

INSECTES

Conseils et informations
pour les personnes allergiques



Plus d'informations sur:
insektengift-allergie.ch

INITIATIVE
ALLERGIE AU
VENIN D'INSECTES





SOMMAIRE

- 04 Ce qu'il faut savoir sur les insectes
- 04 Principales origines des allergies au venin d'insectes
- 07 Calendrier des vols d'insectes
- 08 Comment survient une allergie au venin d'insectes?
- 10 Réactions allergiques au venin d'insectes
- 12 Diagnostic d'une allergie au venin d'insectes
- 13 Conseils pratiques et informations pour les personnes allergiques
- 14 Mesures importantes pour les personnes allergiques au venin d'insectes
- 15 Généralités sur l'immunothérapie allergénique
- 16 Déroulement de l'immunothérapie allergénique
- 18 Autotest de l'allergie au venin d'insectes



CHER/CHÈRE PATIENT.E ALLERGIQUE

Certains insectes qui piquent peuvent causer chez les humains des réactions allergiques à leur venin. En Suisse, les abeilles, les guêpes, les bourdons et les frelons en font partie. En raison de leur nombre important et de leur proximité avec l'homme, les abeilles et les guêpes sont particulièrement dangereuses. Lorsque les températures augmentent, elles volent en très grand nombre.

La première piqûre peut rendre si sensible que la seconde peut déjà induire le très redouté **«choc anaphylactique» (réaction allergique avec choc circulatoire)**, qui, dans le pire des cas, peut s'avérer fatal. Les médias rapportent fréquemment de tels incidents dramatiques causés par des réactions allergiques aux piqûres d'insectes.

Une immunothérapie initiée à temps peut protéger contre les réactions allergiques ultérieures et améliorer ainsi la qualité de vie. **C'est pourquoi il est important de traiter les allergies immédiatement après la piqûre.**

Cette brochure se donne pour objectif de vous informer sur les mécanismes de la réaction allergique, les causes de l'allergie, le diagnostic et les options de traitement de l'allergie au venin d'insectes.

INITIATIVE
ALLERGIE AU
VENIN D'INSECTES



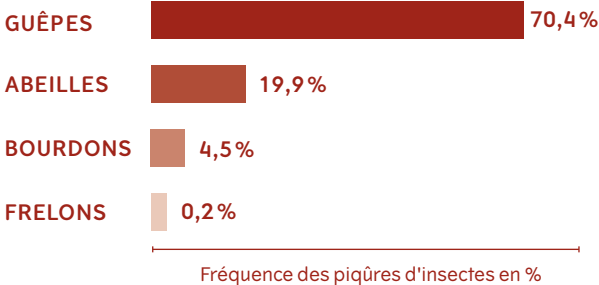
CE QU'IL FAUT SAVOIR SUR LES INSECTES

Certaines composantes du venin d'insectes peuvent causer des réactions graves et potentiellement mortelles chez les personnes allergiques.

Chaque année en Suisse, 3 à 4 personnes* décèdent et des centaines de patient.e.s sont admis.e.s aux urgences à la suite d'une piqûre.

Des études actuelles menées en Allemagne, en Autriche et en Suisse confirment que le venin d'insectes est la principale cause de réactions allergiques graves chez les adultes. Chez les enfants, elle arrive en deuxième place après les allergies alimentaires.

PRINCIPALES ORIGINES DES ALLERGIES AU VENIN D'INSECTES



*Source: <https://www.usz.ch/krankheit/insektengiftallergie>, situation d'avril 2023





GUÊPE ●●●

Taille: env. 1,5 cm de long

Aspect: rayures noires et jaunes

Particularités: taille de guêpe très marquée

Comportement: plutôt agressive



ABEILLE ●●

Taille: env. 1,5 cm de long

Aspect: abdomen brun avec des rayures peu marquées

Particularités: poilue

Comportement: pacifique, peu agressive



BOURDON ●

Taille: env. 2 cm de long

Aspect: rayures marron ou noires et blanches

Particularité: plus poilu que l'abeille

Comportement: très pacifique



FRELON ●

Taille: env. 3 cm de long

Aspect: rayures noires et jaunes très visibles

Particularités: se distingue de la guêpe par sa taille

Comportement: peu agressif

Incidence des allergènes:

●●● Très élevée

●● Élevée

● Moyenne

LES GUÊPES sont des insectes pilleurs et leur comportement est donc plus agressif que celui des abeilles. C'est pourquoi elles **représentent la principale origine des allergies au venin d'insecte**. Elles se nourrissent surtout d'autres insectes et de matières sucrées (ex: fruits très mûrs), en automne également de viande, de charcuterie et d'aliments sucrés. Les guêpes sont particulièrement nombreuses en été et en automne, ensuite la colonie dépérit. Seule la reine survit pendant l'hiver. Le dard de la guêpe ne reste que rarement fiché dans la peau après une piqûre.

