

Sécurité en matière d'allergènes dans les établissements de soins de santé pour adultes

Allergy Safe Adult Care Facilities

Qu'est-ce qu'un établissement de soins de santé pour adultes sûr en matière d'allergènes?

Les allergies alimentaires touchent 3 ou 4 adultes sur 100. Il n'est pas possible de garantir l'absence de tout aliment pouvant causer des allergies dans un établissement de soins. Cependant, l'établissement devrait s'efforcer de créer et de maintenir un environnement sûr pour les adultes souffrant d'allergies alimentaires. Pour créer un établissement sans danger en matière d'allergènes :

- Suivre les politiques et procédures qui réduisent le risque d'expositions accidentelles à des aliments qui causent des réactions allergiques chez certains des résidents
- Disposer d'un plan de soin pour chaque résident souffrant d'une allergie alimentaire, qui comprend une copie de leur *plan d'urgence pour l'anaphylaxie*. Ce plan explique ce qu'il faut faire en cas de réaction allergique. Pour vous procurer un exemplaire vierge de ce plan, consultez la page suivante du site de la Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique : <http://csaci.ca/patient-school-resources>
- Organiser des formations régulières du personnel afin de s'assurer que tous les employés ont les connaissances et les compétences permettant de soigner un résident ayant une réaction allergique

Qu'est-ce qu'une réaction allergique?

Une allergie est la réaction du système immunitaire à une protéine alimentaire (un allergène) qu'il juge nocive. Les réactions allergiques alimentaires peuvent être légères ou graves. Il faut prendre les allergies au sérieux. Il s'agit d'éviter les aliments qui causent des réactions allergiques et de réagir de façon appropriée à une exposition accidentelle. Une réaction allergique grave s'appelle anaphylaxie, et elle se déclare souvent rapidement et peut entraîner le décès d'une personne si elle n'est pas traitée à temps.

Quels sont les symptômes d'une réaction allergique?

Les symptômes d'une allergie grave peuvent surgir dans les minutes suivant l'ingestion de l'aliment en question, mais se déclarent habituellement dans les deux heures. Bien que rares, les symptômes peuvent prendre jusqu'à quelques heures à se développer.

Les symptômes varient d'une personne à l'autre. La même personne peut avoir des symptômes différents chaque fois qu'elle a une réaction allergique. Les symptômes les plus dangereux sont la difficulté à respirer ou une chute de la tension artérielle. Voici les symptômes de l'anaphylaxie :

- **Respiration** : toux, respiration sifflante, essoufflements, sensation de douleur ou d'oppression dans la poitrine, serrement

de gorge, voix enrouée, congestion nasale ou symptômes rappelant ceux du rhume des foins (nez qui coule et qui démange, larmoiements et éternuements), difficultés à avaler

- **Cardio-vasculaires** : signes d'une baisse de la tension artérielle comme un pouls faible, des malaises, des étourdissements, des évanouissements
- **Cutanés** : urticaire, enflure (langue, lèvre ou visage) démangeaisons, chaleur, rougeur, éruption, peau pâle ou bleutée
- **Ventre** : nausée, vomissements, douleurs abdominales ou diarrhée
- **Autres symptômes** : anxiété, maux de tête, goût métallique dans la bouche, ou crampes utérines

Si une personne souffrant d'allergie alimentaire s'inquiète de sa réaction, traitez son cas comme une priorité. N'ignorez pas les symptômes précoces.

Comment traiter une allergie grave?

Lorsqu'une réaction se déclenche, il est important d'intervenir immédiatement. N'attendez pas. Donnez immédiatement le médicament prescrit, c'est-à-dire l'épinéphrine. L'administration d'épinéphrine n'entraîne pas de complication si elle se fait inutilement.

L'épinéphrine est contenue dans une seringue déjà remplie et appelée auto-injecteur. Ce produit aide à arrêter les symptômes de la réaction allergique et peut sauver la vie de la personne atteinte.

Étapes du traitement d'une réaction allergique grave

1. Utilisez l'auto-injecteur d'épinéphrine sans tarder. Injectez l'épinéphrine dans le muscle extérieur de la cuisse, par-dessus les vêtements au besoin
2. Composez le **9-1-1** ou le numéro local des services d'urgence
3. Allongez le résident avec les jambes légèrement surélevées. Couchez-le sur le côté s'il a la nausée ou s'il vomit. Ne le faites pas se lever ou s'asseoir. Par contre, asseyez-le s'il respire avec difficulté
4. Ne laissez pas le résident seul
5. Si ses symptômes empirent ou reviennent, donnez-lui une seconde dose d'épinéphrine 5 minutes après la première injection
6. Assurez-vous d'emmener le résident à l'hôpital

Comment offrir en environnement sûr en matière d'allergènes?

