

Fiche d'information AIAA Anaphylaxie

Une réaction allergique qui met en danger la vie

Qu'est-ce que l'anaphylaxie?

L'anaphylaxie est une réaction allergique grave pouvant impliquer plusieurs systèmes de l'organisme et être fatale si elle n'est pas traitée. On estime à un ou deux pour cent la population à risque. Une piqûre d'insecte, un médicament, le latex, un aliment, d'autres substances et même l'exercice physique peuvent provoquer une réaction. Les aliments déclencheurs les plus courants sont l'arachide, les noix, les crustacés, le poisson, le lait, les œufs, le soya, le blé et les graines de sésame. On sait cependant qu'une grande variété d'aliments ainsi que l'exercice peuvent être à l'origine de l'anaphylaxie. Une infime quantité d'un allergène peut provoquer un choc anaphylactique violent.

Les 3 « A » vous aideront à vous prendre en charge!

- **Apprendre**
- **s'Abstenir**
- **Agir**

Apprendre

- Consultez un allergologue pour obtenir le bon diagnostic.
- Apprenez exactement quoi éviter.
- Apprenez quoi faire en cas d'urgence.
- Apprenez tout sur votre allergie.
- Apprenez que des réactions à effets retardés peuvent se produire.

s'Abstenir

- Sachez reconnaître les différents noms utilisés pour les ingrédients.
- Lisez toujours les étiquettes, pour chaque aliment.
- Ne laissez pas un enfant allergique partager de la nourriture, du jus, de l'eau en bouteille, etc.
- Lavez-vous les mains avant et après avoir mangé.
- Nettoyez bien les comptoirs, tables et ustensiles de cuisine pour éviter toute contamination croisée.
- Soyez prudent au restaurant. Posez des questions sur les ingrédients et tenez-vous loin des buffets.
- Évitez d'acheter de la nourriture en vrac et sans étiquette.
- En voyage, emportez une collation sans danger pour vous.
- Si vous êtes allergique au latex, dites-le au personnel médical, y compris à votre dentiste.

Communiquez avec nous!

Site Internet: www.aaia.ca

Bureau national de l'AIAA

17, place Four Seasons, bureau 200

Toronto (Ontario) M9B 6E6

Sans frais : 1-800-611-7011

Tél. : 416-621-4571

Télé. : 416-621-5034

Courriel : admin@aaia.ca

AIAA Ontario

Courriel : ontario@aaia.ca

AIAA C.-B./Yukon

Courriel : bc@aaia.ca

AIAA Prairies/T.N.-O./Nunavut

Courriel : prairies@aaia.ca

AIAA Atlantique

Courriel : atlantic@aaia.ca

AIAA Québec

Courriel : quebec@aaia.ca

Agir

- Portez un bracelet MedicAlert® et ayez votre épinéphrine sur vous en tout temps.
- Ayez un auto-injecteur supplémentaire surtout si vous voyagez ou êtes loin d'un hôpital.

QUELQUES SYMPTÔMES DE L'ANAPHYLAXIE

- Urticaire, rougeurs, enflures
- Démangeaisons
- Changements de couleur de la peau
- Picotements dans la bouche
- Peur, panique, mauvais pressentiment
- Nausées, vomissement
- Diarrhée, crampes abdominales
- Toux, respiration sifflante, étouffement, altération de la voix
- Enflures des lèvres, de la langue, de la gorge
- Difficulté à respirer ou à avaler
- Peau moite et froide
- Vertiges, étourdissement
- Perte de connaissance, coma, décès

N.B. Plusieurs de ces symptômes peuvent aussi être causés par d'autres problèmes de santé.

En cas de réaction

1. Administrez l'épinéphrine immédiatement.

N'hésitez pas à administrer l'épinéphrine! Il est plus facile d'enrayer une réaction au tout début. Les effets secondaires d'une injection sont rares. En intervenant immédiatement, on peut prévenir un choc fatal.

2. Appelez le 911 ou rendez-vous à l'urgence la plus proche.

3. Avertissez les parents ou un autre membre de la famille.

Pour obtenir des instructions sur l'utilisation des auto-injecteurs EpiPen^{MD} et Allerject^{MC} les plus récents, consultez les sites Web suivants : www.epipen.ca; www.allerject.ca

L'AIAA crée un milieu plus sécuritaire et améliore la qualité de vie des Canadiennes et des Canadiens atteints d'allergie, d'asthme et d'anaphylaxie. L'AIAA les amène à se prendre en charge, offre éducation et leadership, et est un porte-parole national.

La Trousse de référence sur l'anaphylaxie de l'AIAA est un excellent outil de formation pour le personnel des écoles et des garderies. Communiquez avec un bureau de l'AIAA pour savoir comment vous la procurer.

L'AIAA est un organisme de charité canadien enregistré (N° 131 765 174 RR0001). Nous remettons des reçus aux fins de l'impôt pour les dons de 15 \$ et plus.

Ce feuillet peut être photocopié à des fins strictement éducatives en mentionnant comme source l'Association d'information sur l'allergie et l'asthme.

