



## L'anaphylaxie : quand l'allergie conduit à un choc mortel

Le 4 juin 2015, l'association française pour la prévention des allergies (AFPRAL) lance une grande campagne de sensibilisation à destination des personnes allergiques et de leur entourage pour apprendre à effectuer les gestes qui sauvent en cas de choc anaphylactique.

Cette **réaction allergique exacerbée** déclenchée par un contact avec un allergène (aliment, piqûre d'insecte, médicament), est une **urgence vitale** dont le seul traitement reste l'utilisation rapide d'adrénaline par un stylo auto-déclenchant. Elle concerne les enfants, les adolescents - dont un sur quarante est allergique - et les adultes, qu'ils soient au courant ou non de leur allergie.

Les décès par anaphylaxie concernent des personnes pour lesquels l'injection d'adrénaline n'a pas été faite ou trop tardivement.

L'AFPRAL souhaite que les parents d'enfant allergique, les urgentistes, les médecins scolaires, les pompiers, les enseignants, les directeurs d'école, les responsables de cantine, etc., s'initient à l'utilisation très facile des stylos auto-déclenchant afin d'être en mesure de pouvoir sauver la vie d'une personne allergique. En plus de la création d'un site internet dédié

[www.urgence-anaphylaxie.com](http://www.urgence-anaphylaxie.com)

L'AFPRAL a mis au point un protocole d'action pour agir en cas de choc anaphylactique. L'association a également édité un guide de 28 pages et distribuera 1200 trousseaux d'entraînement à l'urgence aux médecins scolaires à la rentrée des classes de septembre 2015.

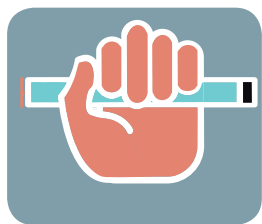
### Qu'est-ce qu'un choc anaphylactique ?

L'allergie s'exprime de multiple façons, à tous âges, sur différents organes du corps humain. Cela va de l'allergie aux protéines de lait de vache du bébé à l'eczéma de contact aux cosmétiques, du rhume des foins jusqu'à l'anaphylaxie : **une manifestation grave de l'allergie qui peut entraîner la mort** de la personne réactive à un allergène.

Il s'agit souvent d'**un enfant ou d'un adolescent souffrant d'une ou plusieurs allergies alimentaires**.

On déplore 2 décès dans des cantines ces dernières années.

## Une seule solution : de l'adrénaline et un geste



Un seul médicament, l'**adrénaline**, permet d'enrayer le processus d'un système immunitaire qui s'emballe lors d'une réaction allergique sévère, d'un cœur et d'un souffle en détresse. Il doit être administré dans les 20 minutes après le début de la crise et se présente **sous forme d'un stylo auto-déclenchant**. La victime ou son entourage afin de libérer le produit dans le muscle de la cuisse par injection.

L'association française pour la prévention des allergies (AFPRAL) consacre sa 5<sup>e</sup> journée nationale d'action pour la prévention des allergies, à l'anaphylaxie avec sa JDA :

### Journée du Danger des Allergies

Le **4 juin 2015** sera le lancement d'une campagne d'envergure qui s'échelonnnera **jusqu'à la rentrée des classes** en septembre.

En effet c'est durant cette période que :

- > Les enfants allergiques changent de classe, d'école
- > Les enseignants sont nouvellement affectés
- > Les personnels d'encadrement scolaire et périscolaire sont recrutés

Ces changements nécessitent pour chacun

**d'être informé et formé  
aux risques de l'allergie, ainsi qu'à sa forme la plus grave, l'anaphylaxie.**

Par ailleurs, les médecins scolaires, les urgentistes, les pompiers qui sont directement confrontés à l'urgence allergique souhaitent mieux appréhender l'anaphylaxie.

### Que se passe t-il quand on est allergique sévère ?

L'anaphylaxie résulte d'un contact avec un allergène. L'allergène peut être :

- > Ingré (aliment : noix, noisette, lait, œuf, crustacé ; médicament : antibiotiques, aspirine)
- > Inhalé (vapeur de cuisson de crevette, anesthésiant)
- > Injecté (venin : guêpes, abeilles, frelons, serpents ; médicaments : anesthésiant)
- > Appliqué sur la peau ou une muqueuse (latex)

Le premier contact se déroule souvent sans réaction apparente, on parle de sensibilisation, pendant cette période l'organisme va fabriquer des anticorps et c'est lors du second contact (et des suivants) que l'organisme pourra réagir violemment. Une petite exception avec les venins d'insectes qui peuvent déclencher une réaction anaphylactique dès le premier contact.

