

Terrible maladie

"Je suis allergique à mon mari"

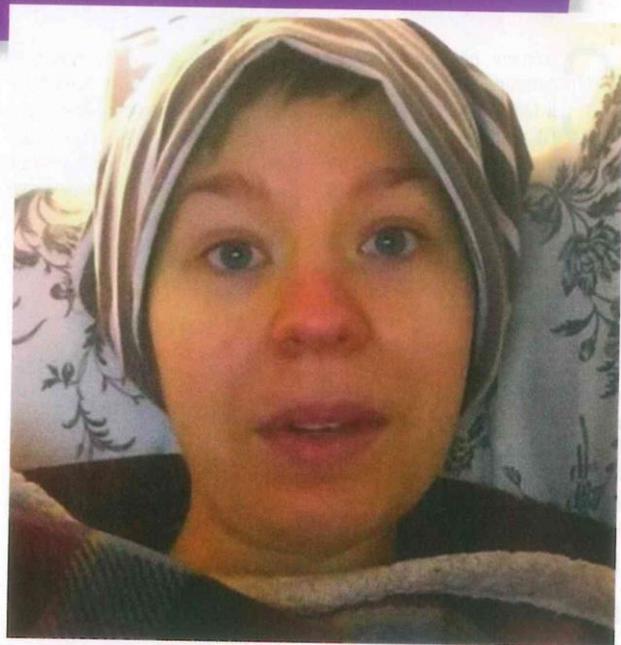
Depuis de longues années, Johanna souffre d'une maladie du système immunitaire qui lui provoque de nombreuses réactions allergiques. Mais depuis l'année dernière, ses symptômes ont empiré, à tel point qu'elle ne peut plus être dans la même pièce que son mari sans être malade...

Je suis atteinte du syndrome d'activation mastocytaire : il s'agit d'une maladie du système immunitaire, très rare, qui me rend allergique à un nombre impensable de choses... Au fil du temps, je me suis habituée à mes problèmes de santé. Ce n'était pas invivable, jusqu'à l'année dernière... Mes symptômes ont empiré. J'ai toujours su que c'était une possibilité, mais je n'avais jamais imaginé vivre un jour ce que je vis aujourd'hui. Il y a encore peu de temps, je pouvais sortir de chez moi, aller faire une randonnée, passer une soirée avec mes amis... Et puis, presque du jour au lendemain, je suis devenue allergique à tout ce qui m'entoure. J'ai plus d'une centaine d'allergies différentes, toutes très sérieuses, et qui peuvent toutes me provoquer des réactions mortelles. Le simple fait que quelqu'un coupe

un oignon trois étages en dessous de moi peut me rendre malade. Vous pensez sans doute que j'exagère, mais non : c'est le calvaire que je vis

"J'ai plus d'une centaine d'allergies différentes, toutes très sérieuses, et qui peuvent toutes me provoquer des réactions mortelles."

au quotidien. C'est arrivé à un point tel que je ne peux plus être dans la même pièce que mon mari sans avoir une réaction : je suis devenue allergique à mon propre mari.

