# ALLERGIQUE AUX ACARIENS



# L'ALLERGIE

#### **DÉFINITION**

L'allergie résulte d'un dysfonctionnement du système immunitaire conduisant l'organisme à réagir de manière anormale au contact d'une substance étrangère inoffensive, l'allergène. L'allergène, sera considéré comme dangereux par les personnes sensibilisées et provoquera une réaction allergique.

L'allergie respiratoire est une **maladie chronique** résultant à la fois d'une prédisposition génétique (l'atopie) et de **facteurs environnementaux**.

L'allergie respiratoire est une **maladie évolutive** avec, au fil du temps, un risque accru de polysensibilisation (survenue de sensibilisation à d'autres allergènes), d'aggravation de la maladie allergique et l'apparition d'autres maladies associées.



## **SYMPTÔMES**

De la rhinite à l'asthme allergique en passant par la conjonctivite, l'urticaire, l'eczéma ou l'œdème, l'allergie a différents visages.

Les symptômes de l'allergie peuvent apparaître à tout âge, plus ou moins brutalement, pendant quelques semaines voire quelques mois (saison des pollens par exemple) ou toute l'année

Être attentif aux premiers symptômes, même s'ils semblent anodins, peut éviter que votre allergie ne s'aggrave.

#### Les premiers signes évocateurs d'une allergie sont :

- Écoulement du nez
- Éternuements
- Démangeaisons
- Troubles cutanés (eczéma, urticaire, ...)
- Toux persistante
- · Difficultés respiratoires
- Yeux qui piquent et pleurent









Les symptômes physiques de l'allergie peuvent provoquer de la fatigue. Ils affectent la vie sociale ainsi que l'apprentissage des connaissances et réduisent l'attention.

Ces désagréments entraînent ainsi de mauvaises performances scolaires ou une moindre productivité au travail et une baisse de la qualité de vie.



# LES ACARIENS

Les acariens ne sont pas des insectes : ils appartiennent à la classe des arachnides (comme les araignées). Les principales espèces responsables d'allergies sont les Dermatophagoides farinae et les Dermatophagoides pteronyssimus. Leur corps globuleux est pourvu de 4 paires de pattes aux extrémités recouvertes de poils, de griffes et de ventouses. Ils mesurent entre 0,1 et 0,6 mm : impossible donc de les repérer à l'œil nu !

Les acariens sont normalement inoffensifs et ne transmettent pas de maladies.

#### OÙ LES TROUVE-T-ON?

Les acariens s'installent dans nos maisons en pension complète sans y être invités.

Ils y trouvent les meilleures conditions possibles à leur croissance et leur prolifération.

Les acariens se nichent avec prédilection dans la chambre à coucher, au niveau de la literie, notamment dans les matelas et les oreillers, mais aussi les couettes et édredons. Ils apprécient aussi les fauteuils, les coussins et les divans. En somme, ils s'épanouissent là où vous vous prélassez et dormez.

Attention aux autres repères inattendus des acariens : les peluches, les tentures, les tapis, les meubles capitonnés, les coussins, les cages et les paniers des animaux domestiques.

Les acariens se développent principalement dans les environnements humides (de 60 à 80 %) et à température plutôt élevée et stable (26-32°C).

#### **FOCUS SUR LES PRINCIPAUX ACARIENS**



# Dermatophagoides pteronyssinus

• Habitat : maison.

• **Géographie** : espèce la plus répandue. Majoritaire en Europe.

Durée de vie : 60 à 80 jours.
Ponte : 120 oeufs par femelle.



#### Dermatophagoides farinae

· Habitat: maison.

 Géographie: 2ème espèce la plus répandue. Amérique du Nord, Japon, et sur les côtes de la Méditerranée.

• Durée de vie : 70 jours.

• Ponte: 80 oeufs par femelle.



## Blomia tropicalis

• Habitat: maison tropicale.

 Géographie: régions tropicales et subtropicales: Afrique, Amérique Centrale et Amérique du Sud.

• Durée de vie : 58 jours.

• Ponte: 28 oeufs par femelle.



#### Acarus siro

 Habitat : lieux de stockage de céréales, semences.

• Géographie : ensemble de la

planète.

• Durée de vie : 25 jours.

• Ponte: 50 oeufs par femelle.



#### Tyrophagus putrescentiae

 Habitat: produits stockés (céréales, légumes, semences, fruits...) et occasionnellement salle de bains et cuisine.

• **Géographie**: régions tropicales et subtropicales.

• Durée de vie : 20 jours.

• Ponte: 350 oeufs par femelle.

# L'ALLERGIE AUX ACARIENS

#### CHIFFRES CLÉS

L'allergie aux acariens est l'allergie respiratoire

n°1 en Europe.

Les acariens sont à l'origine de

20 %

de la totalité des rhinites allergiques.

## A QUOI EST-ON ALLERGIQUE?

L'allergie aux acariens est plus précisément liée à des protéines présentes dans les déjections des acariens et les poussières de leurs cadavres.

Ainsi, les acariens restent allergisants même après leur mort.



L'allergie aux acariens favorise l'apparition d'un asthme allergique, qui peut parfois engendrer une dégradation durable de la fonction pulmonaire.

Les personnes allergiques aux acariens peuvent présenter une réaction allergique à l'escargot, aux crevettes, à la langouste... On parle d'allergie croisée.

## A QUELLE PÉRIODE?

Les allergies aux acariens sont dites allergies peranuelles : elles se manifestent tout au long de l'année.

Cependant, s'ils sont bien présents dans la maison toute l'année, les acariens sont plus nombreux à l'automne et en hiver, quand le temps est humide, que nous aérons moins les maisons et que nous allumons à nouveau le chauffage.