## Cela concerne qui ?



L'anaphylaxie se manifeste sur des personnes allergiques sévères qui ont connaissance de leur état... ou pas. Elle atteint les personnes à tous les âges du bébé à celle de la personne âgée.

**L'anaphylaxie touche surtout les enfants et les adolescents** qui sont gravement allergiques à un aliment.

Elle concerne aussi les adultes piqués par des insectes (abeilles, guêpes ou frelons) ou allergiques à des médicaments.

La réaction se déclare habituellement entre 1 et 30 minutes après le contact avec l'allergène

## Quels sont les symptômes ?



- > On a la gorge qui gonfle, la voix devient bizarre, croasse
- > On ressent des fourmillements intenses dans les membres
- > On ressent une indicible panique, un sentiment de vide ou de mort imminente
- > On est oppressé, une crise d'asthme se déclenche
- > On a les battements du cœur qui accélèrent ou ralentissent, la tension chute brutalement

## Que faut-il faire ?

Prendre **la trousse d'urgence** - Aider la victime à faire les gestes d'urgence qu'elle connaît. Si elle n'est plus en état de le faire, le faire pour elle et être son ange gardien :



- > Administrer l'adrénaline avec le stylo auto-déclenchant
- > Administrer le bronchodilatateur si il y en a (en cas de crise d'asthme)
- > Appeler les secours (15 ou 112) ou 18
- > Faire une seconde injection d'adrénaline (2<sup>e</sup> stylo) si il n'y a pas d'amélioration dans les 5 minutes.

**c'est une urgence vitale !**

## Un site d'information sur l'anaphylaxie

L'association française pour la prévention des allergies (AFPRAL) a créé un site internet dédié à l'anaphylaxie

**[www.urgence-anaphylaxie.com](http://www.urgence-anaphylaxie.com)**

- > Il s'adresse aux patients allergiques et à leur entourage.
- > Il s'adresse aux enseignants, directeurs d'école, ou de centre aéré
- > Il s'adresse aux médecins scolaires, infirmières scolaires, pompiers, secouristes
- > Il s'adresse à chacun de nous, car nous sommes tous l'ange gardien de quelqu'un, un jour.

## Un ouvrage consacré à l'allergie sévère et ses conséquences



Ecrit par la porte-parole de l'AFPRAL Véronique Olivier et le Dr Nhàn Pham Thi, pneumo-pédiatre allergologue à l'hôpital Necker, il sera disponible dans la boutique en ligne de l'association [www.allergies.afpral.fr/boutique-en-ligne](http://www.allergies.afpral.fr/boutique-en-ligne)

Ces 28 pages proposent des astuces et des conseils pour vivre avec un risque de choc mortel au quotidien, que l'on soit allergique, parent d'enfant allergique, urgentiste, médecin scolaire, pompier, enseignant, directeur d'école, responsable de cantine etc.

## 1200 trousse d'entraînement à l'urgence envoyées aux médecins scolaires

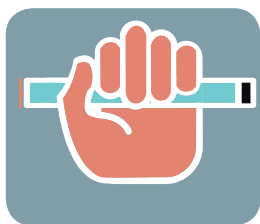


A la rentrée des classes de septembre 2015, l'AFPRAL dotera 1200 médecins scolaires d'une trousse d'entraînement à l'urgence qui comportera :

- > un stylo auto-déclenchant d'entraînement Anapen
- > un stylo auto-déclenchant d'entraînement EpiPen
- > un stylo auto-déclenchant d'entraînement Jext
- > les notices d'utilisation de ces dispositifs
  
- > Le livre : *L'anaphylaxie, l'état d'urgence de l'allergique*
- > Le plan d'action d'urgence allergique

Afin de s'initier au maniement des stylos auto-déclenchant et transmettre ce geste autour d'eux.