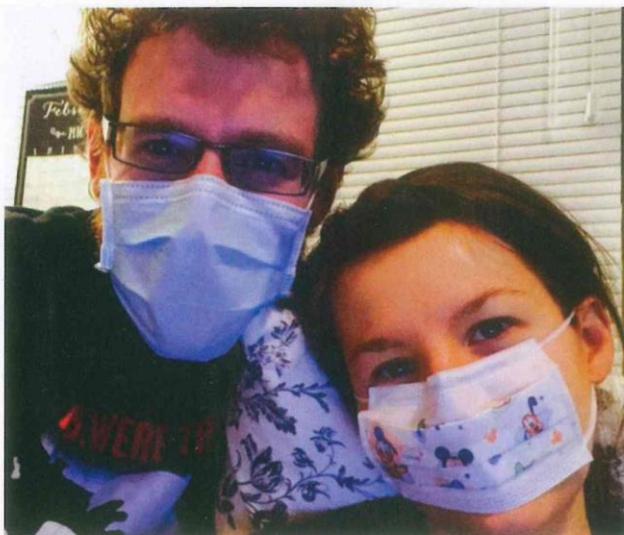


Je ne sors de chez moi que pour aller à l'hôpital. Tous les jours, je tousse, j'ai des nausées, des crampes, des frissons... Et bien sûr, le moindre changement dans mon quotidien peut empirer les choses : le stress, la fatigue, et même la température ! Tous les soirs, mon mari, qui est enseignant, rentre à la maison et s'occupe de moi... à distance. Il me prépare à manger, l'un des deux seuls plats que je puisse encore manger : du bœuf ou de l'agneau. Malgré mes problèmes, j'ai beaucoup de chance de l'avoir : il est formidable. Il a changé toute sa vie du jour au lendemain et il s'occupe de moi sans jamais se plaindre. Il attend patiemment avec moi que mes médecins trouvent un remède, s'il existe... Je ne peux ni l'embrasser, ni même lui tenir la main, et c'est très dur. Le soir, je regarde la télévision dans une pièce à part : mon mari regarde la même chose que moi et

nous nous envoyons des messages pour garder un peu de complicité. C'est très difficile, mais grâce à mes proches, je survis. Ma famille et mon

"Il attend patiemment avec moi que mes médecins trouvent un remède, s'il existe..."

mari sont les seules personnes que je vois régulièrement. Il a même lancé une campagne sur *GoFundMe* pour rénover notre maison et la rendre plus saine pour moi, et il a réussi à récolter plus de 100 000 livres ! J'espère pouvoir un jour retrouver une vie normale auprès de lui. **Johanna, 29 ans**



1/ Avez-vous très souvent :

- Des éternuements
- Le nez bouché
- Le nez qui coule
- Les yeux qui démangent
- Une toux, un essoufflement, des crises d'asthme
- Des rhino-pharyngites, bronchites, otites à répétition

2/ Si oui, avec quelle intensité ?

- Peu importante
- Assez importante
- Importante
- Très gênante
- Insupportable

3/ A quelle fréquence ?

- A chaque printemps
- A l'automne
- Au milieu de l'hiver
- Toute l'année

4/ Dans quelles situations ?

- En présence d'animaux
- En présence de poussière
- En présence de pollens

5/ Depuis que vous vous sentez gêné, avez-vous noté une aggravation de vos symptômes (éternuements, nez bouché, écoulement nasal, yeux qui démangent, toux, essoufflement...)?

- Oui
- Non

6/ Avez-vous des membres de votre famille qui présentent des allergies ou de l'asthme ?

- Père
- Mère
- Frère, sœur
- Oncle
- Tante
- Grands-parents

Document à compléter avant votre consultation EPI (ADULTES)

A. QUESTIONNAIRE DE SANTE (ANAMNESE)

Intervention prévue :

à Gauche à Droite Pas de côté

1. Avez-vous déjà souffert d'important(s) problème(s) de santé ? OUI NON

Si oui, lesquels (dates) ?

2¹ Avez-vous déjà subi une Anesthésie ? OUI NON

Si oui, laquelle (date) ?

2² Avez-vous présenté des ennuis après une intervention sous anesthésie ? OUI NON

A défaut, êtes-vous facilement nauséux (se) ?

OUI NON

2³ Un membre de votre famille a-t-il présenté un problème au cours d'une anesthésie générale? OUI NON

Si oui, lequel ?

3¹ Avez-vous déjà subi une Chirurgie ? OUI NON

si oui, préciser :

opération(s) aux cliniques Saint Luc ?

OUI NON

3² Si oui, avez-vous présenté des complication(s) lors de ces opérations ? OUI NON

Lesquelles ?

3³ Avez-vous été opéré(e) récemment au niveau de l'œil ? OUI NON

3⁴ Avez vous déjà bénéficié d'une transfusion sanguine ? OUI NON

--- si OUI, durant une grossesse ? --- groupe sanguin & RAI si nécessaire !

OUI NON

4. Avez-vous été victime d'un Accident ? OUI NON

Si oui, lequel ?

En avez-vous des séquelles ?

OUI NON

5. Avez-vous présenté une Allergie ? si oui, veuillez préciser : OUI NON

- à un médicament ? lequel :

OUI NON

- au sparadrap ?

