

LES FAITS AU SUJET DE L'ALLERGIE AUX ARACHIDES/NOIX

Cause

Une réaction anormale du système immunitaire à la protéine contenue dans les arachides ou les noix.

Âge

Survient généralement au cours des premières années de la vie ou lorsque les arachides ou les noix sont consommées au régime alimentaire pour la première fois.

Diagnostic

Doit être posé par un médecin ou un allergologue qui pourra recourir à plusieurs outils dont :

- les antécédents médicaux
- les tests de provocation par des aliments
- les intradermoréactions
- les analyses de sang

Symptômes

Les réactions allergiques surviennent généralement quelques minutes seulement après qu'un aliment ait été consommé. Il est également possible que des réactions surviennent de deux à quatre heures après la consommation de l'aliment et durent généralement moins d'une journée. **Parmi les réactions allergiques aux aliments, mentionnons :**

Digestion

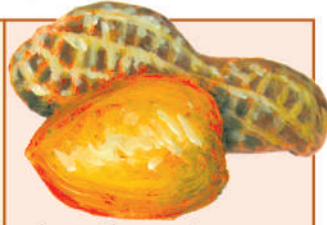
- Nausée
- Vomissement
- Diarrhée
- Douleur abdominale
- Sensation de picotement dans la bouche

Peau

- Urticaire
- Rougeurs
- Eczéma
- Tuméfaction
- Éruption cutanée
- Démangeaison
- Changement dans la couleur de la peau

Passages aériens

- Écoulement nasal, éternuement
- Yeux irrités, larmoyants
- Toux, suffocation, nausée



- Congestion nasale
- Difficulté à respirer
- Respiration sifflante

Anaphylaxie

La plupart des allergies aux arachides/noix sont considérées comme potentiellement anaphylactiques. Même une allergie légère aux arachides/noix peut causer une anaphylaxie si une quantité suffisante de l'aliment est consommée. L'anaphylaxie est une réaction allergique sévère qui affecte plusieurs parties du corps. Elle peut mener à une perte de conscience et entraîner la mort. **Une aide médicale immédiate est nécessaire. Les personnes à risque devraient avoir sur elles de l'épinéphrine et porter le bracelet MedicAlert®.**

Traitement

- Soyez prêt. Si de l'épinéphrine a été prescrite, comme EpiPen®, assurez-vous d'en avoir sur vous et de savoir comment l'utiliser. Rendez-vous à l'urgence pour un suivi médical.
- De très petites quantités d'arachide ou de noix peuvent occasionner des réactions allergiques sérieuses. Il est nécessaire d'éviter complètement les arachides et les noix ainsi que tous les produits alimentaires ou non alimentaires pouvant en contenir.
- La lecture des étiquettes de tous les aliments est la clé du succès pour contrôler l'allergie. Si le produit n'a pas d'étiquette, l'aliment ne devrait pas être consommé.

FOIRE AUX QUESTIONS

Est-ce qu'une allergie aux arachides peut disparaître avec le temps ?

On a longtemps cru que l'allergie aux arachides durait toute la vie. Aujourd'hui, des études indiquent qu'environ 20 % des enfants diagnostiqués peuvent éventuellement cesser d'être allergiques aux arachides. Pour plus de sécurité, ne jamais ré-introduire des produits contenant des arachides dans l'alimentation de votre enfant sans l'approbation de votre allergologue.

Est-ce qu'une personne peut réagir à l'odeur des arachides ?

Il n'est pas démontré que l'odeur d'un aliment comme le beurre d'arachide puisse causer des réactions allergiques. Ce sont les protéines que déclenchent les réactions. Or, une odeur ne contient pas de protéines. Il arrive qu'une personne allergique soit incommodée ou éprouve même un malaise en sentant l'odeur du beurre d'arachide. Cela vient d'une profonde aversion plutôt que de son allergie et cela ne nécessite aucun traitement.

Par contre, l'inhalation de *particules* d'arachide dans l'air peut causer des réactions allergiques et des symptômes tels rougeurs, écoulement nasal, yeux irrités et, à l'occasion, respiration sifflante mais il est très peu probable qu'il y ait anaphylaxie. Il peut y avoir de la poussière d'arachide dans l'air si on écale une grande quantité d'arachides ou si on en ouvre plusieurs sacs en même temps. Des protéines peuvent aussi se dégager lors de la cuisson, de l'ébullition ou de la transformation de l'aliment.

