



Les allergies

Une allergie, c'est une réaction excessive du corps à une substance habituellement inoffensive, appelée allergène. Le pollen, la poussière, les piqûres d'insectes, les moisissures, les animaux ainsi que divers aliments comptent parmi les allergènes les plus courants. Certains aliments comme les noix, les arachides, les fruits de mer et le lait peuvent causer des réactions graves. N'importe quel aliment peut être un allergène pour certaines personnes.

Les allergènes pénètrent dans le corps en passant par le nez, les paupières, le passage bronchique, le système digestif et même la peau. Ces allergènes stimulent le corps pour qu'il produise des anticorps allergiques; ces anticorps couvrent certaines cellules de la tunique des voies respiratoires, de la peau et du tractus gastro-intestinal. Lorsqu'un des allergènes pénètre dans le corps à nouveau, la fusion de l'allergène et des anticorps allergiques pousse ces cellules à libérer des substances médiatrices chimiques. En général, il s'agit d'histamines qui provoquent des éternuements, de l'urticaire ou qui font en sorte que le nez du sujet coule, que ses yeux lui piquent et qu'il a une respiration sifflante.

Selon des études récentes, un élève sur cinq souffre d'allergies graves. En vieillissant, il arrive qu'ils se défassent de certaines sensibilités et que d'autres sortes d'allergies les remplacent. Les tendances allergiques sont généralement héréditaires et elles affligent la personne pendant toute sa vie.

Comment déceler les allergies

Les symptômes comprennent :

- un déglutissement excessif de la gorge et une toux chronique;
- une respiration sifflante, des éternuements, des reniflements et le nez coulant;
- des cercles noirs sous les yeux, les yeux démangent et sont enflés;

- des pertes auditives intermittentes;
- de fréquentes mais brèves absences de l'école;
- un comportement incohérent ou des périodes d'hyperactivité et d'irritabilité;
- un comportement perturbateur;
- une léthargie et une somnolence qui peuvent être attribuables à des réactions allergiques aux antihistaminiques ou à un manque de sommeil;
- une baisse occasionnelle de l'attention et un manque de concentration;
- des maux de tête;
- une faiblesse et une pâleur;
- un état d'apathie et un repliement sur lui-même, laissant les activités scolaires de côté;
- des difficultés d'apprentissage spécifiques, surtout en ce qui concerne les habiletés de lecture et d'écoute;
- des éruptions cutanées, des démangeaisons et de l'urticaire.

Comment reconnaître une réaction violente (l'anaphylaxie)

Les réactions allergiques violentes peuvent être fatales. Les symptômes peuvent apparaître immédiatement ou jusqu'à deux heures après que l'élève ait été en contact avec un allergène.

- Il a des rougeurs au visage et au cou, et les tissus de ses lèvres, de sa gorge, de sa langue, de ses mains et de ses pieds sont gonflés.
- Il a des démangeaisons et fait de l'urticaire.
- Il est faible et étourdi.
- Il a de la difficulté à respirer, il tousse et est essoufflé.
- Il a des nausées et il vomit.
- Il est incapable de dire une phrase complète sans perdre son souffle.
- Il s'évanouit.

Que faire en cas de réaction anaphylactique

À faire

- Donner l'adrénaline (EpiPen ou Ana-Kit).
- Appeler une ambulance et avertir les parents.
- Permettre à l'élève de se reposer en position assise.
- Rester calme et aider l'élève à se détendre.

À ne pas faire

- Laisser l'élève seul.
- Permettre à l'élève d'aller seul à la maison.

Que faire en cas de piqûre d'insecte

À faire

Avertir les parents — appeler une ambulance si l'élève a de la difficulté à respirer, s'il a des faiblesses, s'il est blême et si d'autres parties de son corps sont enflées ou s'il éprouve des démangeaisons partout.

Permettre à l'élève de se coucher en position ventrale — par contre s'il a de la difficulté à respirer, l'élève devrait être assis.

