** ...



### Deux urgences absolues à préciser

- « **Choc anaphylactique** » : cette anaphylaxie avec baisse de la tension artérielle est maintenant appelée « **anaphylaxie sévère** ».
- « **Cœdème de Quincke** » : l'expression devrait être réservée à l'œdème du larynx qui entraîne une toux, une voix rauque, des difficultés respiratoires voire une asphyxie.



Il existe aussi **L'ANAPHYLAXIE ALIMENTAIRE** induite par l'effort dont les aliments les plus souvent impliqués sont **LE BLÉ ET LES CRUSTACÉS**

**LES ADOLESCENTS ET LES PERSONNES ÂGÉES** sont plus à risque d'anaphylaxie



# **ELLES, les réactions anaphylactiques**

## **Un coupable par fois difficile à démasquer**

### **Les aliments**

Tous les aliments peuvent provoquer une anaphylaxie. Toutefois, certains en sont plus souvent responsables que d'autres. Cela dépend :

- de l'**âge**
- des **habitudes alimentaires**
- du **pays** dans lequel on vit.

D'après une étude sur des enfants de **moins de 18 ans** ayant eu une anaphylaxie, les aliments les plus souvent impliqués sont : les **arachides** (25 %), les **fruits à coques** comme les noix, les noisettes, les amandes (23 %), le **lait de vache** et **de chèvre** (12 %) et l'**œuf de poule** (10 %).



### **Les médicaments**

Tout médicament peut être à l'origine d'une réaction allergique. Les plus fréquemment mis en cause sont les **antibiotiques** (pénicillines en particulier), l'**aspirine** et les **anti-inflammatoires**.

### **Lors d'une intervention chirurgicale**

On estime qu'une réaction anaphylactique survient lors d'une anesthésie générale dans **1 cas sur 10 000 à 20 000**.

Les médicaments les plus souvent impliqués sont les **curares** et les **antibiotiques**.

Le **latex** rentrant dans la constitution des gants peut également être en cause.

### **Les venins d'hyménoptères**

L'allergie aux **venins hyménoptères** (abeilles, guêpes, frelons...) entraînerait le **décès de 200 personnes par an** en Europe. La majorité des sujets n'avaient pas présenté de réactions allergiques à leurs piqûres.



- Les principaux facteurs déclenchants sont :
- chez l'adulte, les **MÉDICAMENTS** et les **VENINS D'HYMÉNOPTÈRES**
  - chez l'enfant, les **ALIMENTS**

L'allergie aux **ANESTHÉSISQUES LOCAUX** est **TRÈS RARE**



# **MOI CONTRE ELLES,** **Une enquête personnalisée**

## **Une consultation chez l'allergologue est indispensable**

Si j'ai eu des symptômes pouvant faire évoquer une anaphylaxie, la consultation d'un allergologue permettra de préciser les points suivants :

- **affirmer le diagnostic**
- **évaluer la gravité**
- **identifier la ou les causes déclenchantes**
- **prévenir une récurrence**
- **mettre en place un plan de traitement d'urgence**
  - disposer en permanence d'adrénaline auto-injectable
  - se familiariser avec son utilisation
  - former son entourage à son utilisation



## **Des tests pour déterminer les allergènes en cause**

Lorsque l'anaphylaxie est confirmée, l'allergologue peut me proposer de réaliser les tests suivants :

- **tests cutanés** : généralement indolores et pratiqués sur les bras ou le dos



- **tests biologiques** : une simple prise de sang est nécessaire



- **tests de réintroduction** : il s'agit de tests de provocation qui consistent à administrer l'allergène afin de reproduire la réaction allergique. Ils sont réalisés en milieu hospitalier et ne sont toutefois pas systématiques.



**DANS 1 CAS SUR 5,**  
aucune cause ne peut être identifiée

Si mon médecin traitant souhaite un  
**BILAN ALLERGOLOGIQUE,**  
il m'adressera à un médecin allergologue



# **MOI CONTRE ELLES,** **Des mesures préventives** **pour éviter la récurrence**

## **À l'issue du bilan,** **l'allergologue** **me proposera :**

- La mise en place des **mesures d'éviction** concernant les aliments et les médicaments.
- La mise en place d'un **plan d'action** en cas de **récurrence de l'anaphylaxie** avec en particulier l'utilisation d'un **stylo d'adrénaline auto-injectable**.  
L'adrénaline est le seul **traitement efficace** de l'anaphylaxie.
- Un programme d'**éducation thérapeutique** pour éviter l'allergène et savoir **utiliser l'adrénaline auto-injectable**.



## **La mise en place** **chez un enfant** **scolarisé d'un PAI** **(Protocole d'Accueil Individualisé)**

Ce document est élaboré après concertation entre les **parents**, le **directeur de l'établissement**, le **médecin traitant** et le **médecin scolaire**.

Il permet à l'enfant de **bénéficier de son traitement**, d'un éventuel **régime alimentaire** et précise les **adaptations** apportées à la vie de l'enfant pendant son temps de présence dans l'établissement.

**Le PAI** indique également le **plan d'action d'urgence** à suivre en cas de **récurrence de l'anaphylaxie** (mise à disposition des médicaments nécessaires avant l'arrivée des secours).

Saurais-je reconnaître les symptômes d'une anaphylaxie ?  
Saurais-je prendre la bonne décision ?

**Entraînez-vous sur**  
[www.aidonsalexix.fr](http://www.aidonsalexix.fr)



En cas **D'ALLERGIE**  
**AUX HYMÉNOPTÈRES**,  
mon allergologue pourra proposer  
**UNE DÉSENSIBILISATION**

Je dois toujours avoir avec moi  
**UNE TROUSSE D'URGENCE**  
contenant deux stylos d'adrénaline injectable  
et un bronchodilatateur

-ma Vie- D'ALLERGIK

Tous les services sont disponibles

Dans la salle d'attente de votre médecin



Magazines patients

Fiches patients

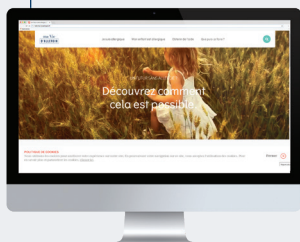
Et partout ailleurs

Page Facebook



Site Internet

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



Cette brochure a été réalisée avec la contribution du Dr Étienne BEAUDOUIN, immuno-allergologue hospitalier

ALK