

Oralair®



SERVICE RELATION
PATIENT MÉDECIN
DE 8H30 À 18H

01 55 59 20 60

STALLERGENES  GREER

6, rue Alexis De Tocqueville
92160 ANTONY

agence@agencebisart.com - 01-0111-01-2024 - Février 2024



CARNET DE SUIVI DE TRAITEMENT

Mon allergie et ma désensibilisation

STALLERGENES  GREER™

CALENDRIER DE SUIVI DE TRAITEMENT

Notez et visualisez vos prises quotidiennes,
vos symptômes et vos rendez-vous médicaux.

	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
1	●	●	●	●	●	●
2	●	●	●	●	●	●
3	●	●	●	●	●	●
4	●	●	●	●	●	●
5	●	●	●	●	●	●
6	●	●	●	●	●	●
7	●	●	●	●	●	●
8	●	●	●	●	●	●
9	●	●	●	●	●	●
10	●	●	●	●	●	●
11	●	●	●	●	●	●
12	●	●	●	●	●	●
13	●	●	●	●	●	●
14	●	●	●	●	●	●
15	●	●	●	●	●	●
16	●	●	●	●	●	●
17	●	●	●	●	●	●
18	●	●	●	●	●	●
19	●	●	●	●	●	●
20	●	●	●	●	●	●
21	●	●	●	●	●	●
22	●	●	●	●	●	●
23	●	●	●	●	●	●
24	●	●	●	●	●	●
25	●	●	●	●	●	●
26	●	●	●	●	●	●
27	●	●	●	●	●	●
28	●	●	●	●	●	●
29	●	●	●	●	●	●
30	●	●	●	●	●	●
31	●	●	●	●	●	●

MON ALLERGIE ET MA DÉSENSIBILISATION

MA FICHE *d'information*

Nom : _____

Prénom : _____

MON
ALLERGIE

MA POSOLOGIE
ET MA DURÉE
DE TRAITEMENT

DATE DE DÉBUT
DE TRAITEMENT

DATES DES PROCHAINS RENDEZ-VOUS :

Ce carnet vous a été remis en même temps que votre prescription.
Il est là pour vous aider au quotidien et accompagner vos échanges avec votre médecin.



SOM- MAIRE

MON ALLERGIE ET MES SYMPTÔMES P.06

Qu'est ce que l'allergie ?
Les pollens de graminées
Les symptômes de l'allergie
aux pollens de graminées

MON TRAITEMENT DE DÉSENSIBILISATION P.13

En quoi consiste un traitement d'ITA ?
Mon traitement Oralair®
Modalités de prise
Contre-indications et précautions
d'emploi

MON SUIVI DE TRAITEMENT P.24

Mon traitement dans le temps
Conseils pratiques
Outils disponibles



01
MON
ALLERGIE
ET MES SYMPTÔMES

QU'EST-CE QUE L'ALLERGIE ?

DÉFINITION DE L'ALLERGIE

L'allergie correspond à une réponse anormale et exagérée du système immunitaire suite à un contact avec un allergène. L'allergène, en général inoffensif, provoquera une réaction allergique chez certaines personnes sensibilisées. L'allergie respiratoire est une maladie chronique du système immunitaire résultant à la fois d'une prédisposition génétique (l'atopie) et de facteurs environnementaux.

Il s'agit d'une maladie évolutive avec, au fil du temps, un risque accru de polysensibilisation, d'aggravation de la maladie allergique et l'apparition d'autres maladies associées.

L'HISTOIRE NATURELLE DE L'ALLERGIE

Au cours de la petite enfance, on observe principalement des troubles cutanés (eczéma), ainsi que des allergies alimentaires.

Plus tard, l'allergie peut se manifester sous forme de rhinite allergique, et se transformer en asthme allergique. Il existe un lien étroit entre la rhinite et l'asthme allergique dans le processus allergique.

Une prise en charge précoce de l'allergie est donc nécessaire afin d'éviter ces aggravations.

L'ALLERGIE ÉVOLUE AVEC L'ÂGE DU PATIENT.



