

LES ALLERGIES RESPIRATOIRES

RHINITE & ASTHME



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.



POUR EN SAVOIR PLUS



ZOOM SUR
LA RHINITE ALLERGIQUE



ZOOM SUR
L'ASTHME ALLERGIQUE



AGIR ET TRAITER

ZOOM SUR LA RHINITE ALLERGIQUE

DÉFINITION

La rhinite est le terme médical décrivant l'irritation et l'inflammation de la muqueuse nasale.

Les rhinites peuvent être allergiques ou non.



SYMPTÔMES

- **Nez bouché.**
- **Ecoulement nasal.**
- **Eternuements** à répétition.
- **Démangeaisons nasales.**

Ces symptômes peuvent parfois être associés à une rougeur oculaire (conjonctivite).



RHINITE ALLERGIQUE

La rhinite allergique touche 10 % à 30% de la population mondiale.

Au-delà des symptômes gênants pour les patients, la rhinite allergique impacte la qualité du sommeil (conduisant à une fatigue journalière), les performances scolaires et/ou professionnelles et la capacité de concentration.

Environ

70 % *des personnes souffrant de rhinite allergique*

estiment que leur état de santé perturbe leur quotidien.

La rhinite allergique peut parfois favoriser des infections ORL à répétition.

ZOOM SUR LA RHINITE ALLERGIQUE

QUAND FAUT-IL CONSULTER UN SPÉCIALISTE ?

La rhinite est classée selon son évolution :

- Intermittente quand elle dure moins de 4 jours par semaine sur 4 semaines consécutives.
- Persistante si elle dure plus de 4 semaines, quelle que soit la saison.

Elle est aussi classée selon sa sévérité :

- Légère si elle ne perturbe pas la vie quotidienne.
- Sévère si elle gêne le travail, l'école ou le sommeil.

Si vous rencontrez ses symptômes, consultez un allergologue. En effet, si la rhinite est sévère ou persistante, elle peut évoluer avec la survenue d'autres allergies, l'aggravation et l'apparition d'asthme associé.

La rhinite allergique est un facteur de risque d'apparition d'un asthme.

Les personnes souffrant de rhinite allergique ont 3,5 fois plus de risque de devenir asthmatique que toute autre personne.

LE SAVIEZ-
VOUS



Asthme et rhinite sont fréquemment associés car les voies aériennes sont semblables depuis le nez jusqu'aux bronches.



ZOOM SUR L'ASTHME ALLERGIQUE

DÉFINITION

L'asthme est une maladie respiratoire caractérisée par une inflammation des bronches.

1. Les bronches se contractent.
2. Elles s'encombrent de sécrétions abondantes de mucus (substance visqueuse qui tapisse l'intérieur des bronches).
3. Ces sécrétions sont responsables de l'épaississement des bronches.

L'ensemble aboutit à une réduction du calibre des bronches et donc à la diminution du flux d'air, surtout lors de l'expiration.



L'asthme : une priorité à l'échelle mondiale pour l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé).

- **4 millions** d'asthmatiques en France,
- **30 millions** en Europe,
- **300 millions** dans le monde.
- **10 %** des moins de 30 ans sont asthmatiques.
- **1 000 décès** par an en France.

COMMENT SE MANIFESTE L'ASTHME ?

1. Crise d'asthme typique

Les symptômes évocateurs sont :

- **difficulté à respirer,**
- **toux sèche,**
- **respiration sifflante,**
- **essoufflement,**
- **sensation d'étouffement** (oppression thoracique).

La crise peut être de courte durée (de quelques minutes à quelques heures) mais se répéter pendant plusieurs jours. La prise en charge rapide de la crise d'asthme, avec un traitement adapté, permet d'éviter l'aggravation des symptômes et l'hospitalisation.