OUI NON

- au caoutchouc ou au latex ? OUI NON

- à un aliment ? OUI NON

- à un fruit (kiwi, banane, tomate, noix, avocat,) ?

OUI NON

- à un cosmétique ?

OUI NON

- à un produit utilisé par le dentiste ?

OUI NON

- à un produit utilisé au cours d'un examen médical ?

OUI NON

- autre allergie: OUI NON

6. Parmi vos Habitudes,

6¹ Fumez-vous du tabac ? OUI NON

Si oui, quoi et combien ?

6². Prenez-vous de la bière, du vin, de l'alcool régulièrement (> 2 verres/jour) ? OUI NON

Si oui, combien de verres en moyenne par jour ?

quels alcools ?

6³. Avez-vous consommé une substance stimulant le cerveau ? (amphétamines...) OUI NON

- 6⁴. Avez-vous déjà pris une drogue ? OUI NON
 si oui, quel type ?
- 6⁵. Etes-vous à risque d'une infection contagieuse (virus) OUI NON
 le virus de l'hépatite (B ou C) ? OUI NON
 le virus HIV (du SIDA) ? OUI NON
- 6⁶. Avez-vous fait un voyage récemment hors d'Europe (Afrique, Amérique latine, OUI NON
 Asie...) ?

7. Avez-vous déjà eu des problèmes de santé dans le passé ?

- au cœur ? OUI NON
 un souffle cardiaque dans votre enfance ? OUI NON
 une perte de connaissance sans prodrome (syncope cardiaque) ? OUI NON
 aux poumons (pneumonie) ? OUI NON
 aux bronches (asthme, bronchites multiples) ? OUI NON
 aux reins (blocage ou pierre) ? OUI NON
 au foie (jaunisse ou une hépatite) ? OUI NON
 à la vésicule (pierre ou infection) ? OUI NON
 au pancréas ? OUI NON
 à l'estomac (ulcère ou saignement) ? OUI NON
 aux intestins ? OUI NON
 à la thyroïde ? OUI NON
 aux système nerveux (central et périphérique) ? OUI NON
 aux yeux ? OUI NON

8. Avez-vous déjà présenté le(s) tableau(x) clinique(s) suivant(s) :

- une phlébite ou une thrombose aux jambes ? OUI NON
 une embolie pulmonaire ? OUI NON
 un saignement de nez menant à une consultation d'un médecin ? OUI NON
 une diminution de la coagulation du sang (hémophilie? déficit F. Von Willebrand ?) OUI NON
 des convulsions ou une crise d'épilepsie ? OUI NON
 une paralysie ? OUI NON
 des crises de porphyrie ? OUI NON
 autres : OUI NON

9. Présentez-vous une de ces maladies actuellement ?

- diabète ? OUI NON
 anémie ? OUI NON
 hypertension artérielle (trop de tension) ? OUI NON
 hypotension artérielle (trop peu de tension) ? OUI NON
 angine de poitrine (douleur cardiaque) ? OUI NON
 décompensation cardiaque (cœur fatigué) ? OUI NON
 glaucome (pression des les yeux) ? OUI NON
 asthme ? OUI NON
 rhume des foins ? OUI NON
 eczéma ? OUI NON
 une myopathie (maladie des muscles) ? OUI NON
 une myasthénie (faiblesse sévère des muscles) ? OUI NON
 autre : OUI NON

10. Présentez-vous actuellement les symptômes suivants ?

Au niveau du sang :

- Faites-vous facilement des « bleus » (**hématomes**) sans cause apparente ? OUI NON
- Avez-vous des **saignements** anormalement importants (règles, gencives...) ? OUI NON

Au niveau digestif :

- Avez-vous régulièrement du **brûlant** ? OUI NON
- Un **reflux** acide **même** à jeun ? OUI NON

Au niveau respiratoire :

- Un **essoufflement** en montant deux étages à pied ? OUI NON
- Une sensation d'étouffer lorsque vous êtes couché à plat sur le dos ?
- Une toux fréquente ?
- Un **ronflement** important durant la nuit ? OUI NON

Au niveau cardiaque :

