

L'anaphylaxie (Anaphylaxis)

L'anaphylaxie est une réaction allergique grave potentiellement mortelle qui doit chaque fois être traitée comme une urgence médicale. En général, l'anaphylaxie survient au contact d'un allergène (le plus souvent un aliment, un médicament ou une piqûre d'insecte) auquel la personne concernée est allergique. Le risque d'anaphylaxie ne menace pas systématiquement toutes les personnes allergiques.

Il est essentiel de connaître les symptômes et les signes avant-coureurs d'une anaphylaxie.

Les symptômes de l'anaphylaxie peuvent entraîner la mort. Les symptômes suivants peuvent être signes d'une réaction anaphylactique :

- Respiration difficile ou bruyante.
- Gonflement de la langue.
- Gonflement / œdème de la gorge.
- Difficulté pour parler et / ou voix enrouée.
- Respiration sifflante ou toux persistante.
- Vertiges constants et / ou perte de connaissance.
- Pâleur et faiblesse du corps (chez les jeunes enfants).

Des symptômes allergiques moins graves peuvent également être les signes avant-coureurs d'une réaction anaphylactique :

- Gonflement du visage, des lèvres et / ou des yeux.
- Problèmes cutanés comme de l'urticaire ou des zébrures.
- Crampes abdominales, nausées (signes typiques d'une réaction anaphylactique à une piqûre d'insecte).

Certains facteurs peuvent influencer le degré de gravité d'une réaction allergique, par exemple : un effort physique, la chaleur, l'alcool, et pour les personnes allergiques à certains aliments, la quantité ingérée et la manière dont la nourriture a été préparée.

Il est essentiel d'identifier la cause de la réaction anaphylactique.

Votre médecin va vous poser des questions afin de déterminer au mieux les causes de votre réaction anaphylactique (piqûres d'insectes, aliments ou médicaments ingérés ce jour-là). Cette démarche permet d'exclure les troubles ou maladies présentant des symptômes semblables à l'anaphylaxie, comme l'évanouissement ou la crise épileptique. S'il s'agit bien d'une allergie, des tests seront réalisés : une prise de sang pour doser les immunoglobulines E (IgE) spécifiques (anciennement connue sous le nom de tests RAST) ou tests cutanés allergologiques (*prick test*) pour identifier des déclencheurs éventuels.

Pour en savoir plus sur les tests de bilan allergologique, consultez le site Web de l'ASCIA à l'adresse www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/allergy-testing (en anglais).

Il est important de rappeler que certaines méthodes permettant soi-disant de réaliser un bilan allergologique ne sont pas en fait des méthodes fiables sur un plan médical ou scientifique. C'est notamment le cas de l'épreuve des aliments cytotoxiques, du test électrodermique ou « test Vega », de la kinésiologie, des techniques d'élimination des allergies, de l'iridologie, du test du pouls, du test Alcat, du test intradermique de la méthode Rinkel, de la réflexologie, de l'examen capillaire et des tests d'allergies alimentaires dosant les taux d'IgG. Des informations sur ces tests et ces méthodes sont disponibles sur le site Web de l'ASCIA à l'adresse www.allergy.org.au/patients/allergy-testing/unorthodox-testing-and-treatment (en anglais).

Une gestion efficace des réactions anaphylactiques peut sauver des vies.

Si vous êtes susceptible de souffrir une réaction anaphylactique, vous devez être suivi par votre médecin traitant. Cela implique :

- **De consulter un spécialiste des allergies et de l'immunologie clinique.***
- **D'identifier les éléments qui déclenchent chez vous des réactions anaphylactiques** en dressant une liste complète de vos antécédents médicaux et en faisant un examen clinique et des tests allergologiques dont les résultats seront interprétés.

