



# L'ALLERGIE

Paradoxe d'un fléau répandu et méconnu



## Allergie ou Hypersensibilité de type 1

L'allergie est un dérèglement du système immunitaire qui correspond à une perte de la tolérance vis-à-vis de substances a priori inoffensives : les allergènes.

Notre corps se défend contre un ennemi extérieur, que l'on a respiré, bu, mangé, touché ou qui nous a piqué, de façon excessive en produisant des IgE : C'est la réaction allergique.



## Le Mécanisme de l'allergie se déroule en deux phases :

### 1 ) La sensibilisation : C'est le premier contact avec l'allergène

Notre système immunitaire reconnaît l'élément comme un danger et commence à produire des anticorps spécifiques contre cet élément.

Il va garder « en mémoire » cet élément comme agresseur et le moyen de se défendre contre. Cette phase est asymptomatique.

### 2) La réaction allergique : C'est le deuxième contact (et suivant) avec l'allergène

Les anticorps IgE sont prêts à intervenir et déclenchent un ensemble de réactions en libérant une grande quantité d'histamine et d'autres substances inflammatoires.

La gravité et l'intensité de la réaction allergique dépendent de notre prédisposition génétique et de l'exposition à la substance.

## Les chiffres de l'Allergie

L'OMS classe les allergies au 4ème rang des maladies chroniques dans le monde.

1 personne sur 3 née après 1980 est allergique.

En 2050, l'organisation prévoit qu'1 personne sur 2 sera allergique.

Par exemple en France actuellement, 25 à 30% des personnes en sont atteints.

4 millions de personnes sont asthmatiques dont 80% ont un asthme d'origine allergique.

2% des adultes ont une allergie alimentaire.

## Les différents types d'Allergènes

### Les pneumallergènes

Ils pénètrent par voie aérienne comme :

- les pollens (de fleurs, d'arbres, de graminées) ;
- les poils d'animaux (le chat est le premier responsable mais pas le seul) ;
- les acariens (50 000 espèces, se nourrissent de débris de peau et poils) ;
- les moisissures (d'intérieur et d'extérieur).

### Les trophallergènes

Ils pénètrent par ingestion donc voie alimentaire.

90% des allergies alimentaires sont dues à seulement 10 types d'aliments, les plus fréquents étant le lait de vache, les œufs et les arachides.

## Ne pas confondre : Allergie et intolérance !



Dans le cas de l'allergie, ce sont les anti-corps et le système immunitaire qui sont en cause.

Dans l'intolérance, il s'agit d'un défaut enzymatique qui fait qu'un aliment n'est pas digéré correctement.

### Les Allergènes de contact

Ils agissent par contact direct avec la peau le chef de file étant le Latex.

Mais les produits cosmétiques, les parfums et les produits ménagers sont également fréquemment en cause.

### Les Médicaments

En principe tous les médicaments ou leurs excipients peuvent provoquer des allergies.

Les antibiotiques et les anti-inflammatoires sont les plus connus.

### Les Venins

De fourmis, d'abeilles, de guêpes pour n'en citer que quelques uns.

## Les symptômes

Ils sont nombreux et variés avec :

- Des signes cutanés : boutons, urticaires, œdème ;
- Des signes ORL : rhinite, toux ;
- L'Asthme ;
- Des signes digestifs : crampes, nausées, vomissements ;
- Des signes généraux : allant du simple malaise au choc anaphylactique.

## Les facteurs de risques

### La prédisposition familiale ou terrain atopique

C'est la prédisposition allergique qui est transmise et non l'allergie en elle-même.

### Les facteurs déclenchants

Ce sont les allergènes.

### Les facteurs aggravants

Ils sont nombreux :

- Pollution atmosphérique ou domestique ;
- Tabagisme ;
- Infections virales ;
- Alimentation ;
- Effort physique ;
- Climat.

### Plus en plus de personnes allergiques

Les hypothèses sont variées et diverses :

- Hypothèse de l'hygiène ;
- Les régimes alimentaires ;
- La pollution atmosphérique ;
- Les changements climatiques ;
- La modification de l'environnement intérieur ;
- La multiplication des médicaments et antibiotiques ;
- Le stress ;
- Manque de vitamines D.

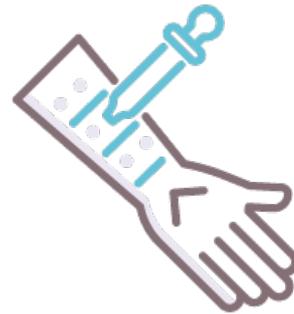
### Les allergies croisées

Une allergie croisée survient quand une personne allergique à une substance réagit à une autre car il existe des protéines qui se ressemblent dans les deux substances même si elles n'ont a priori rien en commun.

## Le diagnostic

Il repose sur :

- Un interrogatoire minutieux ;
- Les symptômes ;
- Les circonstances déclenchantes ;
- Les antécédents ;
- L'examen clinique ;
- Et les analyses de sang et prick-tests.



## Le traitement

Il est fonction de l'importance et de certains types d'allergies.

L'éviction en tout premier lieu de l'allergène est bien évidemment à préconiser.

Ensuite un traitement médicamenteux est proposé qui va diminuer essentiellement les symptômes.

D'autres types de traitement comme la désensibilisation ou immunothérapie allergénique, ou encore, la désensibilisation alimentaire ou l'induction de tolérance obtiennent de bon résultats.