5 ans



15 ans



Naissance



10 ans



Adultes

ECZÉMA ATOPIQUE

RHINITE

ASTHME



LA RHINITE ALLERGIQUE TOUCHE **500 MILLIONS DE PERSONNES** DANS LE MONDE, DONT 200 MILLIONS SOUFFRENT ÉGALEMENT D'ASTHME.

LES POLLENS DE GRAMINÉES

CARTE D'IDENTITÉ DES 5 GRAMINÉES

La famille des graminées regroupe environ **12 000 espèces** dans le monde entier.



EN PARTICULIER LA FAMILLE DES FOURRAGÈRES



Ivraie Vivace



Flouve Odorante



Pâturin des Prés



Dactyle Aggloméré



Fléole des Prés

LOCALISATION

Les graminées s'accoutument de tous les types de sol, on les retrouve ainsi dans les jardins et pelouses, les prairies, les champs cultivés, les terrains rocailloux, les forêts, à proximité des zones d'eau, dans les fossés et sur les accotements des routes. Ces pollens sont présents sur tout le territoire français.

POTENTIEL ALLERGISANT

Tous les pollens ne sont pas allergisants. Leur potentiel allergisant est classé de 0 (nul) à 5 (très fort). En ce qui concerne les graminées, leur potentiel allergisant est très fort (5/5).



LES GRAMINÉES SONT RESPONSABLES DE PRÈS DE **52 %** DES RHINITES ALLERGIQUES (AVEC OU SANS CONJONCTIVITE ASSOCIÉE)¹

1. Bauchau, 2004 « Prevalence and rate of diagnosis of allergic rhinitis in Europe » - Eur Respir J 2004; 24: 758-764.

CALENDRIER POLLINIQUE



Il existe une certaine variabilité de la saison pollinique des graminées en fonction des régions et des conditions climatiques. Les calendriers polliniques sont là pour vous aider à mieux connaître votre environnement.

DES APPLICATIONS POUR SUIVRE LES ALERTES POLLINIQUES EXISTENT : ALERTES POLLENS (Voir page 29)

POLLINISATION DES GRAMINÉES

par région



Notion de risque allergique associé aux pollens de graminées.

○ Inexistant ● Très faible ● Faible ● Moyen ● Fort ● Très fort

LES SYMPTÔMES DE L'ALLERGIE AUX POLLENS DE GRAMINÉES



**UNE RHINITE
ALLERGIQUE**
(ou rhinoconjonctivite
allergique)

DE SURVENUE PARFOIS
BRUTALE, LES
SYMPTÔMES SONT :

- Un écoulement nasal clair.
- Une obstruction nasale plus ou moins importante.
- Des crises d'éternuements à répétition.
- Des démangeaisons du nez et/ou du palais.
- Et très souvent une conjonctivite sous la forme de larmoiements, rougeurs, picotements et démangeaisons des yeux.



02 MON TRAITEMENT DE DÉSENSIBILISATION

EN QUOI CONSISTE UN TRAITEMENT D'IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE ?

QU'EST-CE QUE C'EST ?

- L'immunothérapie allergénique ou ITA (aussi appelée désensibilisation) agit sur les symptômes de l'allergie.
- L'immunothérapie allergénique est un traitement ciblé qui induit une tolérance aux allergènes en rééquilibrant le système immunitaire.

Immunothérapie : car le traitement agit sur le système immunitaire.

Allergénique : car dans la désensibilisation, ce sont des allergènes qui sont utilisés pour rééquilibrer le système immunitaire.

COMMENT FONCTIONNE L'IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE ?

Pourquoi 3 à 5 ans (en moyenne) ?

L'immunothérapie allergénique (ITA) est un traitement destiné à augmenter la tolérance du système immunitaire aux allergènes responsables de vos symptômes.

L'ITA est un traitement de la cause qui agit directement sur le système immunitaire en le rééquilibrant.

Votre traitement doit être suivi pendant 3 à 5 années / saisons consécutives en moyenne. C'est-à-dire que même si votre traitement soulage vos symptômes, il ne faut pas l'arrêter. Persévérez pendant toute la durée de votre traitement pour en ressentir les bénéfices.



L'OBSERVANCE THÉRAPEUTIQUE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

L'observance consiste à suivre la prescription médicale donnée par votre médecin : posologie, nombre de prises quotidiennes, horaires des prises, durée du traitement...

