

Service ORL

LES ALLERGIES AUX ACARIENS

📍 Godinne



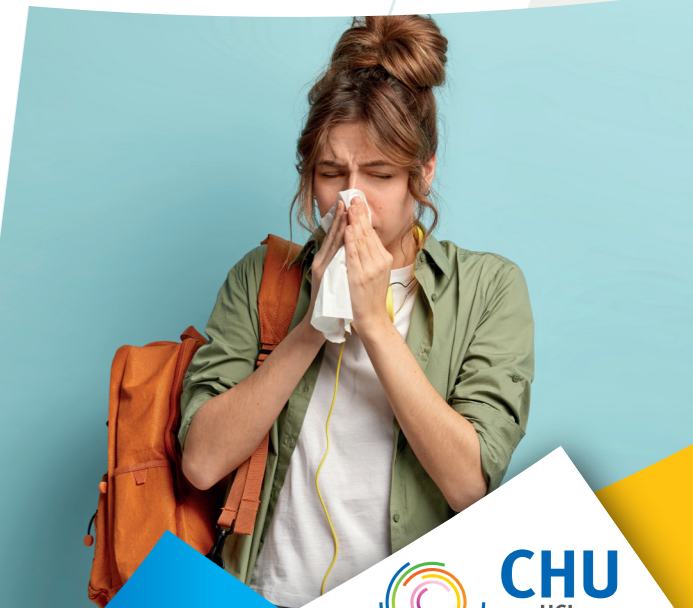
INFOS

Service ORL

Site de Godinne

Avenue Dr Gaston Thérasse, 1 - 5530 Yvoir

- ✦ Rendez-vous :
+32 81 42 37 01 / 37 02
+32 81 42 37 02
- ✦ Secrétariat :
+32 81 42 37 05
+32 81 42 37 06
+32 81 42 37 07
+32 81 42 37 08



LES TRAITEMENTS

Les traitements par sprays nasaux, collyres pour les yeux ou les comprimés anti-histaminiques permettent d'agir sur les symptômes mais ne suppriment pas la maladie en tant que telle. Ils agissent efficacement mais de manière provisoire.

Toutefois, les symptômes réapparaîtront rapidement une fois l'arrêt du traitement symptomatique.

La désensibilisation (immunothérapie allergénique) est une option de traitement qui permet d'agir sur la cause de la maladie allergique. Grâce à l'administration pendant une période

prolongée d'une quantité déterminée d'une substance à laquelle vous êtes allergique (l'allergène), votre système immunitaire s'habitue à cette substance.

Ce traitement dure trois à cinq ans au total. Cette période est nécessaire car le corps a besoin de temps pour créer une tolérance à la substance à laquelle vous êtes allergique.

Ce traitement vous permettra de présenter moins de troubles allergiques, voire plus du tout.



Les acariens sont des animaux microscopiques appartenant à la classe des arachnides (araignées).

Ils vivent et se reproduisent dans des milieux chauds et humides. On les retrouve dans la poussière des maisons, la literie, les meubles rembourrés, la moquette, les rideaux, les peluches...

L'allergie aux acariens est une allergie dite perannuelle : elle se manifeste tout au long de l'année. Cependant, il existe des périodes de l'année où les symptômes sont plus importants. Notamment au début de l'automne, nos environnements sont plus confinés : nous ouvrons moins nos fenêtres, nous mettons le chauffage en marche. De fait, la température et l'humidité ambiante augmentent. Tous ces éléments favorisent la prolifération des acariens.

L'allergie correspond à une réponse anormale du système immunitaire suite à un contact avec une substance étrangère, l'allergène. Les allergènes sont des substances inoffensives auxquelles le système immunitaire des personnes sensibilisées réagit comme si elles étaient néfastes, ce qui provoquera une réaction allergique. Les symptômes typiques de la rhinite allergique sont : un écoulement nasal clair, une obstruction nasale, des éternuements, des démangeaisons du nez et/ou du palais et une conjonctivite (larmolements, rougeurs et picotements des yeux). Il est également possible de développer de l'asthme allergique. Les symptômes évocateurs sont : des difficultés respiratoires avec une sensation d'oppression thoracique, une toux sèche, une respiration sifflante.

LES MESURES D'ÉVICTION

L'éviction consiste à prendre toutes les mesures pour lutter contre la présence des acariens et limiter le contact de la personne allergique avec eux.

Pour cela, il est préférable d'adapter les lieux de vie et de traiter les objets propices au développement des acariens.

Le but final de toutes ces mesures est de limiter leur prolifération.

C'est le premier pas vers une amélioration des symptômes d'allergie.

LIMITER LA PROLIFÉRATION DES ACARIENS

Réduire l'humidité intérieure (moins de 50%)

- Ventiler la maison
- Aérer les lits et la chambre le matin, surtout par temps froid et sec
- Utiliser des déshumidificateurs
- Ne pas faire sécher le linge dans les chambres

Maintenir des températures raisonnables (18 à 20°) surtout dans les chambres à coucher

Nettoyer les surfaces et les objets à risque tous les 2 mois

- Laver les rideaux, coussins... à 60°
- Préférer les revêtements lavables à l'eau (parquet, linoléum, carrelage)
- Éliminer la moquette et les tapis
- Préférer les fauteuils ayant un revêtement imperméable (matière plastifiée, cuir)
- Privilégier les peluches lavables en machine à 60° et synthétiques
- Placer les peluches quelques heures au congélateur de temps en temps

Changer et entretenir la literie toutes les semaines

- Laver les draps en machine à 60°
- Laver le sol à l'eau
- Changer les draps régulièrement
- Utiliser un aspirateur équipé d'un filtre arrêtant les fines particules (HEPA)
- Aérer pendant et après avoir passé l'aspirateur
- Éviter les coussins, couettes et couvre-lits en laine ou duvet naturel et préférer des modèles en coton ou synthétiques
- Laver les couettes tous les 3 mois
- Préférer les sommiers à lattes

Utiliser des housses anti-acariens

- Les housses doivent envelopper totalement le matelas et l'oreiller et être de qualité médicale
- Elles doivent être lavées 2 fois par an à 60°