

# Vrai/Faux de l'Allergie



Je m'informe...



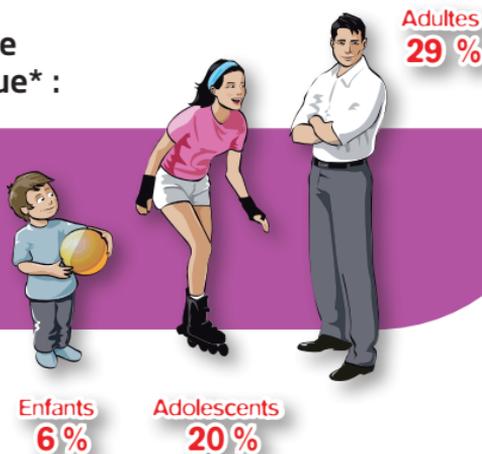
# Comprendre l'allergie



"Il y a de plus en plus d'allergiques"

■ **VRAI** : L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) classe l'allergie au 4<sup>ème</sup> rang des affections chroniques mondiales.

Elle touche  
en Belgique\* :



"L'allergie est une maladie héréditaire\*\*"

■ **VRAI** : Il y a une transmission génétique de l'allergie. Plus une famille comporte de personnes allergiques, plus un enfant a de risques d'être allergique.

- > **15 %** si **aucun parent** n'est allergique.
- > **40 %** si le **père ou la mère** est allergique.
- > **60 %** si le **père et la mère** sont allergiques.
- > **75 %** si le **père, la mère et un membre de la famille proche** sont allergiques.

C'est la prédisposition allergique qui se transmet et non l'allergie elle-même. Les enfants ne seront pas forcément réactifs aux mêmes allergènes que les parents.

\* Estimation from :

- Prevalence and rate of diagnosis of allergic rhinitis in Europe. V. Bauchau, S.R.Durham. ERS Journals Ltd 2004  
- Global map of the prevalence of symptoms of rhinoconjunctivitis in children: the international study of asthma and allergies in childhood (ISAAC), Allergy 2009; 64: 123-148

\*\* facteurs de risque et prédispositions génétiques: Polonovski J-M.et al. Rhinite allergique, Impact Internat, 1999, p.109-111



“On ne peut pas diagnostiquer une allergie chez un enfant de moins de 5 ans”

■ **FAUX** : Un bilan (interrogatoire détaillé, tests cutanés et/ou tests biologiques) effectué par le médecin spécialiste peut être réalisé dès le plus jeune âge. Cela permet de mettre en place des mesures préventives telle que l'éviction de l'allergène.

“L'allergie peut être mortelle”

■ **VRAI** : L'allergie peut donner des réactions graves, heureusement peu fréquentes. Une piqûre d'hyménoptère (abeille, guêpe), l'ingestion d'un aliment ou la prise de certains médicaments peuvent provoquer ce type de réactions.

1. La réaction la plus grave est le **choc anaphylactique**. Il débute souvent par une urticaire avec des gonflements, suivie d'un malaise. Il peut évoluer vers une insuffisance circulatoire aigüe (baisse importante de la tension artérielle) compliquée parfois d'une insuffisance respiratoire. En absence d'un traitement adéquat, l'évolution peut être fatale.
2. L'**œdème de Quincke** est une autre réaction potentiellement grave. Il est caractérisé par un gonflement du visage. L'œdème de Quincke peut se compliquer d'un œdème du larynx qui génère une gêne respiratoire pouvant aller jusqu'à l'asphyxie.
3. La **crise d'asthme** qui peut se manifester par une toux, des sifflements et une gêne respiratoire, peut aussi avoir une évolution sévère, voire fatale.

# Comprendre l'allergie

"L'allergie peut disparaître spontanément"

■ ■ **VRAI ET FAUX** : Seulement 10 % des allergies disparaissent spontanément. C'est le cas de certaines allergies alimentaires comme l'allergie au lait de vache. Cependant, une allergie non traitée a toutes les chances de se compliquer (allergie multiple) et de s'aggraver (asthme).