- Une gêne ou **douleur dans la poitrine**, le bras ou la mâchoire lors d'un effort ? OUI NON
- Des palpitations lors d'un effort ? OUI NON
- Des palpitations sans faire d'effort ? OUI NON

Au niveau des jambes

- Un gonflement des pieds le soir ?
- A la marche, des crampes dans les mollets ? OUI NON

Au niveau urinaire

- Avez-vous des brûlures en urinant ? OUI NON
- Devez-vous uriner souvent pendant la nuit ? OUI NON

Au niveau neurologique

- Souffrez-vous de vertiges ?
- Souffrez-vous d'importants maux de tête ? OUI NON

Au niveau ostéoarticulaire

- Arthrose colonne (lombaire ou cervicale) OUI NON

11. Portez-vous des :

- des verres de contact ? OUI NON
- un appareil auditif ?
- une prothèse dentaire OUI NON
- un bridge, des dents à pivot ? OUI NON
- OUI NON

12. Médications ayant une implication directe pour l'anesthésie ou la chirurgie :

- Vous arrive-t-il de prendre de l'**aspirine** ? OUI NON
Si OUI, ce médicament DOIT être arrêté 7 jours avant votre intervention
- Vous arrive-t-il de prendre des **médicaments pour maigrir** ? OUI NON
Si OUI, ce médicament DOIT être arrêté 7 jours avant votre intervention
- Prenez-vous un **anti-coagulant** (sintrom, marcoumar) ou **ticlid** ou **plavix** ?
Si oui, l'arrêt de ce médicament doit être discuté avec le médecin
- Prenez-vous un laxatif (constipation) ? OUI NON
- Prenez-vous un diurétique (hypertension, rétention d'eau) ?
- Prenez-vous des médicaments pour le diabète (glucophage, metformine)?
- Prenez-vous des médicaments « pour les nerfs » ?
- Prenez-vous des médicaments pour dormir ? OUI NON
- Y a-t-il des médicaments que vous ne supportez pas ? OUI NON
Si oui, lesquels : OUI NON
- OUI NON
- OUI NON
- OUI NON
- OUI NON

13. Si vous êtes une femme :

- Avez-vous eu des enfants ? OUI NON
- Y a-t-il eu des incidents lors d'accouchements ?
- Est-il possible que vous soyez enceinte ? OUI NON
- Prenez-vous une pilule contraceptive ? OUI NON
- OUI NON

B. EFFORTS PHYSIQUES : Quels sont les efforts physiques les plus importants que vous réalisez ?

.....
.....

Vous donnent-ils un essoufflement ? NON OUI : préciser

C. LISTE DES INFORMATIONS PRINCIPALES (RESUME DES DONNES **PAR INFIRMIERE**)

D. LISTE DES MEDICAMENTS EN COURS

E. QUESTIONS DU PATIENT NON OUI : préciser

E. ELEMENTS PSYCHOSOCIAUX A PRENDRE EN CONSIDERATION :

N'OUBLIEZ PAS DE VOUS MUNIR DE CE QUESTIONNAIRE AINSI QUE DES RAPPORTS MEDICAUX OU RESULTATS D'EXAMENS RECENTS DONT VOUS DISPOSERIEZ !

MERCI !

situations/Jeux de rôles - Thème maladie/santé

Situation 1a : Votre ami, Pierre Jacquefort, est malade. Vous allez à l'hôpital. Au bureau d'accueil, vous demandez des renseignements sur l'état de votre ami.

Vous demandez si c'est grave.

Vous demandez si c'est contagieux et dans combien de temps il/elle sera guéri.

Vous demandez si il n'est pas trop fatigué pour recevoir votre visite.

Situation 1b : Vous travaillez au bureau d'accueil de l'hôpital. Un homme/une femme vous demande des informations sur son ami.

Le patient Pierre Jacquefort n'est pas trop malade. Il a fait une allergie au paprika !

L'allergie n'est pas une maladie contagieuse, mais il faut se soigner quelques jours.

Il est fatigué car il a beaucoup souffert mais il est possible de lui rendre visite.

Situation 2a: Vous êtes Pierre Jacquefort. Vous êtes à l'hôpital car vous avez fait une grosse allergie au paprika. Vous vous reposez dans une chambre. Un ami vient vous rendre visite.

