

Réaction allergique sévère (anaphylaxie)

Une réaction allergique se produit lorsque le système immunitaire perçoit une protéine (un allergène) comme étant nocive pour le corps humain. Certains enfants ayant une allergie alimentaire sont à risque de présenter une réaction allergique sévère qu'il faut prendre très au sérieux. Également appelée anaphylaxie (a-na-fil-axi), celle-ci se produit souvent rapidement et peut causer la mort si elle n'est pas traitée à temps.

Symptômes d'une réaction allergique sévère (anaphylaxie)

Les symptômes d'une réaction allergique sévère, appelée anaphylaxie, peuvent apparaître dans les minutes qui suivent l'ingestion ou l'exposition à un allergène. Dans certains cas, ils peuvent se manifester plusieurs heures plus tard.

Les symptômes peuvent varier d'une personne à l'autre. La même personne peut avoir des symptômes différents chaque fois qu'elle est victime d'une réaction allergique sévère. Une réaction anaphylactique peut se produire chez une personne sans qu'elle présente d'urticaire. Il importe donc de surveiller attentivement les signes d'une réaction allergique sévère. En voici quelques-uns :

- **Dermatologiques** : urticaire, enflure (visage, lèvres, langue), démangeaisons, chaleur, rougeurs, éruption cutanée
- **Respiratoires (respiration)** : toux, sifflement, essoufflement, douleur à la poitrine ou serrement, serrement de la gorge, voix rauque, congestion nasale ou symptômes du rhume des foins (nez qui coule ou qui pique, yeux larmoyants, éternuements), difficulté à avaler
- **Gastro-intestinaux (estomac)** : nausées, douleurs ou crampes, vomissements, diarrhée
- **Cardiovasculaires (cœur)** : couleur de peau plus pâle que la normale ou bleutée, pouls faible, évanouissement, étourdissements ou vertiges, choc
- **Autres** : anxiété, sentiment d'alarme (la sensation que quelque chose de terrible va se produire), mal de tête, crampes utérines, goût métallique

Intervention face à une réaction allergique sévère

Une réaction allergique sévère peut mettre la vie en danger. Il est important d'y réagir rapidement et de suivre les mesures d'urgence suivantes :

1. **Utilisez l'auto-injecteur d'épinéphrine** (par exemple : EpiPen® ou Allerject™) dès les premiers signes d'une réaction allergique sévère, connue ou suspectée
2. **Appelez le 9-1-1** ou votre service d'urgence local. Dites-leur que quelqu'un présente une réaction allergique grave
3. **Donnez une deuxième dose d'épinéphrine** dès les 5 minutes écoulées après la première dose, s'il n'y a pas d'amélioration visible des symptômes
4. **Rendez-vous à l'hôpital le plus proche immédiatement (par ambulance si possible)** même si les symptômes sont légers ou se sont arrêtés. La réaction pourrait s'aggraver ou réapparaître, même après un traitement approprié. Restez à l'hôpital en observation, aussi longtemps que suggéré par le médecin des urgences (généralement de 4 à 6 heures)
5. **Appelez la personne-ressource en cas d'urgence (par exemple : un parent, un tuteur)**

Autres renseignements importants sur l'EpiPen

1. La date d'expiration des produits EpiPen correspond au dernier jour du mois indiqué sur l'emballage du produit. Par exemple, si la date d'expiration indiquée est janvier, le produit peut être utilisé jusqu'au 31 janvier.
2. Nous vous conseillons d'avoir au moins deux auto-injecteurs dont les dates d'expiration sont différentes pour ne pas vous retrouver avec un auto-injecteur expiré.
3. Si vous avez une réaction anaphylactique et ne disposez que d'un auto-injecteur expiré, utilisez le produit expiré malgré tout et communiquez immédiatement avec le **9-1-1**.
4. Que le produit soit expiré ou non, rendez-vous à l'hôpital le plus près aussi vite que possible après avoir utilisé le produit, tel qu'indiqué sur l'emballage.