QUELS SONT LES AVANTAGES DE L'ITA* ?

- L'ITA est le seul traitement qui modifie l'évolution de la maladie.
- L'ITA permet une diminution significative des symptômes et ses effets perdurent dans le temps.
- L'ITA entraîne une réduction de la prise des médicaments symptomatiques.

COMMENT OPTIMISER L'EFFICACITÉ DE L'ITA* ?

Afin de bénéficier de l'efficacité de l'ITA, il faut respecter la prescription de votre médecin, être motivé et observant.

*ITA : ImmunoThérapie Allergénique

MON TRAITEMENT

ORALAIR®

QU'EST-CE QUE ORALAIR® 100 IR & 300 IR OU ORALAIR® 300 IR, COMPRIMÉS SUBLINGUAUX ?

CLASSE PHARMACOTHÉRAPEUTIQUE :

Code ATC : extraits allergéniques, pollens de graminées - V01AA02.

Oralair® contient un extrait allergénique de pollens de 5 graminées. Le traitement par Oralair® est destiné à augmenter votre tolérance aux pollens de graminées dans le but de réduire vos symptômes allergiques.

INDICATIONS THÉRAPEUTIQUES

Oralair® est indiqué pour le traitement de l'allergie aux pollens de graminées se manifestant par une rhinite (éternuements, écoulement nasal ou démangeaisons, congestion nasale) avec ou sans conjonctivite (démangeaison des yeux et larmolement) chez les adultes, adolescents et enfants à partir de 5 ans.

Avant la mise en route de ce traitement, votre allergie aux pollens de graminées sera diagnostiquée par un médecin expérimenté et formé au traitement des maladies allergiques qui effectuera les tests cutanés et/ou sanguins appropriés.

- Ce type de traitement nécessite une bonne motivation et une bonne observance (prise régulière de votre traitement). Si vous ne terminez par votre traitement Oralair®, il est possible que vous ne ressentiez pas les bénéfices du traitement de manière continue.
- Votre médecin allergologue vous donnera toutes les informations nécessaires au bon usage de votre traitement Oralair®.
- Ce traitement d'immunothérapie allergénique sous forme de comprimés sublinguaux est disponible en pharmacie. Vous pouvez demander conseil à votre pharmacien.

Pour une information complète sur votre médicament, consultez la notice dans la boîte de votre traitement ou sur la base de données publique des médicaments
<https://base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr>

BOÎTE DE TRAITEMENT D'INITIATION

100 + 300



BOÎTE DE TRAITEMENT D'ENTRETIEN

300



MODALITÉS DE PRISE

VOUS DÉBUTEZ VOTRE TRAITEMENT ENVIRON 4 MOIS AVANT LE DÉBUT DE LA SAISON POLLINIQUE. LE TRAITEMENT SE COMPOSE D'UNE PHASE D'INITIATION (INCLUANT UNE AUGMENTATION PROGRESSIVE DE LA DOSE SUR UNE PÉRIODE DE 3 JOURS) ET UNE PHASE D'ENTRETIEN.

PHASE D'INITIATION

Conditionnement de la boîte de traitement d'initiation :
Une boîte jaune contenant une plaquette de 3 comprimés de 100 IR et une plaquette de 28 comprimés de 300 IR.

Oralair® 100 IR est destiné uniquement à la période d'augmentation progressive de la dose.

1^{er} jour

LE PREMIER COMPRIMÉ

du traitement d'initiation devra être pris sous la surveillance de votre médecin (pendant au moins 30 minutes) afin d'avoir la possibilité de discerner avec lui les effets indésirables qui peuvent éventuellement survenir après la prise du comprimé sublingual.

2^{ème} jour

LE DEUXIÈME JOUR

du traitement, placer simultanément les 2 comprimés de 100 IR sous la langue jusqu'à dissolution complète pendant au moins une minute avant d'avalé.

3^{ème} jour

LE TROISIÈME JOUR,

prendre le comprimé n°3. Le 4^{ème} jour, prendre le comprimé n°4. Le 5^{ème} jour, prendre le comprimé n°5 et ainsi de suite.

