

Soigner la rhinite allergique



La moitié des rhinites sont allergiques. Outre l'éviction et la prévention des allergènes, le traitement est en général symptomatique ou repose sur la désensibilisation.

Il faut intervenir dès les premiers symptômes pour les stopper rapidement parce qu'il existe un phénomène de *priming* qui signifie que, au tout début de l'exposition à l'allergène, il faut une grande quantité d'allergènes pour déclencher la rhinite allergique, mais une fois débutée, de petites quantités d'allergènes suffiront à l'entretenir et il sera difficile d'interrompre le processus.

Le traitement symptomatique

Le choix du traitement médicamenteux se fera en fonction de la gravité des symptômes, du rapport bénéfice / risque des médicaments et des préférences du patient, entre autres, la facilité d'administration. Le traitement proposé est principalement symptomatique:

- Le lavage des cavités nasales: ce lavage, à l'aide de sérum physiologique ou d'eau de mer, élimine les sécrétions et les allergènes.
- Les antihistaminiques locaux: ils ont l'avantage de la rapidité d'action et ne comportent que très peu d'effets indésirables.
- Les antihistaminiques oraux représentent le traitement oral de première intention: ils agissent sur les rhinorrhées, les éternuements, le prurit et l'écoulement lacrymal.
- Les vasoconstricteurs locaux et oraux: ils peuvent être administrés, pour une période brève, en cas d'obstruction nasale importante.
- Les corticoïdes par voie nasale: ils possèdent une activité anti-inflamma-

toire puissante, bloquent la réaction allergique et permettent une réduction de l'inflammation et de l'hyper-réactivité nasales.

La désensibilisation, le mal par le mal...

Lorsque la cause de l'allergie est bien définie et que les traitements médicamenteux ne sont pas efficaces, le médecin spécialiste pourra envisager un traitement de désensibilisation ou d'immunothérapie qui consiste à administrer des doses croissantes de la substance allergène.

Ce traitement s'administre soit:

- Par voie sous-cutanée: les injections d'allergènes doivent être effectuées par un médecin spécialisé.
- Par voie sublinguale: l'administration se fait chez soi, le matin à jeun, par le dépôt de gouttes directement sous la langue, à garder 2 minutes avant d'avaler.

En conclusion... quelques mesures de prévention...

- Le meilleur moyen de supprimer l'allergie est d'éviter le contact avec l'allergène... ce qui est difficilement réalisable dans le cas de la rhinite allergique saisonnière... quelques précautions donc...:
- Aérer les chambres le plus tôt possible dans la matinée.
 - Couper régulièrement la pelouse, le cas échéant, afin de ne pas laisser le temps aux herbes de fleurir... le bord de mer étant le lieu de villégiature à privilégier...
 - Ne pas laisser de linge sécher dehors.
 - Laver vos cheveux avant de vous coucher.

- Porter des lunettes de soleil; elles peuvent constituer un écran contre les allergènes.
- Rouler en voiture les fenêtres fermées.
- Vérifier le taux de pollens dans l'air sur www.airallergy.be.

N'hésitez jamais à demander conseil à votre Pharmacien! Il vous répondra dans la mesure de ses compétences ou vous demandera de consulter votre Médecin.



POUR VOTRE FACILITÉ D'ACCÈS ET / OU POUR UN STATIONNEMENT PLUS AISÉ, PROFITEZ, SI NÉCESSAIRE, DE NOTRE 2^E ENTRÉE RUE GODELET, FACE AUX PARKINGS CHAMPION ET BATTA.

La pharmacie est à votre écoute:

- **En semaine de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h30**
- **Le samedi de 8h30 à 17h30 sans interruption!**

La pharmacie est à votre disposition:

- **Rue Neuve, 33 à 4500 Huy**
- **www.pharmaci duchene colinet.be**