



## Vous croyez avoir une allergie?

Nous pouvons vous aider à y voir clair – pour que vous puissiez gérer votre allergie afin de vous sentir mieux et de vivre mieux.

[Plus de détails à l'intérieur.](#)

### Qu'est-ce qu'une allergie?

Vous arrive-t-il souvent d'éternuer, d'avoir les yeux qui démangent, des éruptions cutanées ou la diarrhée? Si c'est le cas, il se peut que vous ayez une allergie. Les allergies sont au nombre des affections chroniques les plus communes, partout dans le monde. Les symptômes peuvent varier grandement, d'un léger inconfort à une réaction grave ou même potentiellement mortelle, appelée anaphylaxie.

Un grand nombre de personnes s'habituent à leurs symptômes et souffrent inutilement – cependant, des tests simples sont à votre disposition pour vous aider à savoir si vous souffrez d'une allergie à une substance particulière et à mieux la maîtriser.

# 1 sur 4

On estime que 1 personne sur 4 souffre d'allergies.

### Qu'est-ce qui cause les allergies?

Notre système immunitaire nous protège contre les organismes étrangers pouvant provoquer des maladies. Cependant, notre système immunitaire réagit parfois à des aliments, à des pollens, à la poussière ou à des médicaments en produisant une réaction allergique.

Lors d'une réaction allergique, notre corps produit des anticorps qui déclenchent certains symptômes. Ces symptômes peuvent varier énormément selon l'allergène concerné et votre âge. À titre d'exemple, les nourrissons et les tout-petits ont souvent des réactions allergiques à des aliments, comme le lait et les œufs, tandis que les enfants et les adultes peuvent devenir allergiques à des choses qu'ils peuvent respirer, comme le pollen ou la poussière.

### Symptômes courants d'allergènes particuliers

PARTIE DU CORPS	SYMPTÔMES	DÉCLENCHEURS OU ALLERGÈNES COURANTS
NEZ	Éternuements Nez qui démange, coule ou bouche Respiration par la bouche	Pollen, acariens, coquerelles, animaux domestiques et autres animaux
YEUX	Yeux qui démangent, sont rouges, larmoyants, enflés	Pollen, acariens, coquerelles, animaux domestiques et autres animaux
BOUCHE	Gorge, bouche et(ou) lèvres qui picotent et démangent Enflure	Fruits, légumes, noix et légumineuses
PEAU	Eczéma (peau sèche, qui démange) Éruptions, urticaire, enflure	Noix, fruits de mer, œufs, lait
POUMONS	Toux, éternuements Serrement de poitrine Essoufflement Asthme	Pollen, acariens, coquerelles, animaux domestiques et autres animaux, aliments
SYSTÈME GASTRO-INTESTINAL	Diarrhée Douleur Nausée Vomissements Perte de poids	<b>Nourrissons et tout-petits :</b> Œufs, lait, blé, fève de soya  <b>Enfants et adultes :</b> Œufs, lait, fruits de mer, blé, arachides, noisettes et autres noix, fruits et légumes
DIVERSES RÉACTIONS ANAPHYLACTIQUES	Premiers symptômes : Urticaire, picotements et démangeaisons autour de la bouche, enflure autour de la bouche et des yeux  Symptômes graves : Démangeaisons, picotements et enflure de la bouche et de la gorge, pression artérielle anormalement basse, douleur abdominale, nausée et vomissements, essoufflement, asthme	Arachides, noix, poissons, fève de soya, fruits de mer, lait, œufs, graines, fruits, venin d'abeille et de guêpe

## Comment diagnostique-t-on les allergies?

Vos antécédents familiaux et médicaux ainsi qu'un examen physique aideront à déterminer si vos symptômes découlent d'une allergie. Deux types de tests sont également offerts pour faciliter le diagnostic d'une allergie – un test cutané et un test sanguin.

### TEST CUTANÉ :

On dépose une petite quantité d'allergène sur votre peau qu'on égratigne délicatement ensuite. S'il se produit une réaction, elle peut être due à une allergie. Ce test est administré par un allergologue.

### TEST SANGUIN :

On prélève une petite quantité de sang et on mesure la concentration d'anticorps d'allergènes particuliers. Si la concentration d'anticorps correspondant à un allergène particulier ou un de ses composants augmente, cette hausse peut être due à une allergie.

# 100 PLUS

Chez Dynacare, nous testons plus de 100 divers allergènes – comme les aliments, les phanères d'animaux, les pollens, les arbres, les mauvaises herbes, les graminées et le venin d'insectes.

Nous pouvons aussi tester plus de 20 composants d'allergènes, comme ceux des arachides.



## Quels traitements sont offerts?

### Quel test vous convient?

Un test sanguin présente certains avantages par rapport au test cutané :

- Dans le cas de certains aliments, le test sanguin peut s'avérer plus précis que le test cutané
- Le test sanguin est plus pratique et moins invasif, étant donné qu'un seul prélèvement peut servir à tester de multiples allergènes ou leurs composants
- Les médicaments que vous pouvez prendre n'influencent pas le résultat
- Il n'y a aucun risque de réaction anaphylactique
- Il ne dépend pas de l'état de votre peau
- Il peut être administré à des nourrissons âgés d'à peine six semaines
- Il peut contribuer à déterminer si des injections de désensibilisation pourraient aider
- Votre médecin de famille peut le prescrire facilement

Un simple prélèvement sanguin peut servir à tester de multiples allergènes et leurs composants.

### Évitement

Dans le cas de certaines allergies, comme celles d'aliments, l'évitement peut être le seul traitement qu'il vous faut. Cette mesure peut suffire à prévenir les symptômes de votre allergie et vous n'aurez besoin d'aucun médicament ni traitement.

### Médicaments

Si l'évitement ne suffit pas, vous pouvez prendre un ou des médicaments pour traiter votre allergie et mieux contrôler vos symptômes. Il existe aussi des médicaments à action rapide, comme l'épinéphrine qu'on peut injecter pour freiner une réaction anaphylactique.

### Injections de désensibilisation

On peut avoir recours à des injections de désensibilisation, ce qu'on appelle aussi une immunothérapie, pour accroître votre tolérance aux allergènes. On recommande habituellement ces injections si vous souffrez d'allergies graves ou si vous éprouvez des symptômes qui durent plus de trois mois par année. Les injections de désensibilisation ne guérissent pas les allergies, mais elles réduisent la réaction de votre système immunitaire à l'allergène en cause.



### Comment m'y prendre pour passer un test d'allergie?

Si vous croyez que vous ou votre enfant avez des symptômes d'allergie, consultez votre médecin de famille au sujet d'un test sanguin. Si votre test sanguin révèle que vous souffrez d'une allergie, on pourra vous diriger vers un allergologue qui mettra en place un processus permanent d'évaluation et de mesures de gestion de votre allergie.

**N'arrêtez pas vos tests. Les allergies peuvent changer au fil du temps.**

Ainsi, en vieillissant, les nourrissons peuvent surmonter leur allergie au lait et aux œufs. D'autres allergies peuvent toutefois évoluer vers des affections plus graves. C'est la raison pour laquelle un test de suivi est crucial pour la gestion précise de votre allergie et pour que vous vous sentiez mieux et viviez mieux.

Certains régimes privés d'assurance maladie peuvent couvrir les tests d'allergie. Tous les renseignements étaient à jour en janvier 2016.