30^{ème} jour

APRÈS AVOIR TERMINÉ

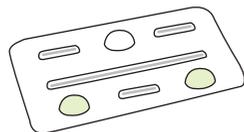
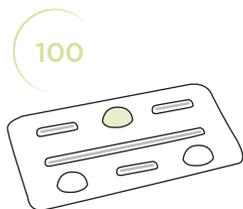
les comprimés de la boîte d'initiation, continuer le traitement avec les boîtes d'entretien Oralair® contenant uniquement des comprimés sublinguaux de 300 IR.



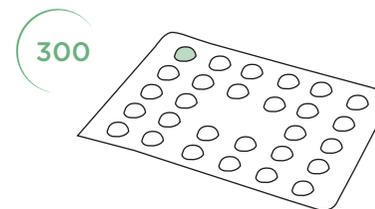
PENDANT AU MOINS 1 MINUTE

CONSEIL

Il est conseillé de prendre le comprimé pendant la journée, la bouche vide. Le comprimé sublingual doit être gardé sous la langue jusqu'à sa dissolution complète (pendant au moins 1 minute) avant d'être avalé.



100 + 100



... Le 30^{ème} jour,
prendre le comprimé n°30.

IR : Index de réactivité

MODALITÉS DE PRISE

PHASE D'ENTRETIEN

Conditionnement de la boîte de traitement d'entretien :
Une boîte verte contenant une plaquette de 30 comprimés.

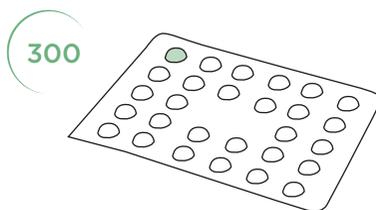
La dose est de 300 IR par jour jusqu'à la fin de la saison pollinique.

2^{ème} mois... *5^{ème} mois* *6^{ème} mois*

PRENDRE 1 COMPRIMÉ DE 300 IR UNE FOIS PAR JOUR.

Cette posologie sera maintenue conformément à la prescription du médecin, jusqu'à la fin de votre traitement*.

**JE FINIS
LA PLAQUETTE**
avant d'entamer
la suivante.



*Pour de plus amples informations, consultez la notice.

CONTRE-INDICATIONS ET PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

QUELLES SONT LES INFORMATIONS À CONNAÎTRE AVANT DE PRENDRE ORALAIR 100 IR & 300 IR OU 300 IR, COMPRIMÉS SUBLINGUAUX ?

NE PRENEZ JAMAIS ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300 IR, comprimés sublinguaux :

- si vous êtes allergique à l'un des composants (autres que les extraits allergéniques de pollens de graminées) contenus dans ce médicament, mentionnés dans la rubrique 6 de la notice ;
 - si vous souffrez d'asthme grave et/ou non contrôlé ou d'une exacerbation sévère de votre asthme au cours des trois derniers mois ;
 - si votre volume expiratoire maximal par seconde (VEMS) est en dessous de 80 % d'après l'examen réalisé par votre médecin ;
 - si vous souffrez d'une maladie qui affecte votre système immunitaire, si vous prenez des médicaments qui affaiblissent le système immunitaire ou si vous avez un cancer ;
 - si vous avez des ulcères buccaux ou des infections buccales. Votre médecin peut vous conseiller de reporter l'instauration du traitement ou d'interrompre le traitement jusqu'à ce que votre bouche soit cicatrisée.
- Ne débutez pas un traitement par ORALAIR si vous êtes enceinte.

Avertissements et précautions

Adressez-vous à votre médecin ou pharmacien avant de prendre ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300 IR, comprimés sublinguaux :

