



RÉACTIONS ALLERGIQUES SÉVÈRES

Enjeu

Les réactions allergiques sévères, parfois mortelles, aux aliments, aux piqûres d'insectes et à d'autres allergènes (anaphylaxie) prennent de l'ampleur au Canada. Heureusement, ces problèmes peuvent être, en grande partie, évités ou traités.

Contexte

Les réactions allergiques sévères (comme le choc anaphylactique) surviennent lorsque le système immunitaire réagit à un allergène ou un irritant donné. Elles peuvent être déclenchées par certains aliments ou ingrédients présents dans les aliments, les piqûres d'insectes et les médicaments.

Les aliments les plus couramment associés à ce genre de réactions sont les arachides, les noix, les graines de sésame, le blé, les oeufs, le lait et les fruits de mer. Chez les enfants, les réactions allergiques sont principalement causées par les produits alimentaires, alors que chez les adultes, elles sont surtout attribuables aux médicaments et aux antibiotiques, comme la pénicilline. Les réactions aux insectes sont essentiellement causées par les piqûres de guêpes jaunes, de frelons, de guêpes et d'abeilles. Certaines personnes présentent aussi des réactions allergiques sévères au caoutchouc naturel.

Les réactions allergiques sévères touchent principalement la peau, les voies respiratoires supérieures et inférieures, le système gastro-intestinal et l'appareil cardiovasculaire. On estime

à 600 000 le nombre de Canadiens (deux pour cent de la population) qui souffrent d'allergies constituant un danger de mort, et leur nombre est en hausse, surtout chez les enfants.

Effets sur la santé des réactions allergiques sévères

Lorsqu'une réaction est déclenchée, les symptômes du choc anaphylactique peuvent apparaître rapidement. Parfois, on observe chez la victime les manifestations suivantes : perte de conscience, étourdissements, anxiété, angoisse, sensation de chaleur au visage et accélération du rythme cardiaque. On peut aussi remarquer des rougeurs et des démangeaisons de la peau, de l'enflure aux yeux, au visage, aux lèvres et à la gorge, ainsi que des troubles respiratoires. Les vomissements, les crampes, la diarrhée et une sensation d'oppression peuvent aussi survenir. Sous sa forme la plus intense, la réaction allergique peut se traduire par une perte totale de tonus cardiovasculaire, ce qui entraîne une chute de la tension artérielle et un état de choc (anaphylaxie) et, parfois, un décès très rapide. Dans le cas de réactions moins graves, il arrive que les symptômes ne se manifestent qu'au bout de plusieurs heures. Les réactions allergiques sévères sont imprévisibles. Une réaction peut être bénigne une fois, et sévère, la fois suivante, et inversement. Un cas suspect d'allergie entraînant un choc anaphylactique devrait être confirmé par un allergologue (spécialiste des allergies)



de quatre à six semaines après la réaction initiale.

De façon générale, les réactions sévères sont traitées au moyen d'une injection d'épinéphrine (adrénaline), d'antihistaminiques ou de stéroïdes. Les personnes qui savent qui ont ce genre de réactions devraient toujours avoir avec eux un EpiPen®, un dispositif leur permettant de s'administrer rapidement une injection d'adrénaline. Même si les symptômes disparaissent après une injection d'adrénaline au moyen de l' EpiPen®, la victime devrait toujours être transportée à l'hôpital où elle sera en observation pendant plusieurs heures, puisque la réaction peut se manifester de nouveau.

Réduire vos risques

Alors que des recherches sont en cours visant à mettre au point des vaccins contre les réactions allergiques sévères, il n'existe pour l'instant aucun moyen de prévention.

Si un membre de votre famille ou vous avez déjà eu une réaction allergique sévère, voici les mesures à prendre pour prévenir ou pour réduire les risques des autres réactions de ce genre.

- Informez-vous sur les aliments ou les autres facteurs qui provoquent chez vous une réaction et évitez-les. Lorsque vous prenez un repas à l'extérieur de la maison, informez-vous sur les aliments qu'on vous servira. En cas de doute, ne mangez pas les aliments. Au Canada, il existe plus de 1 800 restaurants, dont neuf chaînes qui participent au

nouveau Programme de sensibilisation aux allergies pour les aider à prévenir les crises allergiques sévères. Ces restaurants diffusent de l'information sur les principaux aliments allergènes présents dans les plats inscrits au menu. Ils affichent un symbole distinctif (Sensibilisation aux allergies).