LES ABEILLES sont des insectes pacifiques et peu agressifs (sauf dans la ruche). Elles se nourrissent surtout de nectar et de pollen. Les piqûres surviennent souvent lorsque l'on marche pieds nus dans une prairie. Les colonies d'abeilles survivent pendant l'hiver, c'est pourquoi elles volent **du printemps jusqu'à l'automne** mais aussi pendant les **belles journées d'hiver**. Après une piqûre, le dard d'abeille reste généralement fiché dans la peau avec l'ampoule à venin, mais pas toujours. C'est pourquoi la quantité de venin injectée est souvent relativement élevée lors des piqûres d'abeilles.

LES FRELONS sont peu agressifs et ne jouent qu'un rôle mineur en termes de chiffres relatifs aux allergies. Une piqûre de frelon est certes plus douloureuse, mais pas plus dangereuse qu'une piqûre d'abeille ou de guêpe.

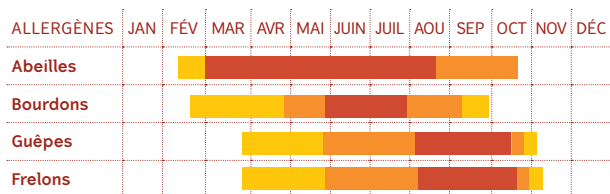
LES BOURDONS sont très pacifiques et sont encore plus réticents que les abeilles à piquer. Contrairement aux abeilles, leur dard ne possède pas d'ardillons, c'est pourquoi ils survivent à la piqûre. Les bourdons ne piquent que lorsqu'ils sont fortement menacés ou pour défendre leur nid. Les piqûres de bourdons surviennent en général chez les éleveurs ou les employé.e.s des exploitations fruitières.

Pour plus amples informations:
scannez le code QR



CALENDRIER DES VOLS D'INSECTES

Le calendrier des vols d'insectes montre les mois pendant lesquels les insectes sont normalement les plus actifs. Des écarts dus à de longs hivers ou d'autres influences météorologiques sont cependant possibles.



Présence sporadique



Présence moyenne



Forte présence

SAVIEZ-VOUS QUE ...

... **les abeilles** forment des colonies qui vivent plusieurs années et qui contiennent jusqu'à 40 000 ouvrières? La période de vol va de fin février à début octobre.

... **les guêpes** forment des colonies contenant jusqu'à 4 000 individus? Comme seule la reine survit à l'hiver et forme une nouvelle colonie au printemps, les guêpes ne sont présentes en grand nombre qu'entre juillet et septembre.



COMMENT SURVIENT UNE ALLERGIE AU VENIN D'INSECTES?

Une allergie survient lorsque le système immunitaire réagit à certaines composantes du venin d'insectes car il les identifie à tort comme des intrus dangereux.

Les molécules susceptibles de causer une réaction allergique sont appelées «**allergènes**». L'organisme forme alors des anticorps pour se protéger.

Le venin pénètre dans le corps lors de piqûre via le dard. Les personnes allergiques réagissent par une réaction immunitaire sévère. **L'histamine** (une molécule messagère), qui déclenche les symptômes typiques d'une allergie, joue un rôle important.

SAVIEZ-VOUS QUE ...

... environ **3,5%** des Suisses sont touchés par une allergie au venin d'insectes potentiellement mortelle?*

*Source: aha! Centre d'Allergie Suisse, communiqué aux médias, 21 juin 2022



MÉCANISME DE LA RÉACTION ALLERGIQUE

1. Première piqûre

Le système
immunitaire est
sensibilisé



Venin d'insectes



Surproduction
d'anticorps (IgE)



Sensibilisation
des mastocytes
= les mastocytes
sont activés



Le système immunitaire
est prêt à réagir

2. Deuxième piqûre

Le système
immunitaire réagit
par une allergie



Liaison de l'allergène
aux anticorps IgE



Libération de
messagers
(médiateurs),
par ex. histamine



Réaction allergique

RÉACTIONS ALLERGIQUES AU VENIN D'INSECTES

En cas d'allergie au venin d'insectes, différents symptômes apparaissent peu après la piqûre. Ils peuvent aller d'une réaction locale jusqu'à une réaction grave potentiellement mortelle (choc anaphylactique).