- si vous ressentez des symptômes allergiques sévères, comme des difficultés à avaler ou à respirer, des modifications de votre voix, de l'hypotension (pression artérielle basse) ou la sensation d'avoir une boule dans la gorge. Arrêtez le traitement et contactez immédiatement votre médecin ;
- si vous avez déjà fait une réaction allergique sévère à un médicament contenant des extraits allergéniques ;
- si les symptômes de votre asthme s'aggravent nettement. Dans ce cas, arrêtez le traitement et contactez immédiatement votre médecin ;
- si vous avez une maladie cardiovasculaire ;
- si vous prenez des bêtabloquants (classe de médicaments souvent prescrite pour des affections cardiaques et une pression artérielle élevée, également présente dans certains collyres et pommades) ;
- si vous êtes traités pour une dépression par des antidépresseurs tricycliques ou des inhibiteurs de la monoamine oxydase (IMAO), ou pour la maladie de Parkinson par des inhibiteurs de la catéchol-O-méthyltransférase (COMT) ;
- si vous devez subir une intervention chirurgicale de la bouche ou une extraction dentaire. Dans ce cas, arrêtez temporairement le traitement par ORALAIR jusqu'à cicatrisation totale ;
- si vous ressentez en permanence des brûlures d'estomac ou des difficultés à avaler. Dans ce cas, contactez votre médecin ;
- si vous avez une maladie auto-immune en rémission.

Parlez à votre médecin :

- de toute maladie récente que vous avez eue ;
- de vos antécédents médicaux personnels ou familiaux qui pourraient affecter votre système immunitaire ;
- si votre allergie s'est récemment aggravée.

Si vous prenez un traitement de fond et/ou de secours de l'asthme, ne l'arrêtez pas sans l'avis de votre médecin, car cela pourrait aggraver les symptômes de l'asthme. Si vous souffrez d'asthme et d'une infection respiratoire, vous devez différer l'instauration du traitement par ORALAIR jusqu'à la guérison de votre infection.

Des réactions allergiques localisées d'intensité légère à modérée peuvent survenir au cours de votre traitement. Si ces réactions sont d'intensité sévère, parlez-en à votre médecin. Il déterminera si vous avez besoin de médicaments anti-allergiques comme des antihistaminiques.

Enfants et adolescents

ORALAIR est indiqué pour le traitement de l'allergie aux pollens de graminées se manifestant par une rhinite avec ou sans conjonctivite chez les adolescents et enfants à partir de 5 ans. ORALAIR n'est pas indiqué chez les enfants âgés de moins de 5 ans.

Autres médicaments et ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300IR, comprimés sublinguaux

Informez votre médecin ou pharmacien si vous prenez, avez récemment pris ou pourriez prendre tout autre médicament, même s'il s'agit d'un médicament obtenu sans ordonnance.

Informez votre médecin en particulier si vous prenez certains médicaments contre la dépression (anti-dépresseurs tricycliques et inhibiteurs de la monoamine oxydase (IMAO)).

Si vous prenez d'autres médicaments anti-allergiques, comme des antihistaminiques, un traitement pour soulager l'asthme ou des corticoïdes, ou un médicament qui inhibe l'action de l'immunoglobuline E (IgE), par exemple l'omalizumab, parlez-en à votre médecin pour savoir si vous pouvez continuer à les prendre. Si vous arrêtez de prendre ces médicaments anti-allergiques, vous pourriez présenter davantage d'effets indésirables au cours du traitement par ORALAIR.

Des traitements symptomatiques (par exemple antihistaminiques et/ou corticostéroïdes nasaux) peuvent être utilisés avec ORALAIR.

Avant de prendre ORALAIR, adressez-vous à votre médecin ou pharmacien si vous prenez des bêtabloquants (médicaments souvent prescrits en cas de troubles cardiaques et tension artérielle élevée mais également présents dans certains collyres oculaires ou pommades), ceux-ci pouvant diminuer l'efficacité de l'adrénaline utilisée pour traiter des réactions systémiques graves.

ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300 IR comprimés sublinguaux avec des aliments et boissons

Vous ne devez ni boire ni manger pendant les 5 minutes suivant la prise de ce médicament.

Grossesse et allaitement

Grossesse

Si vous êtes enceinte, si vous pensez être enceinte ou planifiez une grossesse, demandez conseil à votre médecin ou pharmacien avant de prendre ce médicament.

Il n'y a pas d'expérience concernant l'utilisation d'ORALAIR au cours de la grossesse. Il est recommandé de ne pas commencer d'immunothérapie si vous êtes enceinte. En cas de survenue d'une grossesse en cours de traitement, veuillez consulter votre médecin qui jugera s'il convient ou non de poursuivre le traitement en cours.