"A chaque âge son allergie"

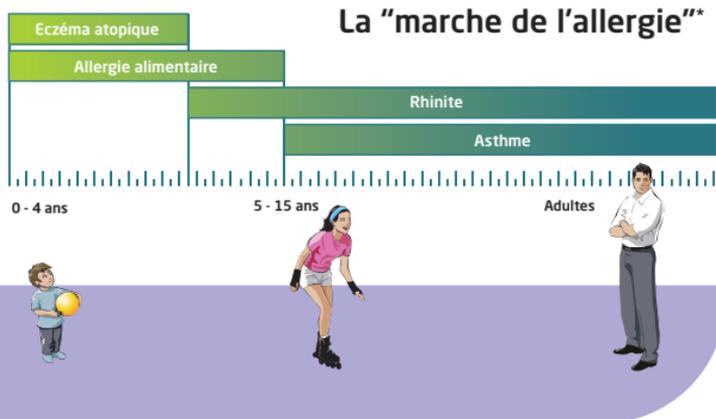
■ **VRAI** : L'allergie évolue au cours de la vie. Elle peut prendre différentes formes.

L'allergie alimentaire survient plus volontiers chez l'enfant. Elle se manifeste par une urticaire ou un eczéma. L'évolution est variable selon l'aliment.

- Allergie au lait de vache : dans 80 % des cas, les manifestations disparaissent vers 18 mois.
- Allergie à l'arachide : à l'inverse, dans 80 % des cas, les manifestations persistent.

L'allergie respiratoire (rhinite, asthme) survient plus tardivement, mais persiste souvent à l'âge adulte. Son évolution dépend de nombreux facteurs :

- La durée et le niveau d'exposition à l'allergène.
- Les mesures d'éviction mises en place.
- Les traitements, en particulier la désensibilisation allergénique qui peut modifier le cours naturel de l'allergie.



“J’ai pris un antihistaminique,  
ça allait mieux, mais quand j’arrête,  
cela recommence”

■ **VRAI** : Les médicaments tels que antihistaminiques et corticoïdes soulagent immédiatement mais ne règlent pas le problème de fond. La désensibilisation allergénique est un traitement de fond qui consiste à réhabituer progressivement l’organisme à l’allergène responsable de la maladie allergique. L’idéal est donc de combiner ces deux types de traitements.

“Le rhume des foins est une allergie”

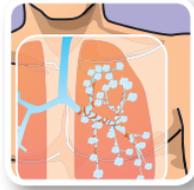
■ **VRAI** : C’est une rhinoconjonctivite allergique saisonnière en réaction aux pollens lorsqu’ils entrent en contact avec le nez et les yeux.

Les symptômes évocateurs sont :

- Un écoulement nasal clair.
- Une obstruction nasale plus ou moins importante.
- Des crises d’éternuements en salve.
- Des démangeaisons du nez et/ou du palais.
- Et très souvent une conjonctivite sous la forme de larmolements, rougeurs et picotements.



“Mon enfant a de l’eczéma,  
il va avoir de l’asthme”



■ ■ **VRAI ET FAUX** : L’eczéma atopique et l’asthme sont deux manifestations distinctes de l’allergie.

Seulement un enfant sur cinq atteint d’eczéma atopique fera de l’asthme.

La probabilité d’un passage à l’asthme est plus forte si l’eczéma est apparu avant l’âge de deux ans.

“Docteur, j’ai une urticaire,  
je suis allergique”



■ ■ **VRAI ET FAUX** : L’allergie ne représente qu’une des multiples causes possibles de l’urticaire.

Le spécialiste de l’allergie sera à même de faire un diagnostic permettant de dire si oui ou non votre urticaire est d’origine allergique.



# Les allergènes et l'environnement

“Je suis allergique à l'eau”

■ **FAUX** : L'eau peut déclencher des réactions cutanées qui ressemblent à de l'urticaire (lésions de la peau et démangeaisons) mais ce n'est pas une allergie.