2. Aggravation de l'asthme

Un asthme qui s'aggrave et devient non contrôlé se définit par la présence d'au moins un des critères suivants sur les dernières semaines :

- gêne pour les activités quotidiennes
- symptômes ou réveils nocturnes + de 1 fois/semaine en moyenne
- gêne respiratoire et recours à un traitement symptomatique + de 4 fois /semaine en moyenne

ZOOM SUR L'ASTHME ALLERGIQUE

QUELLES SONT LES AUTRES
MANIFESTATIONS POUVANT ÉVOQUER UN
ASTHME ?

1. Une toux importante, persistante



**Toux fréquente évoluant
depuis plusieurs semaines**
(voire plusieurs mois ou
années).



**Toux sèche,
le plus souvent nocturne**
(plus particulièrement au
coucher ou entre 2 et 4 heures
du matin).



**Toux survenant à la fin de
certaines activités sportives.**



Quinte de toux
se déclenchant lors d'agitation,
de rires ou de pleurs.



Toux se déclenchant en présence d'un animal, dans une maison humide ou poussiéreuse et à certaines périodes de l'année.

2. Bronchite sifflante à répétition

Chez l'enfant, les rhumes qui se compliquent systématiquement en bronchites doivent faire penser à un asthme et conduire à une enquête allergologique et respiratoire.

L'asthme allergique

L'asthme est d'origine allergique dans près de

**80%
des cas.**

* Blaiss MS. Rhinitis-asthma connection: epidemiologic and pathophysiologic basis. Allergy Asthma Proc 2005; 26: 35D40

DIAGNOSTIC DE L'ASTHME

Lorsque l'on soupçonne un asthme, il faut absolument réaliser un examen du souffle.

C'est un examen du souffle (comme par exemple : spirométrie, mesure du monoxyde d'azote) réalisé chez un médecin spécialiste qui permettra de vérifier si l'asthme existe et s'il est important.

ZOOM SUR L'ASTHME ALLERGIQUE

Du côté des enfants

La bronchiolite et l'asthme

On parle d'asthme du nourrisson quand il y a eu au moins 3 bronchiolites avant l'âge de 2 ans.

L'asthme du nourrisson le plus souvent, n'est pas d'origine allergique. Mais s'il est associé à une prédisposition génétique, le risque que les allergies se développent lorsque l'enfant grandira est élevé en l'absence de prise en charge adaptée.



LE QUOTIDIEN DU PATIENT ASTHMATIQUE

1. Les contraintes liées à la maladie

L'asthme retentit inmanquablement sur la qualité de vie. 86 % des asthmatiques se sentent limités dans leurs activités (sport, loisirs...) à cause de l'asthme. 48 % des asthmatiques considèrent que l'asthme affecte leur mode de vie.

2. Les contraintes du traitement

Une surveillance médicale régulière de la mesure du souffle est indispensable. Le contrôle de l'asthme consiste à évaluer les signes cliniques de la maladie (apparition de symptômes, limitation des activités, recours au traitement de secours, etc.) sur quelques semaines (1 semaine à 3 mois).

Une bonne connaissance de la maladie permet à la personne asthmatique de mieux comprendre les objectifs de son traitement ; cela lui permet d'être plus impliquée et de suivre correctement son traitement.

Les traitements de l'asthme sont efficaces et permettent à tous de retrouver une qualité de vie satisfaisante.

LE SPORT ET LES ASTHMATIQUES

**L'ASTHME
ne doit pas être un frein
à la pratique sportive.**

*Certains grands sportifs
sont asthmatiques : Alain
Bernard (50 et 100 m
nage libre), Muriel Hurtis
(athlétisme, 200 et 400 m).*

ZOOM SUR L'ASTHME ALLERGIQUE

QUEL EST LE TRAITEMENT DE L'ASTHME ?

1. Traitement de la crise d'asthme

La crise d'asthme est traitée et rapidement soulagée par un bronchodilatateur.