Allaitement

Si vous allaitez, demandez conseil à votre médecin ou pharmacien avant de prendre ce médicament.

Il est recommandé de ne pas débuter un traitement par ORALAIR pendant une période où vous allaitez.

Il n'y a pas d'expérience concernant l'utilisation d'ORALAIR au cours de l'allaitement. Aucun effet n'est attendu sur les enfants allaités au cours du traitement. Si vous désirez allaiter pendant un traitement déjà en cours, demandez conseil à votre médecin, qui pourra juger si la poursuite du traitement par ORALAIR est appropriée.

ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300IR, comprimés sublinguaux contient du lactose

Si votre médecin vous a informé(e) d'une intolérance à certains sucres, contactez-le avant de prendre ce médicament.

ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300IR, comprimés sublinguaux contient du sodium

Ce médicament contient moins de 1 mmol (23 mg) de sodium par comprimé, c.-à-d. qu'il est essentiellement « sans sodium ».

Si vous avez pris plus de ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300 IR, comprimés sublinguaux que vous n'auriez dû :

Si vous avez pris plus d'ORALAIR que vous n'auriez dû, des symptômes allergiques peuvent se manifester, y compris des symptômes locaux dans la bouche et la gorge. Si les manifestations sont importantes, contactez immédiatement votre médecin.

Si vous oubliez de prendre ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300 IR, comprimés sublinguaux

Ne prenez pas de dose double pour compenser la dose que vous avez oublié de prendre. Si vous avez interrompu le traitement avec ORALAIR pendant plus de 7 jours, contactez votre médecin pour qu'il détermine avec vous les modalités de reprise.

Si vous arrêtez de prendre ORALAIR 100 IR & 300 IR ou 300 IR, comprimés sublinguaux

Si vous ne terminez pas le traitement avec ORALAIR, vous pouvez ne pas observer de bénéfice continu du traitement.

Si vous avez d'autres questions sur l'utilisation de ce médicament, demandez plus d'informations à votre médecin ou à votre pharmacien.

QUELS SONT LES EFFETS INDÉSIRABLES ÉVENTUELS ?

Comme tous les médicaments, ce médicament peut provoquer des effets indésirables, mais ils ne surviennent pas systématiquement chez tout le monde.

Au cours du traitement par ORALAIR, vous allez être exposé(e) à des substances pouvant provoquer des réactions se manifestant localement (au site d'application) et/ou sur tout votre corps. Des réactions au site d'application (telles que démangeaison de la bouche et irritation de la gorge) peuvent donc survenir. Ces réactions surviennent généralement au début du traitement, sont temporaires et diminuent au cours du temps.

Arrêtez de prendre ORALAIR et contactez immédiatement votre médecin ou l'hôpital si vous ressentez l'un des symptômes suivants :

- Gonflement rapide du visage, de la bouche, de la gorge ou de la peau
- Difficultés à avaler
- Difficultés à respirer
- Modification de la voix
- Hypotension (pression artérielle basse)
- Sensation de plénitude dans la gorge (comme un gonflement)
- Urticaire ou démangeaisons cutanées

Le traitement ne doit être repris que sur avis médical.

Les autres effets indésirables possibles sont décrits dans la notice d'ORALAIR.

Déclaration des effets secondaires

Si vous ressentez un quelconque effet indésirable, parlez-en à votre médecin ou votre pharmacien. Ceci s'applique aussi à tout effet indésirable qui ne serait pas mentionné dans cette notice. Vous pouvez également déclarer les effets indésirables directement via le système national de déclaration : Agence nationale de sécurité du médicament et des produits de santé (ANSM) et réseau des Centres Régionaux de Pharmacovigilance - Site internet : <https://signalement.social-sante.gouv.fr>

En signalant les effets indésirables, vous contribuez à fournir davantage d'informations sur la sécurité du médicament.



03 MON SUIVI DE TRAITEMENT

POUR PLUS D'INFORMATIONS

Consultez la notice dans la boîte de votre traitement ou sur la base de données publique des médicaments <https://base-donnees-publique.medicaments.gouv.fr>

MON TRAITEMENT DANS LE TEMPS

1^{er} étape

1^{ÈRE} SAISON

Votre allergologue vous a prescrit votre traitement. Trouvez la bonne routine pour votre prise quotidienne, celle qui vous convient. Le nombre de visites pour le suivi de votre traitement varie en fonction de votre médecin. Pensez à renouveler vos boîtes chaque mois en pharmacie.

