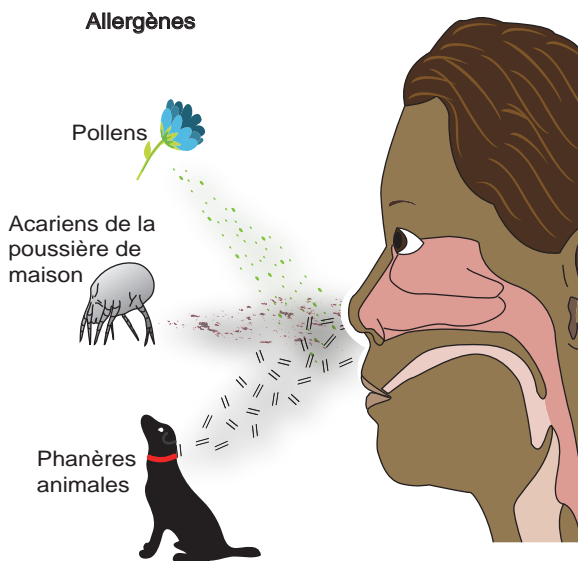




Rhinite allergique ou "rhume des foins"

Qu'est-ce que la rhinite allergique ?

La rhinite allergique est une maladie où la muqueuse du nez est gonflée et irritée. Elle est due à une allergie aux pollens, acariens de la poussière de maison ou parfois à des moisissures. Le terme grand public "rhume des foins" est parfois utilisé mais il est incorrect: les foins ne sont pas en cause. Environ 10-15% des enfants de 6-7 ans et 20-30% des adolescents et adultes jeunes ont une rhinite allergique. Les symptômes varient de très légers à sévères.



Quels sont les symptômes de la rhinite allergique ?

Classiquement :

- Rhinorrhée (écoulement nasal)
- Prurit
- Prurit nasal et oculaire
- Yeux rouges au printemps et en été (mais pas seulement)

Ces symptômes sont habituellement associés à une allergie aux pollens d'arbre (hiver et printemps), de graminées (printemps) et d'herbacées et plus rarement aux moisissures. Ces symptômes sont particulièrement fréquents chez les adultes jeunes.

Rhinite allergique persistante:

- Symptômes persistants de nez bouché (et parfois de rhinorrhée)
 - Habituellement avec toux et faiblesse générale
- Tous les allergènes peuvent être en cause et pas seulement les acariens.

Comment sont classés les symptômes de rhinite ?

Les symptômes de rhinite sont classés « intermittents » s'ils surviennent moins de quatre jours par semaine et moins de quatre semaines consécutives. Les symptômes qui surviennent plus longtemps sont classés « persistants ».

Quels sont les autres problèmes qui peuvent être induits par la rhinite allergique ?

Effets de la rhinite	Légère	Modérée/sévère
Troubles du sommeil	✗	✓
Difficulté à vaquer à ses occupations quotidiennes	✗	✓
Difficultés scolaires et au travail	✗	✓
Symptômes sévères qui altèrent la qualité de vie	✗	✓

Quels sont les relations entre la rhinite allergique et l'asthme ?

La rhinite allergique et l'asthme sont des affections allergiques très fréquentes et certains médecins pensent qu'ils représentent une même entité du nez aux bronches. Sans traitement, la rhinite allergique augmente la sévérité et les symptômes de l'asthme. Les patients présentant un asthme et une rhinite allergique ont un meilleur contrôle de l'asthme lorsque les deux affections sont traitées.

► Quels sont les signes de rhinite?



Chez l'enfant, les deux signes essentiels de rhinite sont : 1. Les yeux cernés et gonflés qui peuvent être vus chez la petite fille à gauche et où la paupière inférieure est plus foncée et 2. le « salut de l'allergique », vu ci-dessous, où le patient se frotte les narines qui grattent.

► Quand devez-vous demander un avis médical ?

La rhinite allergique peut être traitée efficacement. Consultez votre médecin si vos symptômes sont gênants, en particulier si vous avez des symptômes persistants et/ou modérés à sévères et si vous avez des symptômes d'asthme associés (toux, sifflements ou difficultés respiratoires).

► Comment peut-on traiter la rhinite ?

- Évitez les irritants comme la fumée de tabac.
- L'éviction des allergènes au domicile du patient n'est possible que pour l'allergie aux acariens de la poussière de maison et aux animaux. L'éviction des acariens est seulement efficace si elle est complète incluant une visite du domicile par un conseiller en environnement. L'utilisation isolée de couvertures anti-acariens n'est pas efficace. L'éviction d'un animal est indispensable dans le cas d'une allergie aux animaux, mais elle peut être difficile à proposer. Par ailleurs, il n'est pas possible d'éviter les allergènes en dehors de son domicile.

• Traitement médicamenteux:

- Symptômes légers ou intermittents : antihistaminiques en comprimés ou en sirop (les antihistaminiques non sédatifs sont recommandés (exemple : loratadine ou cetirizine). Ils sont efficaces en particulier pour la rhinorrhée et les éternuements, mais sont peu efficaces pour la congestion nasale.
 - Symptômes modérés à sévères ou persistants : corticoïdes par voie intranasale (exemple : budésonide, mométasone, fluticasone). Ces médicaments sont plus efficaces que les antihistaminiques et doivent être pris régulièrement pour être plus efficaces.
 - Montelukast en comprimé peut être utilisé comme traitement additionnel en cas de symptômes sévères.
 - Les autres médicaments sont inefficaces (incluant le cromoglycate).
- Si ce traitement n'est pas suffisamment efficace, demandez une consultation chez un spécialiste (allergologue, ORL) ou un pédiatre. Dans les cas sévères, l'immunothérapie spécifique (avec des allergènes) peut être utilisée. Elle est efficace dans la plupart des cas. Lorsqu'elle est indiquée, l'immunothérapie spécifique est efficace, mais un faible nombre de patients peuvent en bénéficier.

► Liens utiles

European Lung Foundation (ELF) -
www.european-lung-foundation.org

European Federation of Allergy and Airway Diseases
Patients Association (EFA) - www.efanet.org



Cette fiche a été traduite par un membre français de GA2LEN (Global Allergy and Asthma European Network), Réseau d'Excellence de l'Union Européenne.



Cette fiche a été réalisée avec l'aide du Professeur Paul Brand, spécialiste en allergologie pédiatrique, membre de l'ERS, European Respiratory Society.

L'article suivant a été utilisé pour réaliser cette fiche:
de Groot et al. Allergic rhinoconjunctivitis in children. British Medical Journal 2007; volume 335: pages 985-988.