Gestion des allergies alimentaires

Les aliments peuvent être une source d'allergènes pour plusieurs personnes. Si vous ou une personne sous vos soins souffrez d'une allergie alimentaire, faire des choix alimentaires peut s'avérer un défi. Consultez notre section [Food Allergies – Resources](#) pour en savoir davantage sur les choix alimentaires santé pour vous et votre famille qui êtes aux prises avec des allergies alimentaires.

Nos fiches HealthLinkBC fournissent de l'information sur la façon de reconnaître les allergies alimentaires sévères chez les enfants et les adolescents et d'y réagir. Vous y trouverez également des conseils pour garder votre enfant en sécurité :

- [HealthLink BC File #100a Allergies alimentaires graves chez les enfants et les adolescents](#)
- [HealthLinkBC File #100c Sécurité en matière d'allergènes dans les garderies](#)

Pour plus de renseignements et de ressources sur les façons de réduire les risques d'allergies alimentaires chez votre bébé, consultez la fiche :

- [Réduire les risques d'allergies alimentaires chez votre bébé](#) (en anglais seulement)

Pour plus de renseignements sur les allergies alimentaires chez les adultes vivant dans des établissements de soins de santé, consultez la fiche suivante :

- [HealthLinkBC File #100b Sécurité en matière d'allergènes dans les établissements de soins de santé pour adultes](#)

Sites Web utiles

Le site du gouvernement de la Colombie-Britannique

Le gouvernement de la Colombie-Britannique fournit des ressources sur les façons de planifier la mise en place de mesures de précaution contre les réactions allergiques graves à l'école. Découvrez des manières de promouvoir la sensibilisation, le développement des politiques et la création de plans de sécurité dans les écoles.

- [L'anaphylaxie](#)

Allergies alimentaires Canada

Allergies alimentaires Canada fournit des informations pour éduquer, soutenir et promouvoir les besoins des personnes vivant avec des allergies alimentaires. Il soutient et participe aux recherches liées aux allergies alimentaires et à l'anaphylaxie. Pour de plus amples renseignements sur les réactions allergiques sévères (anaphylaxie), cliquez sur les liens ci-dessous :

- [Connaitre les allergies](#)
- [Allergies alimentaires Canada : anaphylaxie](#)
- [Allergies alimentaires Canada : plan d'urgence pour l'anaphylaxie](#)
- [Allergies alimentaires Canada : traitement d'urgence de l'anaphylaxie](#)
- [Centre de soutien pour les personnes nouvellement diagnostiquées, Mieux vivre avec les allergies alimentaires](#)
- [Pensez V.I.T.E...](#)
- [Pourquoi prendre le risque](#)

Santé Canada, gouvernement du Canada

Santé Canada fournit de l'information sur la façon d'éviter les réactions allergiques et d'y être préparé. Pour plus de ressources relatives aux allergènes courants, consultez les articles suivants :

- [Allergènes alimentaires les plus courants \(gouvernement du Canada\)](#)
- [Conseils pour éviter les allergènes courants dans les aliments \(gouvernement du Canada\)](#)

Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique

La Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique appuie la recherche en matière d'allergie et d'immunologie clinique. Elle fournit de l'information sur les allergies courantes qui peuvent toucher les élèves à l'école. Vous pouvez y trouver des modèles de politiques et de plan d'urgence pour aider les personnes, les écoles et les organismes à développer des stratégies de gestion efficaces :

- [L'anaphylaxie à l'école et dans d'autres milieux](#)

Dernière révision : 21 décembre 2018

Les renseignements fournis dans la brochure *Réactions allergiques sévères* sont adaptés du document [L'anaphylaxie à l'école et dans d'autres milieux, édition 2005-2016](#) de la Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique.

L'information sur l'EpiPen est adaptée du document [Mise à jour - La pénurie d'auto-injecteurs EpiPen \(0,3 mg\) et EpiPen Jr \(0,15 mg\) au Canada](#), un article du site du gouvernement du Canada, consulté le 12 décembre 2018.

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles ou votre service de santé publique local. Pour les demandes de renseignements et de conseils sur la santé en C.-B. qui ne constituent pas une urgence, visitez www.HealthLinkBC.ca ou composez le **8-1-1** (sans frais). Les personnes sourdes et malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le **7-1-1**. Des services de traduction sont disponibles sur demande dans plus de 130 langues.