

# LES ALLERGIES



**1 FRANÇAIS SUR 3**

EST ATTEINT D'ALLERGIE ET 1 FOIS SUR 2, ELLE EST RESPIRATOIRE

**4<sup>ÈME</sup> RANG**

DES MALADIES LES PLUS FRÉQUENTES DANS LE MONDE

**4% DES ADULTES,  
8% DES ENFANTS**

ONT DES ALLERGIES ALIMENTAIRES

LES ALLERGIES NE CESSENT D'AUGMENTER DEPUIS LES 3 DERNIÈRES DÉCENNIES! D'OÙ VIENNENT-ELLES? QUELS SONT LEURS SYMPTÔMES? COMMENT LES SOIGNER? ...

**L'ALLERGIE : UNE RÉACTION INAPPROPRIÉE DE NOTRE SYSTÈME DE DÉFENSE**

Notre organisme est doté d'un système de défense chargé de lutter contre les agressions : le système immunitaire.

L'allergie est une réaction immunitaire « inappropriée », c'est-à-dire une réponse de défense de l'organisme alors qu'il n'y a pas de véritable attaque. Le système immunitaire se trompe : il produit des anticorps pour lutter contre une substance extérieure, l'allergène, qu'il identifie à tort comme dangereux.

**1 ENFANT SUR 5 ATTEINT D'ECZÉMA FERA DE L'ASTHME.**

On dit souvent qu'asthme et eczéma sont 2 expressions de la même maladie. Cela est sans doute vrai; mais tout eczéma ne s'accompagne pas d'asthme et l'asthme peut survenir sans avoir été précédé d'eczéma.

**ALLERGIE ALIMENTAIRE**

La cuisson, la pasteurisation ou la stérilisation des aliments ne diminuent pas l'activité allergique et peuvent même parfois l'augmenter.

**RHINITE ALLERGIQUE, COMMUNÉMENT APPELÉE RHUME DES FOINS**

Eternuements et mouchages durant le printemps ou nez qui coule tout au long de l'année sans être pour autant vraiment enrhumé... Il s'agit probablement d'une rhinite allergique. Environ la moitié des rhinites chroniques est liée à l'allergie.

L'allergie peut débuter à tout âge, mais elle est plus fréquente chez l'enfant et peut disparaître à l'âge adulte. Les allergies sont souvent héréditaires et l'on constate fréquemment des manifestations allergiques plus ou

moins identiques chez les personnes d'une même famille.

D'autres facteurs favorisent le développement de l'allergie : l'environnement (pollution, présence d'un animal...), les infections virales, les facteurs émotionnels...

Les réactions allergiques causées par le pollen, les poils d'animaux ou les acariens, se manifestent le plus souvent par des rhinites et des conjonctivites, tandis que les médicaments et les aliments entraînent plutôt des réactions digestives ou cutanées (eczéma, urticaire...).

Mais attention, certaines réactions peuvent s'avérer beaucoup plus graves : choc anaphylactique, œdème de Quincke, asthme, etc. Il est donc important de reconnaître ces symptômes...

**DES SYMPTÔMES VARIÉS ?**

Selon la façon dont l'allergène entre en contact avec le corps, l'allergie peut se traduire par différents symptômes.

Manifestations respiratoires : **asthme, rhume des foins** (rhinite allergique).

Manifestations oculaires : **conjonctivite**.

Manifestations cutanées : **eczéma, urticaire**.

Manifestations digestives : **douleurs abdominales, vomissements, diarrhée**.

### L'ŒDÈME DE QUINCKE, UNE FORME D'ALLERGIE PARFOIS MORTELLE

Dans cette forme assez particulière d'urticaire, heureusement rare, la réaction allergique ne se produit pas dans la peau proprement dite mais dans les tissus sous-cutanés. Elle entraîne un gonflement des paupières et des muqueuses de la bouche, des lèvres, de la langue, du larynx et du pharynx. Le gonflement des muqueuses des voies respiratoires supérieures peut empêcher l'air de passer et provoquer l'asphyxie. **L'œdème de Quincke est donc une vraie urgence.**

### LE CHOC ANAPHYLACTIQUE

C'est la manifestation la plus grave de l'allergie aiguë. Le choc se déclenche dans les minutes ou dans l'heure qui suit le contact avec l'allergène. Il s'annonce par une sensation de malaise accompagnée de démangeaisons, de frissons et de sueurs. Parfois il existe des vomissements, une diarrhée, une crise d'asthme, une éruption d'urticaire.