Les spécialistes de l'allergie disent souvent qu'il s'agit d'une trop grande réactivité (sensibilité) de la peau.



# Les allergènes et l'environnement

“Je suis allergique au tabac  
et à la pollution”



■ **FAUX** : Nous ne sommes pas allergiques au tabac et à la pollution. Cependant, ce sont des facteurs irritants qui peuvent déclencher des symptômes tels que toux et picotements. Le tabac, tout comme la pollution, est un facteur aggravant des allergies respiratoires.

Enfin, la pollution modifie la structure des pollens et les rend plus allergisants.

“On peut être allergique à la poussière”

■ ■ **VRAI ET FAUX** : On est le plus souvent allergique aux acariens présents dans la poussière de maison, ou encore aux autres allergènes qui la composent : poils d'animaux, moisissures, etc.

## Qu'est-ce que la pollution ?

Un amalgame de gaz, de particules, de poussières en suspension dans l'air et qui émanent de tout ce qui fait notre vie quotidienne : voitures, camions, diesel, industries, chauffage, matériaux de construction...



“Je vais faire un voyage dans le Sud, mon allergie va empirer”



■ **FAUX** : Le risque allergique dépend de la présence de l'allergène dans un lieu à un moment donné.

Une personne allergique au cyprès sera gênée quand elle est dans le Sud mais uniquement durant la saison pollinique (février, mars, avril). Elle n'aura aucune manifestation le reste de l'année.

Un allergique aux acariens peut être gêné toute l'année avec une aggravation des symptômes à l'automne. Par ailleurs, il risque d'aggraver ses manifestations respiratoires s'il se rend dans une maison humide (maison de campagne) qui est restée fermée une grande partie de l'année.

**En cas de déplacement, le patient allergique doit se munir de son traitement.**

# Les allergènes et l'environnement

“Quand on habite en ville,  
on n'est pas allergique  
aux pollens”



■ **FAUX** : Les pollens sont suffisamment présents dans les parcs et les jardins pour déclencher une réaction allergique.

Les pollens sont en suspension dans l'air. Les jours de vent, ils peuvent être transportés sur des kilomètres, de la campagne vers la ville.

“Ma fille ne veut pas  
se séparer de son chat,  
son allergie va empirer”



■ **VRAI** : Son allergie risque effectivement de s'aggraver si son animal reste à la maison.

Si l'animal est déjà présent à la maison, en toute bonne logique, la première mesure à prendre est de s'en séparer. Mais les liens affectifs sont souvent difficiles à rompre et la séparation peut devenir une cause de conflit familial ou de détérioration de la relation médecin-malade.

En attendant que vous vous sépariez de votre animal, il est important de suivre les conseils pratiques donnés ci-contre.



## Quelques précautions

- Limiter la présence de l'animal à l'intérieur et lui interdire fauteuils et canapés.
- Lui interdire les chambres à coucher et ne pas dormir avec lui.
- Passer l'aspirateur équipé de filtre HEPA 13 ou 14 au moins deux fois par semaine.
- Retirer tapis et moquettes.
- Même si cela n'est pas facile, laver l'animal une fois par quinzaine permet de diminuer la quantité d'allergènes.
- Faire brosser quotidiennement l'animal, à l'extérieur du domicile.
- Brosser régulièrement les vêtements.



# La désensibilisation

## 4 bénéfices essentiels

pour une qualité de vie retrouvée :

1. Diminue voire supprime les symptômes à terme
2. Diminue la consommation des traitements symptomatiques associés à l'allergie
3. Évite la sensibilisation à d'autres allergènes
4. Prévient l'évolution de la rhinite vers l'asthme

## Les clés de l'efficacité :

1. Un traitement précoce
2. La régularité des prises

Demandez conseil  
à votre **médecin spécialiste**



Chaussée de Louvain, 277 Leuvensesteenweg  
B-1410 Waterloo  
Tel.: +32 (0)2 357 06 60 - Fax: +32 (0)2 357 06 67  
info@stallergenes.be  
www.stallergenes.be