COMMENT ÉVALUER L'EFFICACITÉ DE VOTRE TRAITEMENT ?

Pour cela, voyez si votre situation a évolué en vous posant quelques questions :

- Mes symptômes allergiques ont-ils diminué ?
- Est-ce que je prends moins de médicaments symptomatiques (qui agissent uniquement sur les symptômes de l'allergie) ? À quelle fréquence ?
- Ma qualité de vie a-t-elle été modifiée ? (sommeil, forme intellectuelle et physique...)?

Cette première saison doit vous permettre d'apprivoiser votre traitement et de trouver votre rythme.

CONSEIL

Vous avez des baisses de motivation et des oublis de traitement ? Ces oublis ne doivent pas vous décourager. Des solutions existent (voir page 30). N'hésitez pas à en parler à votre médecin et à votre entourage.



2^{ème} étape

SAISONS SUIVANTES

Pour les saisons suivantes, votre allergologue fera avec vous le bilan de la saison de traitement. Vous discuterez avec lui de l'efficacité du traitement d'ITA* sur vos symptômes, vos prises médicamenteuses et votre qualité de vie. En fonction de votre discussion, il pourra renouveler votre traitement.

Votre Immunothérapie Allergénique devrait agir durablement sur votre système immunitaire. À long terme, son action pourra modifier l'évolution de la maladie, et les effets bénéfiques pourront se prolonger pendant plusieurs années après l'arrêt du traitement.

*ITA : ImmunoThérapie Allergénique

DIAGNOSTIC DE L'ALLERGÈNE

PRISE QUOTIDIENNE DU TRAITEMENT

MISE SOUS TRAITEMENT ITA*

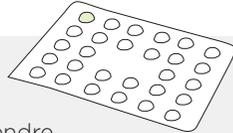
PENSEZ À PRENDRE RENDEZ-VOUS AVANT LA SAISON DES POLLENS OU EN FIN DE STOCK DE MÉDICAMENTS POUR LE RENOUELEMENT DE VOTRE TRAITEMENT.

PASSEZ CHAQUE MOIS AVEC VOTRE ORDONNANCE À LA PHARMACIE POUR RÉCUPÉRER VOS BOÎTES DE TRAITEMENT.

CONSEILS PRATIQUES

COMMENT FACILITER LA PRISE DE VOTRE TRAITEMENT DANS LA DURÉE ?

CHOISISSEZ L'HEURE DE LA PRISE DE VOTRE TRAITEMENT EN FONCTION DE VOS HABITUDES DE VIE ET ASSOCIEZ-LA À UNE CHOSE QUE VOUS FAITES TOUS LES JOURS.



01

Utilisez votre agenda ou votre téléphone mobile pour enregistrer un rappel afin de ne pas oublier de reprendre rendez-vous avec votre allergologue pour le renouvellement de votre traitement.

02

Pensez à aller à la pharmacie chercher vos boîtes de traitement afin d'éviter toute interruption.

03

Conservez vos comprimés toujours au même endroit afin d'instaurer une routine.

04

Gardez votre comprimé sous la langue au moins 1 minute en vous aidant d'une montre ou d'un minuteur.

05

Détectez les moments de surmenage et de baisse d'enthousiasme ! Si vous vous sentez fatigué(e), surmené(e), stressé(e), faites appel à votre entourage et choisissez une personne pour vous aider à prendre votre traitement dans la durée.

EN CAS DE DOUTE SUR LA POSOLOGIE DE VOTRE MÉDICAMENT, VOUS POUVEZ RELIRE LA NOTICE ET VOTRE ORDONNANCE OU CONTACTER VOTRE MÉDECIN. EN CAS D'EFFETS INDÉSIRABLES, INFORMEZ VOTRE MÉDECIN.



CONSEILS PRATIQUES

PENDANT LA SAISON DES GRAMINÉES...

