



# Guide d'enseignement

**Immunologie-allergie**

**Désensibilisation alimentaire**

## Allergie Alimentaire

Vous ou votre enfant présentez des symptômes d'allergie alimentaire. Lors de votre première visite à la clinique d'immunologie et allergie du CHUL, l'allergologue fera une évaluation de votre histoire et possiblement différents tests cutanés d'allergie et dosages IgE spécifiques (prise de sang) pour évaluer votre risque allergique. À cette première visite, les possibilités de traitement vous seront expliquées et on vous aidera à prendre une décision éclairée. Le début du traitement se fait habituellement au rendez-vous suivant.

## Les différents tests d'allergies

La plupart du temps ces deux méthodes de tests d'allergie sont faites. Ce sont les résultats de l'ensemble de ces examens, avec l'histoire récoltée par le médecin, qui permettent de poser un diagnostic et déterminer le meilleur traitement.

### Test cutanés

- On dépose des gouttes d'un liquide qui contient un allergène sur la peau et on fait une égratignure superficielle avec la pointe d'une aiguille en passant au travers de la goutte. La réaction de la peau est ensuite évaluée.

### Test IgE spécifiques

- Recherche d'anticorps spécifiques faite par une prise de sang.

## Processus de désensibilisation

Dans les dernières années, des études sur le développement de traitements des allergies alimentaires ont permis de proposer une approche novatrice qui consiste à

consommer une faible quantité d'un allergène alimentaire de façon à introduire une tolérance immunologique chez l'utilisateur.

La progression périodique de la quantité d'allergène permet d'exposer graduellement l'utilisateur à des doses qui augmentent lentement, ce qui protège l'utilisateur d'une anaphylaxie (réaction allergique grave) et permet de réintroduire l'allergène dans l'alimentation de façon sécuritaire. L'allergène peut être ingéré sous forme de sirop ou dans une recette cuisinée à la maison. Les consignes qui s'appliquent à votre situation vous seront données à la clinique. Chez certaines populations pédiatriques, une guérison de l'allergie peut être parfois obtenue.

Ce traitement implique des interventions à la maison ainsi que des visites régulières à la clinique d'allergie du CHU de Québec-Université Laval. La durée totale du traitement est d'environ 1 an. Il est important de respecter les instructions qui vous seront fournies concernant les traitements donnés à la maison. En ce qui concerne les traitements d'immunothérapie, quelques consignes devront également être respectées. **Le traitement peut être arrêté par le personnel de la clinique d'immunothérapie orale en tout temps s'il est jugé non sécuritaire pour l'enfant ou si vous ne respectez pas les obligations prévues dans le présent document. Ce qui veut dire que la désensibilisation ne sera probablement pas atteinte.**

## Avant votre première visite

- Ne pas prendre d'antihistaminiques (à moins d'avis contraire d'un médecin).  
\*Voir le tableau des antihistaminiques à la fin du document.
- Apportez l'aliment selon la consigne du médecin si nécessaire.
- Apportez une collation pour faciliter la prise de l'aliment à débiter (comme une purée de fruits, un pudding, un yogourt, etc.) que l'utilisateur tolère déjà.
- Poursuivre la médication régulière.
- Prévoir une période qui varie entre 1h30 et 3h pour la visite.
- L'enfant doit être accompagné obligatoirement par un de ses deux parents.
- Si l'utilisateur fait de la fièvre, a des symptômes de rhume, toux ou vomissements, il faudra reporter le rendez-vous.

## Autres rendez-vous

- Les mêmes consignes qu'à la première visite s'appliquent.
- Une évaluation de l'état de l'utilisateur et de la tolérance au traitement sera faite.

- Les visites servent à l'augmentation des doses.
- **Ne pas donner la dose du jour elle sera donnée à la clinique**, donner la prémédication une heure avant le rendez-vous, s'il y en a une.
- Il est important d'aviser le personnel de vos observations ou toutes autres particularités (oubli de dose, symptôme, etc.).
- Utilisez l'agenda des symptômes, qui vous sera remis à votre visite à la clinique d'immunologie-allergie, pour prendre des notes à la maison et apportez-le à vos visites à la clinique.

## Traitement à la maison

L'utilisateur devra prendre chaque jour une dose d'allergène. Il est important de respecter les instructions qui vous seront données.

### Instructions pour la prise de doses quotidiennes :

- Prendre sa dose d'aliment tous les jours. Choisissez le moment qui convient le mieux à votre horaire.
- Ne pas augmenter les doses à la maison sans avoir été réévalué au préalable par le personnel de la clinique d'allergie.
- Prendre sa dose d'entretien avec un repas ou une collation riche en glucides (riz, pâtes, pain, céréales, gruau, etc.), tout en considérant les autres allergies alimentaires.
- Selon le cas, prendre ses médicaments (antihistaminiques, antiacides, etc.) avant la prise de la dose, tel que prescrit par le médecin.
- Demeurer éveillé dans l'heure qui suit la prise de la dose pour surveiller de possibles signes de réaction allergique.
- **Si une dose est oubliée deux jours de suite ou plus**, veuillez nous aviser le plus rapidement possible afin que l'on puisse vous fournir des instructions à cet effet. La prochaine dose pourrait être réduite ou donnée en clinique sous surveillance médicale selon nos disponibilités. Un seul oubli permet la poursuite des doses sans consultation. **Dans l'impossibilité de nous joindre, diminuer la dose de moitié jusqu'à l'avis médical.**

