

C'est quoi exactement ?

L'allergie (ou hypersensibilité), est une réaction « exagérée » du système immunitaire contre différents éléments de notre environnement.

Habituellement inoffensifs ou peu graves chez les sujets sensibles dits « allergiques » ou « atopiques », ces « allergènes » peuvent déclencher de violentes réactions.

A quoi peut-on être allergique ?

- Aux aliments et produits ingérés (médicaments),
Les allergies alimentaires les plus connues et parfois les plus graves sont liées : aux arachides, au lait de vache, à l'œuf, aux poissons et fruits de mer, à la moutarde.
La susceptibilité alimentaire varie d'un sujet à l'autre.
- Aux produits inhalés, en suspension dans l'air de l'environnement : moisissures, pollens, poussières, poils d'animaux, acariens.
- A des piqûres, le plus souvent d'insectes : hyménoptère (abeille, guêpe, voir fiche connexe), serpents (voir fiche connexe), méduse, etc.
- A des matériaux qui peuvent toucher la peau et déclencher des « réactions de contact » : métaux des bijoux ou des montres, produits cosmétiques, lessives, produits chimiques, etc.

L'intolérance déclenche essentiellement et de façon habituelle des réactions digestives qui ne constituent jamais à court terme de risque vital pour l'individu.

L'allergie peut elle déclencher des symptômes variés, des plus minimes aux plus graves avec risque vital. Ceci n'est pas prévisible c'est ce qui en fait leur gravité.

Comment se manifestent-elles ?

- Sur la peau et les muqueuses : peau (urticaire, eczéma...), conjonctive des yeux (irritation, démangeaisons, conjonctivite...), nez (irritation, démangeaisons, éternuements, rhinite...), gorge (irritation, démangeaisons du fond de la gorge, toux...), poumons (toux, essoufflement, asthme), œdème de Quincke (gonflement de la peau et des muqueuses visage, bouche, gorge)...
- Et/ ou par des manifestations digestives : nausées, vomissements, diarrhées.
- Par un choc anaphylactique : chute brutale de la tension artérielle, appelée « choc », liée à la libération massive dans le sang des médiateurs de l'allergie, avec perte de connaissance et risque d'arrêt cardiaque, dont le traitement d'urgence consiste en une injection d'adrénaline.

Prévention

Allergies alimentaires : éviction totale de l'aliment, se conformer à la liste des aliments autorisés, sans dérogation possible.

Allergies respiratoires : aérer les locaux régulièrement, en collectivité respecter scrupuleusement la réglementation liée à l'hygiène des locaux : tapis, rideaux, coussins, literie, grilles de ventilation des climatisations, etc.

Allergies de contact : se conformer à la liste des matériaux à éviter.

Conduite à tenir en cas de réaction allergique ?

Démangeaisons de la peau ou de la bouche et/ ou de la gorge +/- poussée de plaques rouges et légèrement surélevées (urticaire) +/- gonflement brutal du visage et du haut du thorax +/- perte subite de connaissance avec ou sans manifestation d'étouffement :

- **Appeler le SAMU 15 /ou 112** hors territoire, ou SOS Médecin ou médecin en URGENCE,
- S'il s'agit d'un enfant « connu comme allergique » et qui possède un kit de stylo auto-injecteur d'Adrénaline type ANAPEN ou autre (voir schéma plus bas) : pratiquer l'injection, si possible avec accord du SAMU.

Si une sortie est organisée, l'animateur devra être muni d'un téléphone portable, du protocole d'urgence kit stylo auto-injecteur d'adrénaline ou les autres médicaments prescrits.

- Si c'est une 1^{ère} réaction allergique, devant des signes évidents d'allergie et/ ou d'œdème ou de choc,
 - Si l'on est en possession d'un stylo auto- injecteur d'adrénaline l'utiliser immédiatement, si possible avec l'accord du SAMU en précisant que c'est la première allergie que fait l'enfant,
 - Si l'on n'a aucun matériel, en cas de choc, mettre en PLS, surveiller le pouls et la respiration, en cas d'arrêt cardiaque pratiquer le massage cardiaque jusqu'à l'arrivée des secours,
 - Si l'enfant est conscient, le mettre au calme, le rassurer en lui parlant, mettre en place le dispositif de soin : urgence, consultation médicale, SAMU etc.

En ACM à la CCAS :

Les enfants qui présentent une allergie alimentaire avec un projet d'accueil individualisé (PAI) à l'école et un protocole d'urgence comportant de l'adrénaline injectable seront accueillis en séjour « pluriel » avec les informations nécessaires pour les repas et les soins quotidiens ou en cas d'urgence.

Afin d'éviter tout contact avec d'autres aliments, avant et après cuisson les préparations de l'enfant allergique seront enveloppées et placées dans un des compartiments du réfrigérateur réservé à son usage, ainsi que sa vaisselle et ustensiles de cuisine.

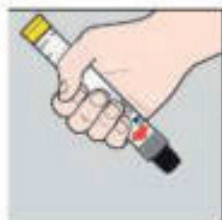
Au moindre doute, quant à la composition d'un aliment, ne pas donner à l'enfant allergique.

Pas de participation à une activité cuisine qui comporterait l'un des aliments interdits pour lui et dans le doute éviter tout contact, y compris cutané avec un aliment interdit.

En savoir plus :

www.allergique.org
www.oasis-allergies.org
www.asthme76.com
www.pollen.fr

Notice d'utilisation du stylo auto-injecteur JEXT®



1-Prenez le stylo injecteur Jext® dans votre main dominante (celle que vous utilisez pour écrire) avec votre pouce le plus près possible du bouchon jaune.



2-Retirez le bouchon jaune avec l'autre main.



3-Placer l'extrémité noire du stylo injecteur contre la face extérieure de votre cuisse, tenir l'injecteur à angle droit de la cuisse (environ 90°).



4-Presez fermement l'extrémité noire contre l'extérieur de votre cuisse jusqu'à ce que vous entendiez le déclic confirmant le début de l'injection, maintenez-le en position. Tenez fermement l'injecteur en place contre la cuisse pendant 10 secondes (comptez lentement jusqu'à 10) puis retirez-le. L'extrémité noire s'étire automatiquement pour recouvrir l'aiguille.



5-Massez la zone d'injection pendant 10 secondes.

Rechercher immédiatement une aide médicale.

Le simulateur Jext® est disponible sur demande auprès du laboratoire ALK (pvinfomed@alk.net).

Une vidéo de démonstration, en français, est disponible sur :

<http://allergies.afpral.fr/anaphylaxie/auto-injecteur/258-comment-utiliser-lauto-injecteur-jext-.html>



Association Française pour la prévention des allergies