- Apprenez à lire les étiquettes nutritionnelles et les listes d'ingrédients sur les aliments pour éviter, même s'il n'y a qu'une trace des aliments auxquels vous êtes allergique. Communiquez avec le fabricant si vous avez un doute quelconque au sujet d'un produit alimentaire.
- Si un membre de votre famille est sujet à des réactions allergiques sévères, habituez-le à lire les étiquettes et à poser des questions avant de consommer un aliment. Anaphylaxis Canada peut vous aider à éduquer et à rassurer votre enfant (les coordonnées de l'organisme se retrouvent à "Pour en savoir plus?", à la fin du document).
- Ayez toujours avec vous un EpiPen® et sachez comment l'utiliser. Si c'est un membre de votre famille qui est allergique, apprenez-lui à s'en servir et insistez sur l'importance de toujours l'avoir à la portée de la main. Où que vous soyez, au chalet ou en voyage, assurez-vous d'avoir un ou plusieurs EpiPen® avec vous.
- Servez-vous de l'EpiPen® au premier signe d'une réaction.

Pratiquez-vous à utiliser l'EpiPen® tous les 2 ou 3 mois et faites aussi pratiquer d'autres membres de la famille.

- Portez toujours un bracelet Medic Alert, de sorte qu'en cas d'accident, les intervenants soient au courant de vos allergies et réactions.
- Si votre enfant ou vous présentez une réaction allergique sévère, rendez-vous au service d'urgence le plus proche, ou composez le 911 pour savoir quoi faire.

Le rôle de Santé Canada

Santé Canada administre la Loi sur les aliments et drogues. Cette loi et son règlement d'application ainsi que le Règlement sur les instruments médicaux permettent de faire en sorte que les médicaments et les instruments médicaux vendus au Canada, y compris ceux que vous utilisez pour prévenir et traiter les réactions allergiques, soient sûrs, efficaces et fabriqués selon les normes. Santé Canada travaille avec l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) ainsi qu'avec la collectivité médicale pour identifier les aliments connus qui causent de sérieux problèmes médicaux.

L'ACIA a communiqué avec les fabricants, les importateurs et les distributeurs de produits alimentaires, ainsi qu'avec leurs associations, leur demandant avec insistance de voir à ce que les aliments pouvant causer de sérieux problèmes médicaux soient toujours mentionnés dans



la liste des ingrédients des aliments préemballés. En cas de problèmes, l'ACIA peut prendre des mesures correctives telles que le rappel des aliments mal étiquetés. Toutefois, à cause de certains éléments, qui ne sont pas identifiés sur les étiquettes, tels que la saveur, les épices et les assaisonnements, Santé Canada s'occupe actuellement de modifier le Règlement sur les aliments et drogues pour s'assurer que la plupart des aliments et des composantes alimentaires qui causent des réactions allergiques sévères soient toujours identifiés sur les étiquettes.

Santé Canada s'assure également que tout nouveau renseignement au sujet des réactions allergiques sévères soit disponible au grand public le plus rapidement possible.

Pour en savoir plus?

Pour en savoir plus sur les réactions allergiques sévères de votre famille, communiquez avec votre médecin.

Santé Canada a plusieurs sources de renseignements au sujet des réactions allergiques sévères, dont :

Anaphylaxie : Déclaration sur le traitement initial en milieu non hospitalier
<http://www.hc-sc.gc.ca/pphb-dgspsp/publicat/ccdr-rmtc/95vol21/rm2122fa.html>

Une bouffée d'air frais - Vivre avec les allergies et l'asthme
http://www.hc-sc.gc.ca/francais/features/revue/2001_04/allergies.htm

Consultez également l'article de Votre santé et vous : Utilisation sans risque des médicaments
http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vsv/aspect_medical/risques_medicaments.html

Pour obtenir des renseignements au sujet des rappels d'aliments, consultez le site Web de l'Agence canadienne d'inspection des aliments :

<http://www.inspection.gc.ca/francais/corpafr/recarapp/recaltocf.shtml>

Autres sources de renseignements :

Anaphylaxis Canada
416 avenue Moore, bureau 306,
Toronto (Ontario) M4G 1C9
Tél. : (416) 785-5666
Courriel : info@anaphylaxis.ca
Site Web :
http://www.anaphylaxis.ca/content/sitemap/under_construction.asp

Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique
<http://csaci.medical.org> (anglais)

Allergy and Asthma Information and Research UK
<http://www.users.globalnet.co.uk/~aair/> (anglais)

Pour d'autres articles de Votre santé et vous, visitez le site:
www.santecanada.ca/vsv
Vous pouvez également téléphoner au (613) 957-2991