2. Traitement de fond de l'asthme

Pour prévenir la survenue des crises, un traitement de fond est parfois nécessaire. Le médecin peut prescrire des anti-inflammatoires (corticoïdes inhalés, antileucotriènes...) pour traiter l'inflammation des bronches et parfois un bronchodilatateur inhalé à longue durée d'action pour lutter contre l'obstruction. Le traitement sera adapté aux symptômes et à l'évaluation du patient par un examen du souffle (comme par exemple : spirométrie, mesure du monoxyde d'azote, ...).

Pour être efficace, il doit être pris quotidiennement et pas uniquement au moment des crises.

Prise en charge de l'asthme en milieu scolaire PAI

Le PAI : Projet d'Accueil Individuel d'un enfant asthmatique permet au corps enseignant de connaître et d'avoir à disposition les traitements en cas de crise d'asthme. Parlez-en à votre médecin.

L'ALLERGIE RESPIRATOIRE

QUELLES PEUVENT ÊTRE LES CAUSES
D'APPARITION ET/OU D'AGGRAVATION
DE L'ALLERGIE RESPIRATOIRE ?



L'allergie



Les infections respiratoires



Le reflux gastro-oesophagien



L'effort



La pollution extérieure
(fumées, gaz d'échappement...).



La pollution intérieure
bombes aérosols, moisissures, produits
de combustion, composés organiques volatils :
peintures, colles, solvants...).



Le tabagisme (passif et actif).



**Les défauts d'aération de
l'habitation**

AGIR ET TRAITER

LE DIAGNOSTIC

Pour éviter que la maladie 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.



3

ÉTAPES

Le diagnostic se déroule en 3 étapes :

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

J'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.

JE TRAITE

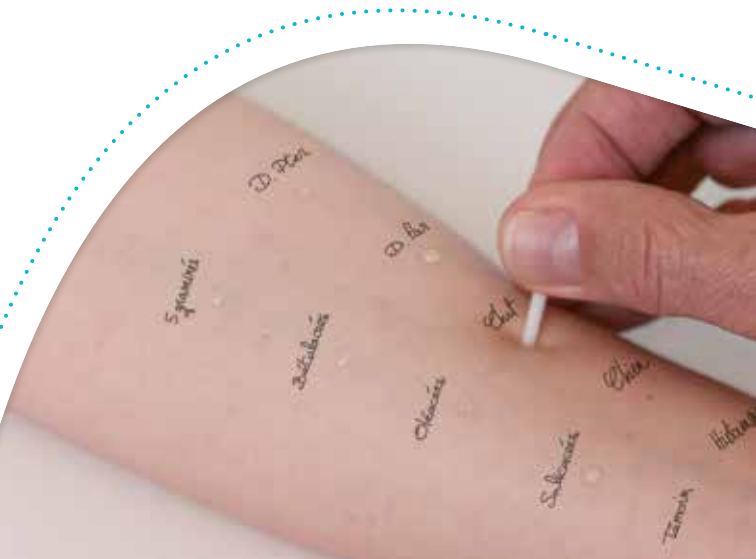
Dans certains cas, après avoir identifié l'allergène responsable de l'allergie, l'allergologue peut décider de la mise en place d'un traitement d'immunothérapie allergénique (ou désensibilisation) pour modifier durablement la réponse immunitaire et l'évolution naturelle de la maladie.

IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE (OU DÉSENSIBILISATION)

Elle est recommandée lorsque l'allergie perturbe 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.



AGIR ET TRAITER

Comment se passe l'immunothérapie allergénique?

Ce traitement consiste :

- 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 personnalisés
- des témoignages de personnes allergiques
- 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 et des rappels de rendez-vous

• Allergy Track

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

POUR PLUS D'INFORMATION

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
- 2** Une solution efficace qui agit sur les symptômes de l'allergie respiratoire
- 3** 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
- 4** Une solution thérapeutique qui traite durablement l'allergie

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