Est-ce que l'huile d'arachides ou de noix est sécuritaire pour mon enfant ?

L'huile d'arachide ou de noix raffinée, lorsque correctement transformée, ne devrait pas contenir de protéine d'arachides ou de noix et ne devrait donc pas causer de réactions chez les enfants allergiques. Les huiles de noix et d'arachide sont aussi disponibles non raffinées. Les huiles non raffinées peuvent être appelées pressées à froid, non raffinées, évacuées ou pressées. Ces huiles non raffinées peuvent contenir des protéines d'arachides ou de noix et causer des réactions allergiques.



Est-ce que je peux manger des graines et de la noix de coco si je suis allergique aux noix ?

Les graines, comme celles de sésame, tournesol, pavot, moutarde, carthame et canola, ne sont pas à éviter à moins que vous y soyez allergique également. La noix de coco n'est pas une noix. Les personnes allergiques aux noix n'ont donc pas à s'en abstenir. Seules les personnes allergiques à la noix de coco devraient éviter les produits qui en contiennent.

Qu'est-ce qu'une protéine végétale hydrolysée?

Les protéines végétales hydrolysées sont généralement à base de soya, de blé ou de maïs. Au Canada, il est rare de retrouver des protéines végétales hydrolysées à base d'arachide dans les produits. Selon la réglementation actuelle, les fabricants ne sont pas tenus de le déclarer sur l'étiquette lorsqu'un produit contient des protéines végétales hydrolysées à base d'arachide.

Qu'est-ce que la contamination croisée et comment peut-être affecter mon enfant?

La contamination croisée peut se produire lorsqu'un aliment sécuritaire entre en contact avec un allergène alimentaire comme les arachides ou les noix. Dans l'industrie, la contamination croisée se produit lorsque plusieurs produits sont fabriqués sur la même chaîne de montage ou d'emballage ou lorsqu'un équipement utilisé pour la fabrication d'un produit contenant des arachides ou des noix est utilisé dans la fabrication d'autres aliments. À la maison ou à l'école, les enfants doivent se méfier des confitures ou du beurre, qui peuvent être contaminés par un couteau ayant servi à tartiner du beurre d'arachide, des biscuits provenant d'une jarre à biscuits qui n'a pas été nettoyée entre chaque variété, des beignes qui peuvent avoir été en contact avec des beignes avec arachides et les aliments de fourrage qui peuvent avoir été transférés dans un silo contenant des produits à base d'arachide. Les enfants devraient toujours amener leur propre boîte à lunch et ne pas partager les aliments.

ASSOCIATION D'INFORMATION SUR L'ALLERGIE ET L'ASTHME

Bureau national AIAA

1-111 boul. Zenway
Vaughan, (Ontario) L4H 3H9
Ligne sans frais : 1 800 611-7011
Téléphone : (905) 265-3322
Télécopieur : (905) 850-2070

AIAA Colombie-Britannique/Yukon

Ligne sans frais : 1 877 500-2242
Téléphone : (250) 764-7507 (tél.)
Télécopieur : (250) 764-7587 (fax)
Courriel : bc@aaia.ca

AIAA Région des Prairies/TN-O/Numavut

Ligne sans frais : 1 866 456-6651
Téléphone/Télécopieur : (780) 456-6651
Courriel : prairies@aaia.ca

AIAA Ontario

Ligne sans frais : 1 888 250-2298
Téléphone : (519) 284-4222
Télécopieur : (519) 284-0384
Courriel : ontario@aaia.ca

AIAA Québec

Ligne sans frais : 1-866-694-0679
Téléphone : (514) 694-0679
Télécopieur : (514) 694-9814
Courriel : quebec@aaia.ca

AIAA Atlantic

Ligne sans frais : 1-866-761-6600
Téléphone/Télécopieur : (506) 459-4475
Courriel : atlantic@aaia.ca

Numéro d'enregistrement fédéral d'organisme de charité :# 131 765 174 RR001

Publié grâce à un don de Hershey Canada

Hershey Canada inc.

2350 Matheson Blvd. East,
Mississauga, ON
L4W 5E9
Web site: www.hersheycanada.com

Ce dépliant est distribué seulement à des fins d'éducation, d'information et de sensibilisation. Il ne remplace, ni ne constitue un avis médical.

Revision 2007



Allergies aux arachides et aux noix

Les faits

