

Toutefois, notez que ces précautions peuvent être insuffisantes pour empêcher l'apparition des réactions allergiques.

Ayez toujours avec vous les médicaments de votre enfant pour le traitement de l'asthme et des allergies.

Prenez le temps de discuter avec votre enfant de ses allergies et des conséquences sur le contrôle de son asthme. Faites avec lui des liens de cause à effet pour qu'il comprenne mieux toutes ces actions que vous prenez pour le protéger. Par exemple, lorsque votre enfant a touché au chat et qu'il commence à tousser, faites-lui remarquer que sa toux peut être directement reliée au contact avec le chat.

Pour plus d'information, n'hésitez pas à appeler aux numéros suivants :

Centre d'enseignement sur l'asthme (CEAR) :
514 345-4931, poste 2775

Clinique de pneumologie :
514 345-4931, poste 3900

Conception :
Comité scientifique de l'asthme du CHU Sainte-Justine :

Suzanne Durocher, inf. clinicienne pneumologie
Dr Denis Bérubé, pneumologue
Jacqueline Flibotte, inf. clinicienne CEAR
Sylvie Laporte, inhalothérapeute CEAR
Dr Robert Thivierge, pédiatre CEAR
Stéphanie Duval, inf. cadre-conseil

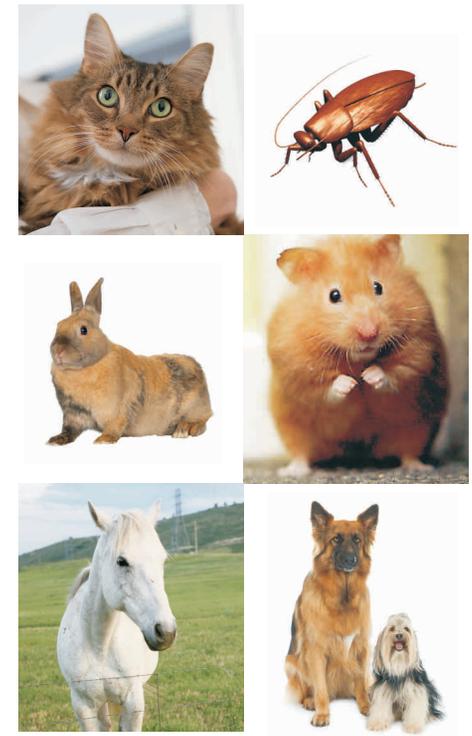
Collaboration : *Dr Anne Des Roches, allergologue*
Marie-Eve Grondin, inf. clinicienne allergie

Graphisme : Norman Hogue, Communications et affaires publiques

Impression : Imprimerie du CHU Sainte-Justine

© CHU Sainte-Justine

F-863 GRM 30004562 (rev.03-2010)



Ce dépliant vous donnera des informations sur les allergies, ainsi que des conseils afin de vous aider à améliorer l'état de santé de votre enfant.



Les allergies sont des réactions inappropriées et disproportionnées du système immunitaire à un ou des allergènes. L'allergène est décrit comme une substance capable de provoquer une allergie.

La réaction allergique peut se manifester de différentes façons :

- la rhinite allergique (congestion, démangeaisons, écoulement nasal);
- la conjonctivite (irritation, larmoiement et démangeaisons des yeux);
- les manifestations cutanées (rougeurs, boursoufflures, démangeaisons);
- les symptômes respiratoires (toux, difficultés respiratoires).

Il est recommandé d'identifier les allergènes et d'éviter leur contact avant de débiter ou d'augmenter la médication. C'est la base du traitement de l'asthme et de l'allergie.

Lorsque l'enfant est déjà affecté par une allergie, il est susceptible d'en développer d'autres. Il est donc préférable d'adopter une approche préventive **le plus tôt possible** afin de retarder le déclenchement de nouvelles allergies. Méfiez-vous aussi des « cumulatifs ». Par exemple, l'asthme sera plus difficile à maîtriser si, en plus d'être allergique aux chats, l'enfant a un **rhume** et est en contact avec une personne qui **fume** dans un lieu où vit un **chat**.

LES ANIMAUX

Les allergies aux animaux sont très répandues. Une personne peut être allergique à un ou à plusieurs animaux :

- chats (l'allergie la plus fréquente);
- chiens;
- chevaux;
- lapins;
- hamsters, rats, souris et autres rongeurs;
- oiseaux;
- vaches et autres animaux de la ferme;
- blattes (coquerelles), etc.



Selon le type d'animal et selon la sensibilité de l'enfant, le délai pour développer l'allergie peut être très variable, c'est-à-dire de quelques semaines à **plusieurs années**.

Par exemple, un enfant peut vivre cinq ans avec un chat sans problème et développer une allergie par la suite.

La personne peut être sensible :

- à la desquamation (pellicule) de la peau de ces animaux, peu importe la race (allergène le plus important);
- à la salive de ces animaux, peu importe la race;
- à l'urine de ces animaux, peu importe la race;
- à la sueur de ces animaux, peu importe la race.

Que les poils de votre animal soient longs, courts, frisés ou raides, ils demeurent malheureusement une source d'allergie. En effet, ils transportent l'allergène principal : les pellicules de l'animal.

Un bref contact avec l'animal peut être suffisant pour déclencher une réaction allergique immédiate alors qu'un contact prolongé entretiendra les symptômes parfois plus subtils d'allergie.

Voici quelques recommandations pouvant prévenir ou diminuer les symptômes d'allergie aux animaux.

Se départir de l'animal est la meilleure solution. Donnez l'animal à un proche et prenez le temps de trouver une bonne famille d'adoption. Lorsque vous vous départirez de votre animal, il faudra compter parfois plusieurs mois pour que votre enfant se sente mieux. En effet, des particules allergènes provenant de l'animal demeurent dans l'environnement (divans, tapis, rideaux,...) pendant plusieurs mois après qu'il ait quitté la maison.

- Faites un grand ménage de la maison.
- N'adoptez pas un autre animal lorsque l'état de santé de votre enfant s'améliore, que ce soit l'animal auquel votre enfant est allergique ou un animal d'un autre type.
- Si le contact avec l'animal est inévitable lors des visites chez des parents ou amis, certaines précautions sont à prendre :
 - Restez à l'extérieur de la maison le plus possible;
 - Apprenez à votre enfant à ne pas flatter les animaux. Si l'enfant touche à l'animal, il doit se laver les mains. Évitez les câlins avec l'animal;
 - Demandez à l'enfant d'éviter les endroits préférés de l'animal;
 - Ne couchez pas dans la maison où habite un animal auquel votre enfant est allergique.