

# Allergies : ce que je dois savoir

**Docteur Guillaume BIZJAK**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/guillaume-bizjak](http://www.docvadis.fr/guillaume-bizjak)

Validé par  
 le Comité Scientifique Allergologie et le Comité Scientifique Médecine générale

**L'allergie est une réaction inadaptée de l'organisme en présence d'une substance déterminée. L'allergie peut être respiratoire, alimentaire ou de contact.**

## **Pourquoi suis-je allergique ?**

L'origine précise des allergies est mal connue, mais certains facteurs déclenchants sont identifiés.

- Facteur héréditaire : il existe des familles d'allergiques.
- Facteur environnemental : la pollution et le contact avec l'agent allergène.
- Facteur personnel qui peut être dû à une réaction ou à une diversification alimentaire trop précoce.

Dans tous les cas, lors de la sensibilisation, c'est-à-dire lors du premier contact avec l'agent allergène, votre organisme a produit des anticorps prêts à réagir lors d'un prochain contact. A chaque nouveau contact avec cet agent allergène, votre organisme déclenche la réaction allergique.

## **Comment savoir à quoi je suis allergique ?**

Des réactions cutanées (rougeurs de la peau), digestives ou respiratoires sont les signes de phénomène allergique. Un médecin allergologue pourra vous proposer un test cutané et, éventuellement, des examens sanguins pour déterminer l'allergène en cause.

## **Qu'est-ce qui peut me provoquer une allergie ?**

Les allergènes respiratoires les plus courants sont :

- Les acariens de la poussière, les pollens, les poils et les plumes d'animaux domestiques.

Les allergènes alimentaires les plus courants sont :

- Le lait, les œufs, l'arachide, les cacahuètes, la farine de blé, le poisson, la crevette et autres crustacés, le kiwi.
- D'autres produits sont fréquemment incriminés, car ils contiennent des substances allergisantes. Shampoings, cosmétiques, produits ménagers (lessives).

D'autres allergies peuvent être provoquées par :

- Des piqûres d'insectes (guêpes, abeilles, frelons).
- Certains médicaments.

## **Mon allergie peut-elle être dangereuse ?**

Qu'ils'agisse d'une allergie respiratoire (pollens, poussière...), de contact (laine, produit cosmétique), médicamenteuse ou alimentaire (gluten, arachide...), votre organisme considère la substance étrangère comme un ennemi. La plupart du temps, les manifestations sont diverses mais bénignes : eczéma, urticaire, troubles respiratoires ou digestifs. Il arrive qu'une allergie prenne des proportions plus importantes. Dans les cas les plus graves, le pronostic vital peut être engagé : il s'agit du choc anaphylactique qui est une urgence absolue. Composez le 15, le 18 ou le 112. Les signes d'alerte possibles sont les suivants :

- Battements rapides du cœur, pouls faible.
- Difficultés à respirer.
- Gonflement (œdème) au niveau du cou, du visage et qui peut gagner la langue.

Vous devez impérativement informer votre entourage de votre ou de vos allergies et conserver sur vous un document indiquant les substances médicamenteuses auxquelles vous êtes allergique. Si vous devez voir un nouveau médecin ou si vous devez être hospitalisé, informez-les de votre allergie.

## **Comment va évoluer mon allergie ?**

Les cas sont variables. L'allergie peut disparaître. Elle peut se développer au contact d'autres allergènes. Elle peut être traitée.

## **Comment dois-je traiter mon allergie ?**

Supprimez autant que possible tout contact avec l'agent allergène si celui-ci est identifié. Un traitement anti-

allergique peut vous être prescrit afin de prévenir ou de traiter les conséquences de votre allergie. Il existe également des trousse d'urgence. Parlons-en en consultation. Dans certains cas, une désensibilisation peut également vous être proposée. Il s'agit d'une mise en contact progressive de votre organisme avec l'agent allergène en faibles quantités. C'est un traitement long pratiqué par un médecin allergologue.

Pour savoir à quoi vous êtes allergique, des tests cutanés peuvent être pratiqués

Si vous êtes allergique, ayez toujours sur vous le médicament anti-allergique prescrit par votre médecin traitant. N'hésitez pas à consulter en cas de forte réaction ou même à appeler le Samu. Si vous avez déjà fait une réaction allergique, vous devez prévenir l'équipe médicale avant toute intervention médicale ou chirurgicale.



*Pour savoir à quoi vous êtes allergique, des tests cutanés peuvent être pratiqués*