Il ne faut pas s'inquiéter ce n'est pas trop grave.

Vous avez mangé du paprika et après vous avez toussé puis vomi.

Maintenant ça va ! Il faut se reposer un peu.

Situation 2b: Vous arrivez dans la chambre de votre ami Pierre Jacquefort. Vous lui demandez des renseignements sur sa santé.

Vous lui demandez pourquoi il est à l'hôpital.

Mais personne n'est allergique au paprika.....en Hongrie !!

Vous lui demandez si il prend des médicaments.

Situation 3a: Vous revenez chez vous après avoir vu votre ami Pierre Jacquefort. Vous racontez à un autre ami, Luc/Lucie, comment va Pierre.

Il a une allergie car il a mangé du paprika.

Il a beaucoup toussé et il a vomi..

Il doit se reposer plusieurs jours car il est très fatigué.

Situation 3b : Vous rencontrez un ami qui a vu Pierre Jacquefort à l'hôpital. Vous demandez des renseignements sur l'état de santé de Pierre.

Alors, pourquoi Pierre est à l'hôpital?

Une indigestion à cause du paprika pourquoi pas, mais une allergie c'est bizarre.

Vous demandez si Pierre prend des médicaments.

Situation 4a : Vous ne vous sentez pas bien ce matin en vous levant. Vous n'avez pas envie d'aller à l'école. Vous essayez de convaincre votre mère que vous êtes vraiment malade.

Vous avez pris votre température, vous avez 38°9.
Vous avez des frissons et votre nez coule.
Vous ne pouvez pas réfléchir car vous avez mal à la tête.

Situation 4b : Votre enfant vous dit qu'il/elle est malade. Il/elle ne veut pas aller à l'école. Vous essayez de savoir si il est vraiment malade.

Vous demandez si il a pris sa température.
Il faut boire un grand verre de jus d'orange et prendre une douche ça ira mieux après!
Il/elle n'a pas beaucoup de cours, c'est dommage de ne pas y aller.

Situation 5a : Votre voisin/voisine est un-e vrai-e malade imaginaire. Elle se plaint tous les jours. Mais vous ne prenez pas la chose au sérieux.

Vous n'êtes pas trop malade. Il faut juste rester chez vous pour vous reposer.
Vous n'avez jamais la même maladie. Aujourd'hui c'est une chose, hier une autre.
Vous pouvez aller au bord de mer pour vous reposer....longtemps.

Situation 5b : Vous êtes très malade. Vous aimez en parler avec votre voisin/voisine. Vous parlez avec lui tout les jours.

Aujourd'hui vous avez 37°5 de fièvre et vous vous sentez mal.
Vous avez peur d'avoir un rhume, la grippe ou peut être la tuberculose car vous toussiez aussi.
Vous avez pris plein de médicaments mais vous pensez qu'ils ne sont pas utiles.

Situation 6a : Vous êtes malade. Vous allez chez le docteur. Il vous examine.

Depuis quelques jours vous avez mal à la gorge.
Vous toussiez beaucoup, surtout le soir mais vous n'avez pas beaucoup de fièvre.
Vous avez pris des comprimés de vitamine C.

Situation 6b : Vous êtes docteur. Un patient parle avec vous.

Vous lui demandez qu'est-ce qu'il lui arrive.
Vous pensez que c'est une angine.
Vous lui prescrivez des médicaments. Il faut en prendre 2 à chaque repas.

Marine va chez le médecin pour savoir ce qui lui arrive :

- Bonjour Docteur, en ce moment je me sens pas très bien, savez-vous ce que j'ai ?
- Hum....oui, vous êtes allergique au bouleau !
- Ah ?! Hé bien il faut que j'arrête de travailler !
- Mais non Madame ! Je parlais de l'arbre !

L'allergie aux pollens

1 D'où vient le pollen ?

Le pollen est une poudre formée de petits grains qui viennent des fleurs, des arbres et des plantes. Il vole dans l'air. Les pollens auxquels les gens sont allergiques sont souvent ceux des arbres, comme les bouleaux et les cyprès, et ceux des **graminées**. Ce sont des pollens très fins, invisibles. Ils entrent dans les **voies respiratoires**.