Du bout du doigt, donner un petit coup sur le dard.

Mettre des glaçons sur la piqûre.

À ne pas faire

Appuyer sur le dard pour faire sortir le reste du venin.

La gestion de la classe

- Dès le début de l'année, organiser une rencontre avec les parents et l'élève pour déterminer les besoins particuliers de l'élève et informer tout le personnel concerné de l'école de la situation de l'élève. Planifier un programme afin d'éviter tout contact avec les allergènes.
- Demander aux parents de fournir un antihistamine ou l'adrénaline (EpiPen ou Ana-Kit) pour l'avoir sous la main. Vous familiariser avec les traitements que l'élève doit suivre, par exemple, un bronchodilatateur (EpiPen ou

Ana-Kit). Si l'élève doit prendre ses médicaments de façon journalière ou même saisonnière, lui rappeler de bien suivre sa prescription.

- Bien connaître les substances auxquelles l'élève est allergique. Ces allergènes peuvent comprendre : *certaines odeurs*, comme celles émanant de produits chimiques, de la fumée, des produits de beauté et des parfums; les piscines très chlorées; la poussière, la poussière de la craie; l'air froid; la peinture et les marqueurs magiques; l'argile et la pâte à modeler; les animaux; le poil d'animaux provenant des vêtements d'autres élèves; les plantes; les piqûres d'insectes; *certaines aliments*, dont les noix, les fruits de mer et les produits laitiers; *certaines médicaments*, comme les antibiotiques; les agents de conservation et les colorants alimentaires. Bien comprendre les dangers inhérents aux allergies et savoir à quoi vous attendre pendant une réaction allergique.
- Encourager l'élève à participer aux activités scolaires régulières, ou permettre l'exemption si cela est dans le meilleur intérêt de l'élève. Faire le nécessaire pour qu'il puisse prendre part aux activités extérieures ou suivre les cours d'arts plastiques, de chimie ou d'ébénisterie, où des facteurs environnementaux ou du matériel peuvent provoquer des réactions. Faire asseoir l'élève dans un endroit bien aéré.
- Garder les animaux à fourrure et à plumes hors de la classe afin que l'élève allergique évite tout contact avec ces animaux.
- Expliquer aux élèves de la classe ce que sont les allergies et suggérer des façons de montrer du soutien et de l'encouragement.
- Dire à l'élève de ne pas échanger sa nourriture avec les autres élèves.

Remarque : Dans ce dépliant, le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

Direction de l'éducation française - 1997

Ressources

Voici quelques suggestions pour vous aider dans votre quête d'information sur le sujet :

- L'Association pulmonaire du Québec
4837, rue Boyer, bureau 100
Montréal, QC H2J 3E6
Tél. : 1-800-295-8111 ou (514) 596-0805
Télé. : (514) 596-1183
(services et documents en français)
- Association d'information sur les allergies et l'asthme
172 Andover Road
Beaconsfield, QC H9W 2Z8
Tél. : (514) 694-0679
Télé. : (514) 694-0679
(services et documents bilingues)
- Alberta Asthma Centre
11402, avenue University
Edmonton, AB T6E 6K2
Tél. : (403) 492-9564
Télé. : (403) 492-0362 ou 1-800-661-LUNG
(services et documents en anglais seulement)
- Votre centre local de santé publique (Health Unit) et votre médecin.

Pour d'autres ressources, consulter le dépliant anglais, *Awareness Series, Allergies*, Special Education Branch, Alberta Education.

Pour tout renseignement complémentaire, prendre contact avec la Direction de l'éducation française,
Tél. : 427-2940, Télé. : 422-1947
Adresse électronique : DEF@edc.gov.ab.ca
(À l'extérieur d'Edmonton, composer le 310-0000 pour être relié sans frais.)



Renseignons-nous
sur

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

Série Sensibilisation

les Allergies

Direction de
l'éducation
française

Language
Services
Branch