## Soyons tous l'ange gardien d'un allergique



L'association française pour la prévention des allergies (AFPRAL) souhaite que le plus grand nombre de personnes s'initie à l'utilisation très facile des stylos auto-déclenchant afin d'être en mesure, un jour, **de pouvoir sauver la vie d'une personne allergique.**

Parce qu'un geste appris et effectué plusieurs fois durant un entraînement, sera automatiquement mis en œuvre en cas de besoin, alors même qu'il y aura un grand stress.

# Un plan d'action d'urgence allergique

L'association française pour la prévention des allergies (AFPRAL) propose un plan simple et efficace pour agir dans l'urgence. Il est joint au PAI\*

Le protocole de soin a changé, car on attend toujours trop longtemps avant de faire la première injection.

## \* Le PAI koikès ?

Un Plan d'Accueil Individualisé pour accueillir les enfants allergiques à l'école. Depuis 2003 il est signé entre les parents et le directeur de l'école pour permettre l'administration de médicaments selon un plan d'action d'urgence.

**Plan d'action urgence allergique**

Nom de l'enfant .....  
 Je suis allergique à .....

Asthme  
 oui    non

**L'ANAPHYLAXIE peut me conduire jusqu'à un choc mortel. Elle nécessite des gestes d'urgence vitale**  
**agissez**

sévère


Si après avoir mangé un aliment je fais une réaction sévère :


Ma voix devient rauque  
et/ou  
 je n'arrive plus à respirer, je tousse, je fais de l'asthme  
et/ou  
 j'ai mal au ventre et je vomis  
et/ou  
 je me gratte les mains, les pieds, la tête  
et/ou  
 je me sens bizarre, j'ai un sentiment de mort imminente


simple

Si après avoir mangé un aliment je fais une réaction simple :


Ma bouche pique et gratte  
et/ou  
 mes lèvres gonflent  
et/ou  
 j'ai des plaques rouges sur le corps  
et/ou  
 j'ai envie de vomir

  
Chercher la trousse d'urgence de l'enfant


  
Tél. \_\_\_\_\_


  
Allo les parents


**Si l'état de l'enfant ne s'améliore pas**

  
1 x

**Chercher la trousse d'urgence de l'enfant**

  
1 x

  
8 x

  
Allo 15 ou 112

## Le cas des ados



Un ado veut être "comme les autres", c'est-à-dire se fondre dans un archétype insouciant avec des codes vestimentaires communs, des codes de conduite identiques aussi. Cela pourra être incompatible avec son statut d'allergique, l'ado choisira d'abord d'être comme les autres plutôt que la sécurité, la prudence. Ce n'est pas qu'il soit inconscient des risques, c'est qu'il a besoin de les ignorer pour ne pas souffrir de sa différence. Car à cet âge, une différence liée à une maladie, peut-être vécu comme une tare.

Cette période de la vie de l'allergique sévère est la plus à risque et demande la vigilance de tous.  
 Il doit TOUJOURS avoir sa trousse d'urgence sur lui.

La plupart des décès par anaphylaxie concernent des adolescents<sup>(1)</sup> pour lesquels l'injection d'adrénaline n'a pas été faite ou faite trop tardivement. **Or environ 1 adolescent sur 40 présente une allergie alimentaire...**

1. Jones CJ et coll. : Factors associated with good adherence to self-care behaviours amongst adolescents with food allergy. *Pediatr Allergy Immunol.*, 2015; 26: 111-118

## Qui est l'AFPRAL ?

Association loi 1901, reconnue comme Association d'usagers du système de santé, agréée par le ministère de la Santé (JO du 18 mars 2009), l'Association Française pour la Prévention des Allergies (AFPRAL) s'est constituée en 1991 à l'initiative de personnes allergiques et de parents d'enfants allergiques, confrontés aux difficultés que suscite cette pathologie dans la vie quotidienne.

L'AFPRAL est membre de l'EFA (European Federation of Allergy and Airways Diseases Patients' Associations) - [www.efanet.org](http://www.efanet.org) - 27 associations en Europe, et membre de l'ALLIANCE FOOD ALLERGY USA (17 associations de 17 pays différents dans le monde). Sous l'égide de sa Présidente Pascale Couratier, l'AFPRAL est composée de bénévoles répartis en 10 antennes régionales et dans les DOM-TOM.

Son site [www.afpral.fr](http://www.afpral.fr) comporte un forum très actif pour les échanges entre personnes allergiques ou les parents d'enfants allergique.

L'AFPRAL dispose aussi d'une page Facebook et d'un compte twitter @afpral