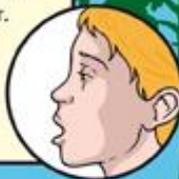
3 Comment se protéger ?

C'est difficile, car le pollen est partout dans l'air. Il y a tout de même quelques astuces. Ne pas se rouler dans l'herbe quand on sait qu'on est allergique. Mettre des lunettes de soleil quand on fait du vélo pour ne pas recevoir de pollen dans les yeux. Ne pas rouler en voiture les fenêtres grandes ouvertes.



2 Que provoque l'allergie ?

L'allergie aux pollens fait gonfler les yeux. Elle provoque des **conjonctivites**, surtout chez les enfants. Elle fait éternuer. On a le nez qui coule, la gorge qui gratte. L'allergie aux pollens peut aussi provoquer des crises d'**asthme**.



4 Comment se soigner ?

Il faut faire des tests pour savoir exactement à quelle sorte de pollen on est allergique. Puis on prend des médicaments contre les allergies. Dans certains cas, on peut aussi faire une **désensibilisation**. C'est-à-dire être soigné pendant plusieurs années pour faire passer l'allergie.



Dico

Le traitement

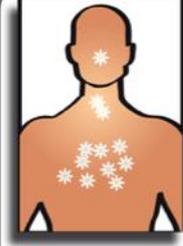
Il faut 2 min à l'allergène lorsqu'il est placé sous la langue pour obtenir un Pass provisoire



L'allergène rencontre à nouveau les gorges, mais avec son Pass, il n'est plus considéré comme ennemi. Du coup, les gorges arrêtent d'envoyer leurs troupes d'intervention, et envoient à la place des messages de paix (les IgG).



Ensemble, ils vont ensuite calmer les bases d'intervention.



La désensibilisation est le seul traitement qui traite la cause de l'allergie.

Pourquoi au moins 3 ans...



Même si les symptômes disparaissent dès les premiers mois, il faut au moins 3 ans de traitement pour que ton système immunitaire (les défenses de ton corps) considère l'allergène responsable de ton allergie comme étant inoffensif.



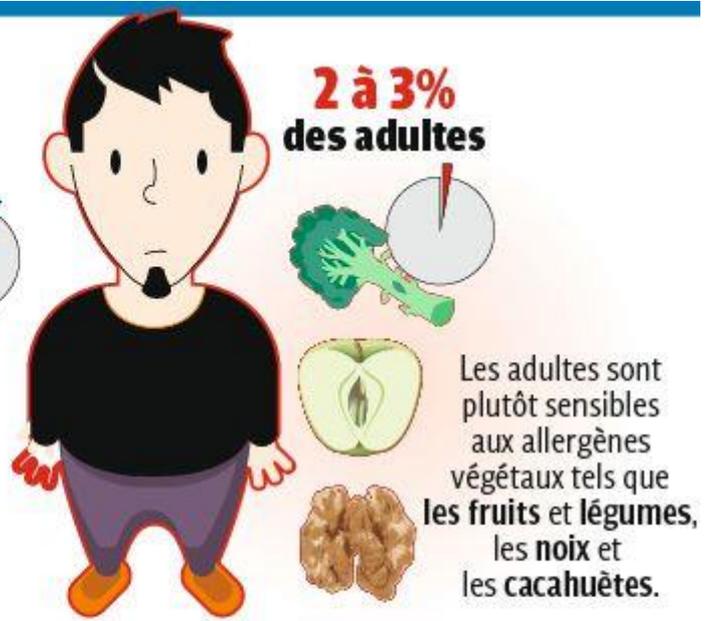
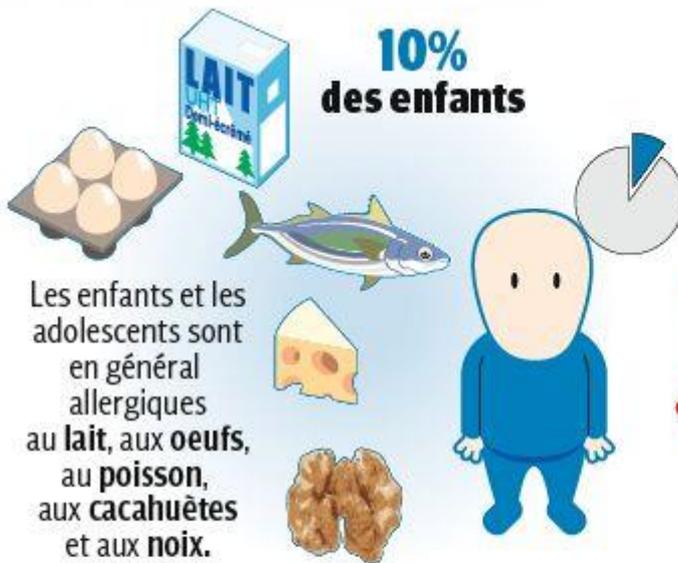
Les défenses de ton corps et les allergènes s'entendent désormais bien.