Puis la personne éprouve des difficultés à respirer. Sa tension artérielle chute, le pouls devient imperceptible et elle perd connaissance. **Le choc peut être mortel en l'absence de traitement et nécessite une hospitalisation en urgence.**

### MAIS QUELS SONT LES RESPONSABLES DE L'ALLERGIE ?

- ▶ Dans l'air : **acariens, moisissures, pollen**, blattes, protéines animales présentes dans **le pelage des animaux**, la salive et l'urine des chats, chiens, rongeurs et chevaux.
- ▶ Dans les aliments :
  - Chez le jeune enfant : **gluten et lait de vache** (l'allergie se manifeste volontiers par des troubles digestifs), puis **arachide**.
  - Chez l'adulte : **poisson, crustacés, lait, œuf, certains fruits (fraise, pomme kiwi)** (l'allergie digestive est plus rare et l'urticaire est la manifestation la plus courante).
- ▶ En contact avec la peau : **métaux** (nickel, mercure...), certains composants des cosmétiques (lanoline, colorants...).
- ▶ Mais aussi : les insectes piqueurs (moustique, taon, puce...), le venin de guêpe, fourmi, frelon...
- ▶ Les médicaments (les antibiotiques surtout).

- ▶ **Le soleil** : certaines personnes présentent une allergie liée à une intolérance aux ultraviolets. Lors des premiers rayons du soleil, ou après une exposition prolongée, une éruption de type urticaire (lucite) se développe sur certaines zones de la peau et peut s'associer à des signes généraux (malaise).

### COMMENT SE SOIGNER ?

Il convient d'identifier le ou les allergènes responsables de l'allergie. Le seul traitement radical consiste à **éliminer l'allergène**, mais une éviction totale n'est pas toujours possible...

### LE TRAITEMENT MÉDICAMENTEUX PERMET DE SOULAGER LES SYMPTÔMES

Il peut être par voie locale (bronchodilatateur, collyre, gouttes nasales, pommade...) ou générale (comprimé ou injection d'antihistaminique et/ou de corticoïdes...).

### LA DÉSENSIBILISATION

Lorsque les symptômes demeurent importants malgré le traitement, le médecin peut conseiller de consulter un spécialiste (allergologue) pour effectuer une désensibilisation.

Possible dès l'âge de 5 ans, la désensibilisation consiste à prendre des doses croissantes de l'allergène en cause (par injection sous la peau ou gouttes sous la langue).

Relativement astreignante, elle permet cependant d'atténuer, voire de faire disparaître les symptômes dans environ les deux tiers des cas.

### LES TESTS D'ALLERGIE AU CABINET DU MÉDECIN

Ils consistent à mettre la peau en contact avec la substance que l'on croit être responsable d'une allergie. Les tests les plus couramment pratiqués au cabinet du praticien sont les timbres et les tests épidermiques.

### TIMBRES (PATCH-TESTS)

Ils sont utilisés pour la recherche des allergies de contact et certaines allergies alimentaires. **Ils consistent en l'application d'une série de timbres enduits de la substance que l'on soupçonne être responsable de l'allergie à des concentrations différentes**, ou de plusieurs substances testées en même temps. Ces timbres sont collés sur la

peau du patient et laissés en place quelques heures ou quelques jours. **Le but est d'obtenir un effet local similaire au symptôme dominant du patient.**

Un très grand nombre d'eczémas professionnels trouvent ainsi leur explication. L'enfant peut bénéficier de cette technique dès le plus jeune âge, pour des eczémas de contact : produits de toilette, lessives et assouplissants, savons mais aussi en cas d'eczéma d'origine alimentaire par exemple.

### TESTS ÉPIDERMiques (PRICK-TESTS)

Les tests épidermiques consistent à **injecter les allergènes en infime quantité sous la peau, par une minuscule piqûre de moins d'un millimètre de profondeur**. La réaction attendue dans les minutes qui suivent est une papule plus ou moins large ressemblant à une piqûre d'ortie.

C'est là aussi le domaine des allergies alimentaires à l'origine de crises d'urticaire et surtout celui des problèmes respiratoires comme l'asthme et la rhinite saisonnière due aux pollens.

Tous ces tests peuvent être affinés par un contrôle sanguin. Certains allergènes ne peuvent être découverts que par une prise de sang (par exemple certains médicaments).

**50%  
C'EST LA  
PROBABILITÉ  
QU'À UN  
ENFANT  
DONT LES  
2 PARENTS  
SONT  
ALLERGIQUES  
DE DEVENIR  
LUI MÊME  
ALLERGIQUE**

### POUR EN SAVOIR PLUS

#### •AFPRAL

Association Française pour la Prévention des Allergies  
BP 12 - 91240 Saint-Michel-sur-Orge  
Tél. 01 48 18 05 84  
[www.afpral.asso.fr](http://www.afpral.asso.fr)

#### •Asthme et Allergies Association

Numéro vert d'information :  
0800 19 20 21  
3 rue de l'Amiral Hamelin  
75116 PARIS  
Tél. 01 47 55 03 56  
[www.asthme-allergies.org](http://www.asthme-allergies.org)

#### •Et aussi :

[www.allergienet.com](http://www.allergienet.com)  
[allergie.remede.org](http://allergie.remede.org)  
[allergique.org](http://allergique.org)