- **De compiler des informations sur les moyens d'éviter tout contact avec des éléments déclencheurs.** Ceci est d'autant plus important s'il s'agit d'allergies graves à certains aliments car c'est en évitant les aliments allergènes que vous vous préserverez contre les réactions allergiques. Les conseils d'un diététicien qualifié et expérimenté peuvent également être très utiles.
- **D'élaborer un plan d'action de l'ASCIA contre l'anaphylaxie.**** Ces plans d'action conçus par l'ASCIA sont une sorte de guide vous expliquant quand et comment utiliser un dispositif d'auto-injection d'adrénaline.
- **De consulter régulièrement un médecin allergologue et spécialiste de l'immunologie clinique.**

* Le site Web de l'ASCIA propose une liste de médecins allergologues et spécialistes de l'immunologie clinique. Rendez-vous à l'adresse www.allergy.org.au/patients/allergy-and-clinical-immunology-services/how-to-locate-a-specialist (en anglais).

** Les plans d'action de l'ASCIA doivent être remplis par un médecin et conservés avec le dispositif d'auto-injection d'adrénaline. Les plans d'action de l'ASCIA contre l'anaphylaxie peuvent être consultés sur le site Web de l'ASCIA à l'adresse www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources/ascia-action-plan-for-anaphylaxis (en anglais).

L'injection d'adrénaline est le premier moyen de défense contre les réactions anaphylactiques.

L'adrénaline a pour avantage de rapidement mettre fin aux effets d'une réaction anaphylactique et elle est le traitement de premier choix contre l'anaphylaxie. Les dispositifs d'auto-injection d'adrénaline (comme EpiPen®) sont conçus pour une manipulation par des personnes n'appartenant pas au corps médical comme des parents ou des amis, des enseignants, du personnel de crèches, garderies ou écoles, voire des passants. Une personne allergique peut également se l'administrer elle-même si elle s'en sent capable ou si elle n'est pas trop âgée. Ces dispositifs contiennent une dose fixe et unique d'adrénaline pour mettre rapidement fin à la réaction anaphylactique.

Les dispositifs d'auto-injection d'adrénaline doivent uniquement être prescrits dans le cadre d'un plan de gestion complet des réactions anaphylactiques. Ce plan de gestion doit inclure un plan d'action de l'ASCIA contre l'anaphylaxie ainsi que des informations sur les moyens de réduire les risques de réactions allergiques. Si vous ou votre enfant s'est vu prescrire un dispositif d'auto-injection d'adrénaline, il est important que vous appreniez à l'utiliser et que vous vous entraîniez à l'aide d'un dispositif test tous les 3 ou 4 mois.

Pour en savoir plus

Pour en savoir plus sur l'anaphylaxie, consultez le site Web de l'ASCIA. Vous y trouverez les plans d'action de l'ASCIA, des foires aux questions, les plans de voyage de l'ASCIA, des informations sur les dispositifs d'auto-injection d'adrénaline, des outils de formation ainsi que des instructions. Rendez-vous à l'adresse www.allergy.org.au/health-professionals/anaphylaxis-resources (en anglais).

Souffrir d'anaphylaxie ou voir un membre de sa famille en souffrir est parfois difficile. Des groupes de soutien existent et peuvent vous fournir des informations utiles ainsi que le soutien d'autres personnes dans la même situation. Les associations de soutien aux personnes souffrant d'anaphylaxie sont les suivantes :

- Allergy & Anaphylaxis Australia : www.allergyfacts.org.au
- Allergy New Zealand : www.allergy.org.nz

© ASCIA 2015

L'Australasian Society of Clinical Immunology and Allergy (ASCIA ou Association australasienne des allergies et de l'immunologie clinique) est le principal organisme professionnel réunissant des allergologues et des spécialistes de l'immunologie clinique australiens et néo-zélandais.

Site Web : www.allergy.org.au

Courriel : projects@allergy.org.au

Adresse postale : PO Box 450, Balgowlah, NSW Australia 2093

Avis de non-responsabilité

Ce document a été rédigé par des membres de l'ASCIA et revu par des pairs. Il se base sur des opinions d'experts et contient des informations provenant de publications disponibles au moment de la revue. Le contenu du présent document ne vise pas à remplacer les conseils de professionnels du corps médical et toute question concernant un diagnostic ou un traitement médical doit être posée à un médecin qualifié.

Ce document a été financé par des fonds publics et rédigé à but non lucratif.

Dernière mise à jour : juin 2015