**Certains facteurs peuvent abaisser le seuil de réactivité, et donc augmenter le risque de réaction allergique, ils sont à surveiller :**

- Éviter l'exercice physique intense, les douches ou bains chauds, les saunas et l'exposition aux canicules l'été, 1 heure avant et 2 heures après la prise de la dose quotidienne.
- Éviter la prise d'alcool dans les heures entourant la prise de dose.
- L'usage des anti-inflammatoires n'est pas recommandé (ex : Ibuprofène, (Advil<sup>MD</sup>), Motrin<sup>MD</sup>, Voltaren<sup>MD</sup>, Naproxène<sup>MD</sup>, Aleve<sup>MD</sup>, etc.) L'acétaminophène (Tyléno<sup>MD</sup>) peut être utilisé sans danger. Demandez conseil à votre pharmacien.
- Certaines usagères sont plus à risque de réaction pendant leurs périodes menstruelles. Il faut nous en aviser si tel est le cas, afin d'ajuster le traitement en conséquence.

**En cas de maladie**

- Si l'usager présente une gastro-entérite avec vomissements : cesser la dose. Une fois **les vomissements terminés depuis 24 h, reprendre la dose en la diminuant de moitié.**
- Après 2 journées à demi-dose, retourner à la pleine dose.
- Si l'usager présente une infection avec de la fièvre (38,5°C ou plus) ou une atteinte de l'état général (fatigue importante, etc.), **diminuer la dose de moitié.** Retourner à la pleine dose 1 journée après la résolution des symptômes.
- Aucun changement de dose n'est requis pour un simple rhume sans fièvre.

**En cas de réaction à la dose**

- Des réactions légères (démangeaison buccale ou inconfort gastrique) peuvent se présenter de façon normale. Par contre, si ces dernières sont inconfortables, prendre un antihistaminique, **longue action** tel que Cétirizine, Claritin<sup>MD</sup> ou Rupall 30 minutes avant la dose (\*voir tableau des antihistaminiques à la fin du document). En cas de question, vous référer à la clinique, les coordonnées vous seront remises à la première visite.



**En cas de réaction allergique sévère** qui justifierait l'administration d'épinéphrine, **administrez l'auto-injecteur d'épinéphrine** (ex : Epipen<sup>MD</sup>) sans délai et **appelez le 911.**

**Ne pas cesser les doses** : donner une demi-dose avec un antihistaminique 30 minutes avant (ex : Cétirizine (Réactine<sup>MD</sup>), Loratadine (Claritin<sup>MD</sup>)), en attendant de rejoindre les membres de l'équipe d'allergie. Contacter ensuite la clinique pour avoir des instructions sur la gestion des prochaines doses.

Le traitement de désensibilisation se fait en collaboration avec vous. Les avantages, inconvénients, le taux de succès et les alternatives seront discutés avec vous en clinique. L'équipe d'immunologie et allergie est là pour répondre à vos questions. N'hésitez pas à les prendre en note.

## Les antihistaminiques

Les antihistaminiques à privilégier sont ceux à longue action. Si vous n'avez qu'un antihistaminique à courte action à la maison, prenez-le quand même. Consultez votre pharmacien pour plus d'information.

### Antihistaminiques de 2<sup>e</sup> génération (longue action)

| Noms génériques | Noms commerciaux       |
|-----------------|------------------------|
| Bilastine       | Blexten <sup>MD</sup>  |
| Cétirizine      | Réactine <sup>MD</sup> |
| Desloratadine   | Aerius <sup>MD</sup>   |
| Fexofénadine    | Allegra <sup>MD</sup>  |
| Loratadine      | Claritin <sup>MD</sup> |
| Rupatadine      | Rupall <sup>MD</sup>   |

**Si vous êtes dans l'impossibilité de vous présenter à votre rendez-vous, contacter :**

La centrale de rendez-vous d'immunologie et allergie au (418) 525-4444 poste 45169.

## Notes personnelles :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa parution, soit le 9 mars 2023. Toutefois, ces recommandations n'ont aucunement pour effet de remplacer le jugement d'un clinicien. Si vous avez des questions, nous vous invitons à communiquer avec votre professionnel de la santé. Si d'une façon ou d'une autre vous faisiez une mauvaise utilisation de l'information contenue dans ce document, le CHU de Québec ne pourra être tenu responsable des dommages de quelque nature que ce soit à cet égard.



### Droits d'auteur

Aucune reproduction complète ou partielle de ce document n'est permise sans l'autorisation écrite du CHU de Québec-Université Laval et autre(s) au besoin. © CHU de Québec, 2023. Toutefois, vous pouvez l'imprimer et l'utiliser pour un usage professionnel.