Elle permet d'avoir moins de symptômes et moins de médicaments symptomatiques à prendre.

Au bout de trois ans, l'effet de ton traitement te permet de bénéficier encore durant des années des avantages de la désensibilisation sur tes symptômes.

Le secret c'est de bien prendre ton traitement de désensibilisation régulièrement comme demandé par ton médecin.



7 fois
Le nombre de visites aux urgences suite à un choc anaphylactique a été multiplié par 7 en 10 ans.

Source : Test Santé août-septembre 2013

infographie DH

L'allergie en chiffres



- 5 % de personnes allergiques dans les pays industrialisés dans les années 70
- 33 % d'habitants des pays développés concernés en 2014 par les allergies, soit 1 sur 4
- 50 % estimation du nombre de personnes allergiques dans le monde en 2050
- 40 % de français présentant toutes les possibilités de développement d'allergies
- 15 à 20 % de la population française présentant des réactions cutanées aux cosmétiques
- 40 % taux de multiplication en France depuis 10 ans des consultations en urgence suite à des allergies



PRINTEMPS: RETOUR DES ALLERGIES





" Je suis allergique aux noix, au lactose, au gluten et je suis vegan, as-tu quelque chose à manger pour moi ? "



Quiz : " Je suis allergique aux fruits "

1 Je suis le seul fruit rouge qui porte ses 200 graines sur sa peau. Je suis faible en calories. La garigette est une de mes variétés. Je suis :

- la framboise
- **la fraise**
- la groseille

La fraise car sa consommation entraîne une libération d'histamine dans l'organisme, ce qui peut provoquer des réactions allergiques comme l'urticaire.

2 Je suis un fruit à écale formé d'une coque brune et brillante contenant une graine. J'ai longtemps été la base de l'alimentation humaine. On appelait d'ailleurs l'arbre sur lequel je pousse " l'arbre à pain ". Je suis :

- le marron
- le gland
- **la châtaigne**

La châtaigne et pour limiter les risques d'allergie, elle ne doit pas non plus être donnée aux enfants de moins d'un an !

3 Je suis le fruit d'un arbre originaire du Mexique. On m'utilise notamment dans un plat populaire mexicain appelé " guacamole ". Je suis :

- le poivron
- **l'avocat**
- le maïs

L'avocat car les personnes qui sont allergiques au latex sont souvent aussi allergiques à l'avocat parce que les protéines du latex et celles de l'avocat sont similaires et déclenchent les mêmes réactions : démangeaisons, gonflement des lèvres, de la langue et de la luette, douleurs abdominales ou diarrhée.

Test : Parmi ces volatiles, " Dénichez-moi mon kiwi ".

Photo 1 = colibri : qu'on appelle aussi " oiseau mouche " car c'est le plus petit oiseau au monde. Il ne vit qu'en Amérique.

Photo 2 = kiwi : incapable de voler car ses ailes sont réduites à des moignons. Il a un long bec, un plumage brunâtre et n'a pas de queue. Il voit mal, mais son odorat est super développé.

Photo 3 = marabout : échassier qui vit en Afrique. A cause de son physique ingrat, il n'attire pas l'admiration. Il a un bec impressionnant, un corps énorme, il est chauve et n'a aucune grâce.