

AVIS DU SPÉCIALISTE

JUAN OLIVIERI,
spécialiste allergologie-
immunologie Groupe
Médical d'Onex



Comment déterminer si mon enfant à une allergie de saison?

Si, en période de pollen, votre enfant tousse même la nuit alors qu'il ne semble pas avoir d'infection, il s'agit peut-être de symptômes d'allergies. Il faudrait consulter dans les deux jours. Sinon, il faut rester attentif aux symptômes classiques des allergies et prendre un rendez-vous médical si nécessaire.

En pratique, comment ça se passe?

Après avoir déterminé à quels allergènes le patient est sensible, on choisit un traitement. Jusqu'ici, il s'agissait d'injections régulières de doses de plus en plus fortes de l'allergène afin - en quelque sorte - d'habituer le corps à tolérer la substance. Le traitement durait trois à cinq ans. A présent, on peut faire le choix d'un traitement par voie orale. Il s'agit de gouttes ou de tablettes placées sous la langue dont l'effet est comparable aux injections. L'avantage est notamment important pour les enfants puisque les gouttes se prennent à la maison, sans devoir passer chez le médecin. Que la désensibilisation soit faite par injections ou par voie orale, sa durée est de 3 à 5 ans.

ATCHOUM • «Le printemps est une menace!» Si ce genre de phrases vous parle, vous faites sans doute partie des nombreux allergiques saisonniers.

Zadig Ozonnaz

Allergiques: au printemps, sortez couverts!

ISTOCK/ABADONIAN



Le printemps, avec ses floraisons ininterrompues, est LA saison à craindre pour les personnes allergiques. Avec leur nez qui coule et leurs yeux qui piquent, certaines personnes allergiques sont en fait génétiquement prédisposées à ce type de problème, à cause d'un système immunitaire qui réagit aux allergènes (pollen, aliments, venin d'abeille...). Face aux pollens, elles peuvent développer des plaques d'eczéma, une rhinite (nez qui coule), une conjonctivite allergique (yeux qui pleurent, qui picotent) voire même de l'asthme. Pour certains, les symptômes de l'allergie saison-

nière peuvent devenir vraiment handicapants, voire s'aggraver avec les années.

Alors, que faire?

Un rendez-vous chez votre médecin de famille puis au besoin chez un allergologue permettra de vérifier si vos symptômes sont réellement liés à une allergie puis d'en déterminer les allergènes. Vous pourrez alors réfléchir à la bonne stratégie pour diminuer votre inconfort et éviter que cela ne s'aggrave.

La prescription de médicaments antihistaminiques diminuera efficacement la plupart des symptômes. Mais mettre une maladie sous contrôle n'est pas la soigner. On peut alors envisager une désensibilisation (lire ci-contre).

Outre les médicaments, mettre en place de petits gestes au printemps peut augmenter le confort au quotidien en évitant d'amener des pollens dans votre chambre à coucher: se rincer corps et cheveux le soir, éviter de laisser ses vêtements couverts de pollens (invisibles!) dans la chambre et placer des voiles anti-pollen aux fenêtres. Fait intéressant et paradoxal: des études ont montré que les enfants élevés dans un lieu trop «propre» étaient plus sujets aux allergies que les autres!

L'asthme attaque

Qu'est ce que l'asthme? Mortelle, la crise d'asthme est la complication la plus redoutée de n'importe quelle allergie. Enflammée par un allergène, l'intérieur des poumons (bronches) surréagit et laisse passer de moins en moins d'air, provoquant l'étouffement.

Comment reconnaître l'asthme? L'asthme peut se manifester discrètement, par une toux sèche. Dans ce cas, il ne s'agit pas d'une urgence vitale mais un rendez-vous médical s'impose dans des 48h. Par contre, lors d'une crise d'asthme la personne, enfant comme adulte, a une respiration difficile et sifflante. Il faut alors agir très rapidement.

Que faire en cas de crise d'asthme? Les patients qui font régulièrement des crises d'asthme ont habituellement avec eux un spray contenant un broncho-dilatateur à prendre en cas de crise et efficace en quelques secondes. Ensuite, si les difficultés à respirer persistent ou s'aggravent, un traitement de cortisone inhalé est nécessaire. Si aucun médicament n'est disponible, appelez immédiatement le 144 ou un médecin. ■

 Avec la collaboration de Sophie Bontemps, Pôle prévention et promotion de la santé-Réseau de santé Delta. www.reseau-delta.ch