# AGIR ET TRAITER

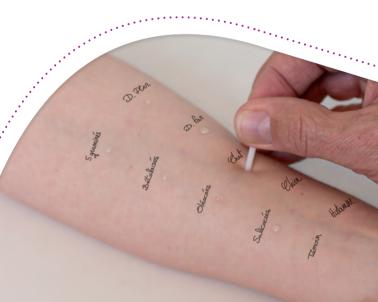
## **LE DIAGNOSTIC**

Pour éviter que l'allergie ne s'aggrave, il est important de consulter au plus tôt, dès les premiers symptômes. L'avis d'un allergologue est indispensable pour identifier l'allergène ou les allergènes responsables de la maladie et s'assurer de leur responsabilité dans la survenue de ces symptômes.



#### Le diagnostic se déroule en 3 étapes :

- Un interrogatoire minutieux
- Un examen clinique
- Des tests cutanés.



## **I**'ÉVITE

L'éviction consiste à prendre des mesures pour lutter contre la présence de l'allergène et limiter le contact de la personne allergique avec lui. C'est le premier pas vers une amélioration des symptômes de l'allergie.

#### Conseils pratiques

- Réduisez l'humidité de votre maison en installant des déshumidificateurs.
- Évitez de chauffer les chambres à coucher à plus de 18°C.
- Assainissez les « réservoirs » d'acariens : utilisez des housses d'oreillers et de matelas anti-acariens. Préférez les sommiers à lattes.
- Eliminez tapis et moquettes au profit de sols durs (parquet, lino...)
- Pour ranger les vêtements, préférez les meubles fermés comme les commodes aux étagères.
- Aérez toutes les pièces d'habitation tous les jours pendant au moins 30 minutes, même (et surtout) en hiver.
- Lavez la literie (draps, taies d'oreiller, housses de couettes) régulièrement à 60°C.
- Toutes les semaines, passez l'aspirateur avec un filtre haute efficacité pour les particules aériennes (HEPA 13 ou 14).
- Lavez couettes, oreillers et couvertures au moins une fois par an.

#### IE SOULAGE

Si vos symptômes sont légers et apparaissent de temps en temps dans des situations bien précises, le médecin peut prescrire des traitements symptomatiques (des antihistaminiques ou des corticoïdes) qui réduisent les symptômes de l'allergie. Cependant, leur effet cesse dès que vous arrêtez de les prendre.

#### IE TRAITE

Dans certains cas, après avoir identifié l'allergène responsable de l'allergie, l'allergologue peut décider de la mise en place d'un traitement d'immunothérapie allergénique (ou désensibilisation) pour modifier durablement la réponse immunitaire et l'évolution naturelle de la maladie.



# IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE (OU DÉSENSIBILISATION)

Elle est recommandée lorsque l'allergie entrave les activités du quotidien, ou lorsque les traitements symptomatiques sont insuffisamment efficaces et/ou mal tolérés.

L'immunothérapie allergénique (ou désensibilisation) est le seul traitement de l'allergie qui agit directement sur le système immunitaire en le « rééquilibrant ». Elle induit une tolérance aux allergènes grâce à une administration régulière d'extraits d'allergènes responsables des symptômes.

L'immunothérapie allergénique est une solution efficace et **active sur les symptômes de l'allergie respiratoire**. Ses effets bénéfiques sont visibles dans les semaines suivant le début du traitement et peuvent se prolonger sur plusieurs années, même après l'arrêt.

#### Comment se passe l'immunothérapie allergénique?

- Pour les **traitements par voie sublinguale**, le traitement consiste en une administration de doses quotidiennes d'allergènes pendant 3 à 5 années / saisons consécutives si une efficacité est observée.
- Pour les **traitements par voie sous-cutanée**, le traitement consiste en une administration de doses d'allergènes à intervalle défini selon la posologie pendant 3 à 5 années / saisons consécutives si une efficacité est observée.



# STALLERGENES À VOTRE SERVICE

## DES SITES D'INFORMATIONS SUR L'ALLERGIE



www.jesuisallergique.fr

## Un site environnemental sur les allergies respiratoires :

- conseils et informations personnalisées
- · espace dédié aux enfants



www.stallergenes.fr

#### Le site institutionnel de Stallergenes en France :

- informations sur les allergies respiratoires et leurs traitements
- accès dédiés aux patients et aux professionnels de santé

## **DES APPLICATIONS UTILES AU QUOTIDIEN**

DISPONIBLES SUR APPSTORE ET GOOGLE PLAY



#### Alertes Pollens

Pour être informé de la présence de pollens dans l'air au quotidien et lors de vos déplacements

#### AllerTmoi

Des rappels de prises médicamenteuses et des rappels de rendez-vous

#### Allergy Track

Pour suivre ses symptômes allergiques et mesurer l'impact de son allergie Sur Internet:

www.jesuisallergique.fr www.stallergenes.fr

Ligne patients:

Tél.: +33 (0)1 55 59 20 60 - Fax: +33 (0)1 55 59 20 01

**STALLERGENES** 

6 rue Alexis de Tocqueville 92160 Antony

# IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE (OU DÉSENSIBILISATION)

- 4 bénéfices essentiels
- 1 Un traitement de la cause qui agit directement sur le système immunitaire, en le rééquilibrant
- Une solution efficace qui agit sur les symptômes de l'allergie respiratoire
- Des effets bénéfiques qui peuvent apparaître dans les semaines suivant le début du traitement et se prolonger sur plusieurs années même après l'arrêt du traitement
- Une solution thérapeutique qui traite durablement l'allergie

Demandez conseil à votre **médecin spécialiste de l'allergie** 