- **ÉVITEZ LES PROMENADES DANS LES CHAMPS OU LES HERBES HAUTES** par temps sec et ensoleillé, quand les alertes polliniques sont élevées.
- **FERMEZ LES FENÊTRES** en milieu de matinée et début d'après-midi (moments où les pollens sont très présents dans l'air).
- **ROULEZ EN VOITURE VITRES FERMÉES.**
- **NE TONDEZ PAS** le gazon vous-même.
- Après une balade, **LAVEZ-VOUS LES CHEVEUX ET CHANGEZ DE VÊTEMENTS** pour éliminer les pollens.
- **N'ÉTENDEZ PAS LE LINGE À L'EXTÉRIEUR.**
- **LAVEZ-VOUS LE NEZ** régulièrement.

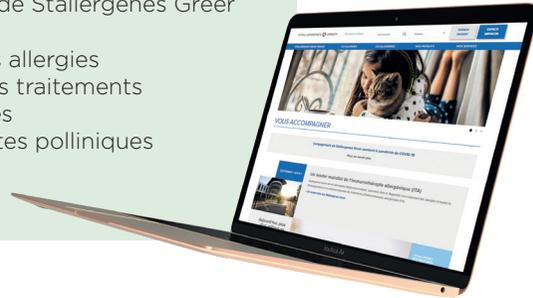
OUTILS DISPONIBLES

SITE D'INFORMATION

www.stallergenesgreer.fr

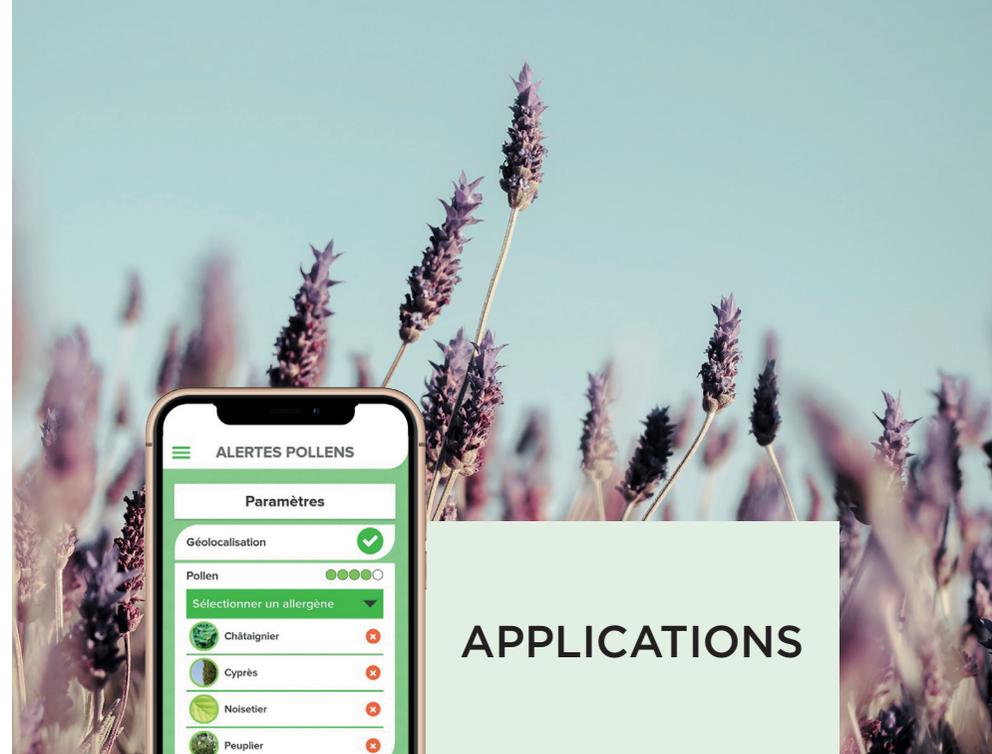
Le site institutionnel de Stallergenes Greer en France :

- Informations sur les allergies respiratoires et leurs traitements
- Accès à nos services
- Inscription aux alertes polliniques



CALENDRIER DE SUIVI

Notez et visualisez vos prises quotidiennes, vos symptômes, ainsi que vos rendez-vous médicaux, et les dates où vous devez renouveler votre ordonnance.



APPLICATIONS



ALERTE PELLENS

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

