



PERSONNE ALLERGIQUE : UNE TROUSSE D'URGENCE À CONSERVER AVEC SOI⁽¹⁻⁴⁾

L'anaphylaxie est par définition **une réaction d'hypersensibilité immédiate**. Le choc anaphylactique est un accident grave, imprévisible, et pouvant devenir fatal s'il n'est pas correctement pris en charge.

Consciente des conséquences d'une allergie, vous devez avoir à votre disposition une petite **trousse de secours pour faire face à toutes les situations**, des premiers signes anodins jusqu'au choc anaphylactique.



POUR QUEL TYPE D'ALLERGIES ?

- Allergies aux aéro-allergènes (pollens, poils...)
- Allergies alimentaires
- Allergies aux venins d'hyménoptères (abeille, guêpe, ...)
- Allergies à certains médicaments



QUE DOIT CONTENIR LA TROUSSE D'URGENCE À MINIMA ?

- Antihistaminique
- Corticoïde
- 2 seringues d'adrénaline sous forme d'auto-injecteur (AIA) adapté au poids
- Bronchodilatateurs (β 2-mimétiques inhalés)
- Consignes écrites précisant de façon claire et lisible les indications, la posologie et le mode d'emploi des produits prescrits



COMMENT RECONNAÎTRE UN CHOC ANAPHYLACTIQUE ?

- Malaise général dans les 5 à 20 minutes suivant l'exposition à l'allergène
- Nombreux symptômes (cutanés, digestifs, respiratoires...) qui apparaissent rapidement
- Si plus de 2 symptômes en même temps = réaction allergique généralisée

La trousse d'urgence est un outil performant à condition de savoir s'en servir. Une vérification régulière de la bonne connaissance de l'utilisation du dispositif est indispensable.

Le contenu de la trousse d'urgence est à adapter en fonction de votre âge, de vos comorbidités associées, de la gravité d'une réaction clinique antérieure et enfin de votre niveau de sensibilité allergique en fonction de chaque allergène. Pour plus d'information, parlez en à votre médecin.

1. C. Mouton-Faivre. La trousse d'urgence : pour qui ? *Revue Française d'allergologie* 2014; 54:554-556.
2. A. Gloaguen. Prise en charge de l'anaphylaxie en médecine d'urgence. Recommandations de la Société française de médecine d'urgence (SFMU) en partenariat avec la Société française d'allergologie (SFA) et le Groupe francophone de réanimation et d'urgences pédiatriques (GFRUP), et le soutien de la Société pédiatrique de pneumologie et d'allergologie (SP² A). *Ann. Fr. Med. Urgence* 2016; 6:342-364.
3. L. Têtu, A. Didier. La trousse d'urgence en allergologie. *Revue Française d'allergologie et d'immunologie clinique* 2007; 47:S32-S35.
4. AFPRAL (Association Française pour la Prévention des Allergies). L'anaphylaxie ou choc anaphylactique. <https://allergies.afpral.fr>. Site consulté le 18/06/2018.

