

## Les allergies

25%

Le pourcentage de personnes qui souffrent de rhume des foins en Suisse

Multifacettes, les allergies se manifestent à tout âge. En cause, le système immunitaire qui se trompe de cible. L'organisme réagit de manière exagérée à des substances végétales, animales ou chimiques, habituellement bien tolérées. En fonction des allergènes identifiés, une prise en charge personnalisée est possible.

**Expert:** Pr Philippe Eigenmann, médecin adjoint agrégé, responsable de l'Unité d'allergologie pédiatrique

70%

Le risque de développer une allergie si deux parents, frères ou sœurs sont allergiques.

### La réaction immédiate

(dans les deux heures maximum): la prudence s'impose parce que le pronostic vital peut être engagé



#### Allergènes et réactions

- Environnement: pollens, poils d'animaux, acariens, moisissures.
- Asthme, rhume des foins.
- Aliments: oeuf, noix de cajou, noisette, arachide, lait, poisson, crustacés, blé, fruits, etc.
- Médicaments.
- Piqûres de guêpe et d'abeille.
- Urticaire, réaction sévère généralisée (anaphylaxie).

### La réaction retardée

(dans les heures qui suivent et pendant plusieurs mois en cas d'exposition régulière): sournoise, mais rarement dramatique



#### Allergènes et réactions

- Allergies de contact (peau): chrome, nickel, teintures capillaires, cosmétiques, parfums, produits chimiques, piqûres de guêpe, d'abeille, de moustique, etc.
- Rougeur, eczéma chronique, tuméfaction.
- Allergies alimentaires: lait, blé, orge, avoine, volaille, fruits de mer, etc.
- Vomissements, diarrhées, sang ou mucus dans les selles.



### Mécanismes

#### 1 Contact avec l'allergène

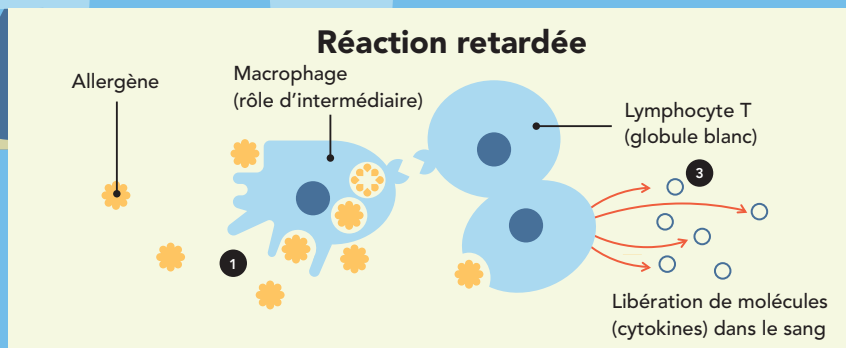
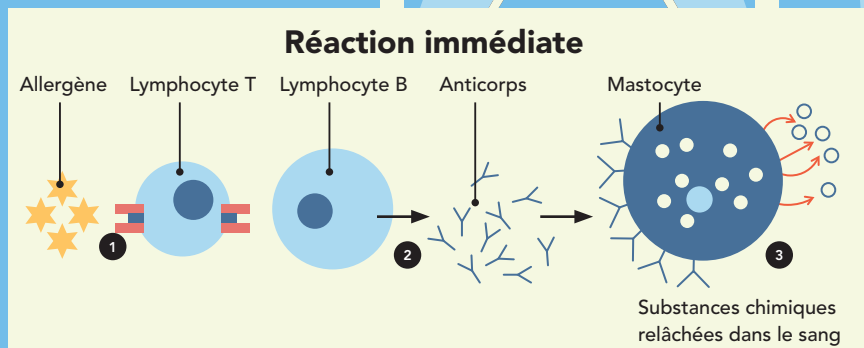
Pour qu'une allergie se manifeste, il faut: une prédisposition génétique et un contact dans le passé avec la substance étrangère en question.

#### 2 Activation du système immunitaire

Pensant avoir à faire à un ennemi, le système immunitaire active ses troupes par le biais d'anticorps préparés depuis le premier contact.

#### 3 Inflammation enclenchée

L'activation des globules blancs\* provoque des dégâts plus ou moins localisés et graves selon les cas (démangeaisons, asthme, vomissements, etc.).



### Que faire ?

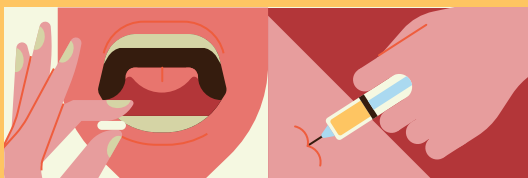
La solution idéale, mais pas toujours possible, éviter tout contact avec l'allergène. Sinon...



#### L'option immédiate: gérer la crise

**Pour les réactions locales** (rhume des foins, asthme, etc.): antihistaminiques (par voie orale), gouttes oculaires, spray nasal, bronchodilatateur, crèmes spécifiques.

**Pour les réactions sévères généralisées** (tachycardie, fourmillements dans les extrémités, difficultés respiratoires, etc.): injection d'adrénaline dans la cuisse.



#### Sur le long terme: la désensibilisation

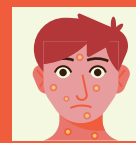
Protocole réservé aux allergies respiratoires marquées ou épisodes de réaction anaphylactique aux piqûres d'insectes.

**L'objectif:** rétablir la tolérance de l'organisme en administrant des doses croissantes de l'allergène, par comprimé sublingual ou par injection sous-cutanée régulière.

**Durée:** 3 à 5 ans. **Age minimum:** 5 ans.

### Allergie ou intolérance ?

#### L'exemple du gluten



#### Signes d'une allergie

Dans les dix minutes suivant le repas, apparition d'urticaire, de boutons, voire difficulté à respirer.



#### Signes d'une intolérance

Digestion désagréable, ballonnement, irritabilité, gêne proportionnelle à la quantité de gluten ingérée.

A ce jour, aucun test ne confirme l'intolérance au gluten. Seule possibilité: tester sur quelques jours un régime sans gluten, réintroduire progressivement les aliments évités, et observer...

\* Lymphocytes, mastocytes, macrophages.