Plans de soins et auto-injecteurs

- Créez un plan de soins pour chaque résident souffrant d'une allergie alimentaire. Joignez-y une copie de leur *plan d'urgence pour l'anaphylaxie*. Assurez-vous que leur plan de repas ne contient aucun allergène alimentaire
- Placez l'auto-injecteur propre à chaque résident dans un endroit sûr non verrouillé, facile à atteindre
- S'il est sécuritaire de le faire, demandez au résident de transporter son auto-injecteur dans une pochette à la taille ou dans un autre sac
- Assurez-vous que son auto-injecteur est disponible à chaque endroit où se trouve de la nourriture
- Remplacez chaque auto-injecteur avant la date d'expiration
- Faites porter aux résidents souffrant d'allergies alimentaires un bracelet de type MedicAlert®

L'achat, la préparation et le service de la nourriture

- Informez les fournisseurs d'aliments des allergies alimentaires dans votre établissement
- Assurez-vous que les employés qui achètent, entreposent, préparent et servent la nourriture :
 - Disposent d'une liste complète des aliments qui causent des réactions allergiques chez les résidents et savent comment reconnaître les allergènes alimentaires sur les étiquettes des produits. Pour en savoir plus sur l'étiquetage, consultez le site de l'Agence canadienne d'inspection des aliments à www.inspection.gc.ca/aliments/information-pour-les-consommateurs/fiches-de-renseignements-et-infographies/allergenes/fra/1332442914456/13324429802900
 - Lisez la liste des ingrédients chaque fois que vous achetez de la nourriture ou qu'on en livre chez vous. Les ingrédients des aliments conditionnés peuvent être modifiés sans préavis. Ne présumez pas qu'un aliment servi est sans danger
 - Assurez-vous que tous les aliments préparés et entreposés sur place sont clairement étiquetés avec une liste d'ingrédients. Cela s'applique aux restes, aux aliments faits à partir de rien et à tous les aliments apportés par les familles ou le personnel
 - Évitez la contamination croisée en vous lavant les mains et en lavant les ustensiles et les surfaces de préparation des aliments avant de préparer d'autres aliments
- Ne prenez aucun risque. Si vous n'êtes pas sûr qu'un aliment soit sans danger pour un résident souffrant d'allergie alimentaire, proposez-lui autre chose
- Soyez conscient des allergies alimentaires chaque fois que des aliments sont offerts dans l'établissement, et pas seulement lors des repas et des collations. Les célébrations, les démonstrations de produits et les activités de bricolage peuvent comprendre des

aliments. Les visiteurs peuvent également apporter de la nourriture à l'improviste

Repas et collations

- Assurez-vous que les employés et les résidents se lavent les mains avec de l'eau et du savon avant de manger et après avoir mangé. Cela permet d'éviter que de la nourriture se retrouve sur les objets, les vêtements et d'autres surfaces. Les produits désinfectants pour les mains ou l'eau ne suffisent pas
- Surveillez les repas et les collations si les résidents ont besoin d'aide pour suivre des instructions
- Nettoyez les tables et autres surfaces utilisées pour s'alimenter avant et après les repas

Au restaurant

- Pour les rencontres sociales comme les pique-niques, prévoyez des repas séparés pour les résidents souffrant d'allergies
- Appelez les restaurants à l'avance pour vérifier s'il est possible de servir des repas sans les allergènes causant des problèmes aux résidents. Le personnel du restaurant n'a peut-être pas la formation nécessaire pour traiter les allergies alimentaires. En cas de doute, choisissez un autre restaurant
- Munissez-vous du *plan d'urgence pour l'anaphylaxie* et de l'auto-injecteur d'épinéphrine des résidents souffrant d'allergies à chaque sortie

Qu'est-ce que le syndrome d'allergie orale?

Bon nombre de personnes allergiques au pollen d'arbres ou de graminées manifestent également des allergies alimentaires à certains fruits et légumes crus. C'est ce qu'on appelle le syndrome d'allergie orale (SAO) ou syndrome d'allergie alimentaire au pollen. Le SAO peut comprendre des démangeaisons et de l'enflure légère des lèvres, dans la bouche et dans la gorge. Il est rare que les réactions liées au SAO deviennent graves. Les adultes souffrant du SAO peuvent souvent manger ces fruits et légumes s'ils sont cuits. En cas de doute, inclure le nom du fournisseur de soins de santé du résident lors de l'élaboration du plan de soins du résident.

Pour de plus amples renseignements

Si vous avez des questions, composez le **8-1-1** pour parler à un diététiste.

Pour de plus amples renseignements pour comprendre l'anaphylaxie et la prendre en charge, consultez le site suivant :

- Allergies Alimentaires Canada : www.allergiesalimentairescanada.ca/
- L'anaphylaxie à l'école et dans d'autres milieux : [https://csaci.ca/wp-content/uploads/2017/11/Lanaphylaxie-a-l-ecole-et-dautres-milieux-3e-%c3%a9dition-r%c3%a9vis%c3%a9e_a.pdf](https://csaci.ca/wp-content/uploads/2017/11/Lanaphylaxie-a-l-ecole-et-dans-dautres-milieux-3e-%c3%a9dition-r%c3%a9vis%c3%a9e_a.pdf) (PDF 1,68 Mo)
- Association d'information sur l'allergie et l'asthme <https://asthma.ca/allergy-asthma-information-association>