

# Réaction allergique grave : Anaphylaxie

Dernière mise à jour : **Janvier 2024**

Une réaction allergique se produit lorsque le système immunitaire considère une protéine (un allergène) comme néfaste. Certains enfants souffrant d'allergies alimentaires risquent de subir une réaction allergique grave, appelée anaphylaxie. Elle se déclare souvent de façon soudaine et peut entraîner le décès si elle n'est pas traitée.

## Symptômes d'une réaction allergique grave

Les symptômes d'une réaction allergique grave peuvent se manifester dans les minutes qui suivent l'ingestion d'un allergène ou l'exposition à celui-ci. Dans certains cas, la réaction peut se déclencher après plusieurs heures. Les symptômes peuvent varier d'une personne à l'autre et se manifester sous différentes formes chaque fois qu'une réaction allergique grave se produit. Les symptômes touchent généralement au moins deux des systèmes ou appareils suivants:

- **Peau:** urticaire, gonflement (visage, lèvres, langue), démangeaisons, chaleur, rougeur, éruption cutanée
- **Appareil respiratoire:** toux, respiration sifflante, essoufflement, douleur ou oppression thoracique, serrement de la gorge, voix rauque, congestion nasale ou symptômes de rhinite allergique saisonnière (rhume des foins [écoulement nasal, démangeaisons et larmoiements, éternuements]), troubles de la déglutition
- **Appareil digestif (abdomen):** nausées, douleurs ou crampes, vomissements, diarrhée
- **Appareil cardiovasculaire (cœur):** couleur de peau bleue ou plus pâle que la normale, faible pouls, évanouissement, vertiges ou étourdissements, état de choc
- **Autres:** anxiété, sentiment de malheur (impression que quelque chose de grave est sur le point de se produire), maux de tête, crampes utérines, goût métallique

## Réagir à une réaction allergique grave

Comme ce type de réaction allergique peut mettre la vie en danger, on se doit de réagir rapidement et de suivre les mesures d'urgence suivantes :

1. **Administrer un auto-injecteur d'épinéphrine** (par exemple, EpiPen® ou Allerject™) dès les premiers signes d'une réaction allergique grave, connue ou soupçonnée
2. **Appeler le 9-1-1** ou le service d'urgence local. Préciser qu'une personne subit une réaction allergique grave
3. **Administrer une deuxième dose d'épinéphrine** 5 minutes après la première si les symptômes ne s'améliorent pas
4. **Se rendre immédiatement à l'hôpital le plus proche** (en ambulance si possible), même si les symptômes sont légers ou ont cessé. La réaction pourrait s'aggraver ou se manifester de

nouveau, même après un traitement approprié. Demeurer à l'hôpital en observation aussi longtemps que le médecin le préconise (généralement de 4 à 6 heures)

5. **Appeler la personne à contacter en cas d'urgence** (par exemple, le père, la mère ou le tuteur)

### **Autres renseignements importants sur EpiPen®**

1. Les produits EpiPen® expirent le dernier jour du mois indiqué sur l'emballage du produit. Par exemple, si le produit est marqué comme expirant en janvier, il demeure valide jusqu'au 31 janvier
2. Il est conseillé d'avoir plus d'un auto-injecteur ayant des dates de péremption différentes afin d'éviter de n'avoir qu'un auto-injecteur périmé
3. Si vous avez une réaction anaphylactique et que vous n'avez qu'un auto-injecteur périmé, utilisez le produit périmé et communiquez immédiatement avec le **9-1-1**
4. Que le produit soit périmé ou non, il faut se rendre à l'hôpital le plus proche dès que possible après l'utilisation du produit, conformément aux instructions figurant sur l'étiquette

### **Prise en charge des allergies alimentaires**

Certains aliments peuvent constituer des allergènes pour de nombreuses personnes. Lorsque vous ou l'un de vos proches souffrez d'une allergie alimentaire, faire des choix alimentaires peut être difficile. [Apprenez-en davantage sur la prise en charge des allergies alimentaires](#) [en anglais seulement].

Nos dossiers HealthLinkBC fournissent des renseignements sur la détection des allergies alimentaires graves chez les enfants et les adolescents, et sur les mesures à prendre. Vous trouverez également des conseils pour garder votre enfant en sécurité:

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

Pour obtenir des renseignements et des ressources permettant de réduire le risque d'allergies alimentaires chez un bébé, consultez:

- [Réduire le risque d'allergies alimentaires chez votre bébé](#)

Pour obtenir de plus amples renseignements sur les allergies alimentaires chez les adultes vivant dans des établissements de soins, consultez:

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

### **Sites Web utiles**

#### **Gouvernement de la Colombie-Britannique**

Le gouvernement de la Colombie-Britannique propose des ressources d'élaboration de plans de sécurité en matière de réactions allergiques graves en milieu scolaire. Apprenez-en davantage sur la sensibilisation, l'élaboration de politiques et la création de plans de sécurité en milieu scolaire.

- [Anaphylaxie](#) [en anglais seulement]

## Allergies Alimentaires Canada

Allergies Alimentaires Canada soutient les personnes ayant une allergie alimentaire, défend leurs droits et sensibilise la population à leurs besoins. Cet organisme soutient également la recherche et y prend part. Afin d'en apprendre davantage sur les allergies alimentaires et l'anaphylaxie :

- [Connaître les allergies](#)
- [Allergies Alimentaires Canada : ressources sur l'anaphylaxie](#) [en anglais seulement]
- [Allergies Alimentaires Canada : plan d'urgence en cas d'anaphylaxie](#) [en anglais seulement]
- [Allergies Alimentaires Canada : renseignements en cas d'urgence](#)
- [Allergies Alimentaires Canada : Une nouvelle réalité — obtenir un diagnostic d'allergie alimentaire](#) [en anglais seulement]
- [Affiche Pensez VITE...](#)

## Santé Canada, gouvernement du Canada

Santé Canada offre des renseignements sur la manière d'éviter les réactions allergiques et de se tenir prêt. Pour des ressources sur les allergènes courants, consultez :

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

## Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique

La Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique soutient la recherche sur les allergies et l'immunologie clinique. Elle offre des renseignements sur les allergies courantes qui touchent les élèves. Vous trouverez des exemples de politiques et de plans d'urgence pour aider les particuliers, les écoles et les organismes à élaborer des stratégies de gestion efficaces :

- [Ressources pour les patients et les écoles](#) [en anglais seulement]

Les renseignements fournis dans la fiche santé sur les réactions allergiques graves sont adaptés du document [L'anaphylaxie à l'école et dans d'autres milieux \(© 2005-2016\)](#) de la Société canadienne d'allergie et d'immunologie clinique.

---

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLinkBC, visitez [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 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](http://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.