RÉACTION LOCALE NORMALE

Une personne avec une sensibilité normale est piquée par une abeille ou une guêpe. Tout autour du **site de la piqûre**, un gonflement rouge apparaît en raison de l'effet du venin. Celui-ci fait plus ou moins mal et démange. Ce symptôme est désagréable mais il s'agit d'une réaction normale aux composantes «toxiques» du venin. Le gonflement disparaît en général dans les 24 heures.

RÉACTION ALLERGIQUE

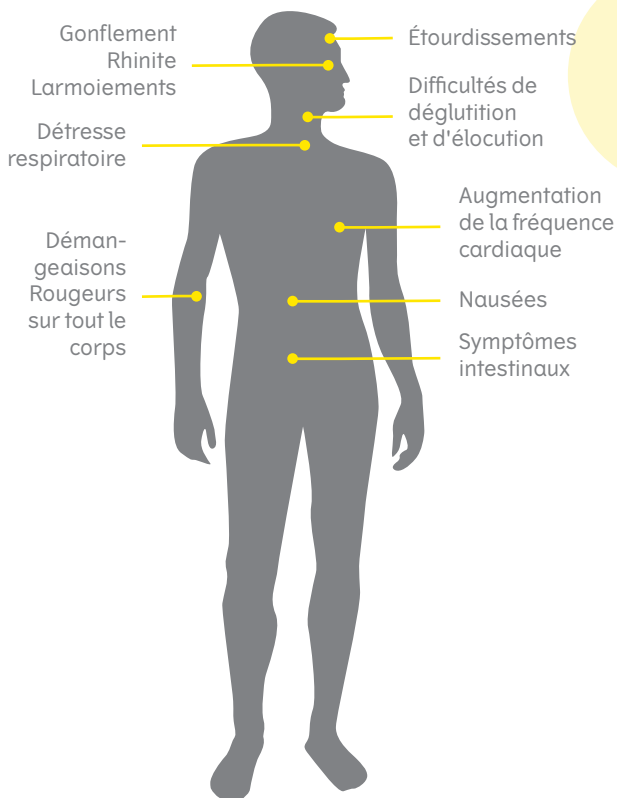
Une personne allergique au venin d'insectes réagit très différemment car les symptômes ne restent pas limités au site de la piqûre: ils s'étendent **à tout le corps**. De très petites quantités de venin peuvent déjà déclencher une réaction allergique en quelques minutes après la piqûre.

SAVIEZ-VOUS QUE ...



... un choc anaphylactique est généralement d'autant plus fort que les symptômes apparaissent vite après la piqûre? Il est donc crucial de prendre au sérieux les premiers signaux d'alarme et de toujours emporter avec soi les **médicaments d'urgence**.

CHOC ANAPHYLACTIQUE: LES SYMPTÔMES



Une réaction allergique peut très rapidement (environ 15 minutes en moyenne) évoluer vers la forme la plus grave, à savoir le choc anaphylactique, et donc conduire à une perte de connaissance ou même un arrêt cardio-respiratoire. La réaction allergique peut aussi s'arrêter à n'importe quel niveau de sévérité.

Pour plus amples informations:
scannez le code QR

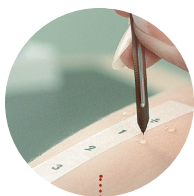


DIAGNOSTIC D'UNE ALLERGIE AU VENIN D'INSECTES

Le médecin peut, lors des entretiens avec son/sa patient.e, recueillir des éléments importants plaidant pour une allergie au venin d'insectes. Il est important d'identifier **l'insecte responsable** des symptômes allergiques.

Un ou plusieurs tests cutanés différents et/ou une analyse de sang peuvent permettre de dépister une allergie.

Test cutané



Allergènes
suspectés



**Gonflement, rougeur,
démangeaisons**

Test sanguin



Numération
d'anticorps
IgE spécifiques



aux d'IgE augmenté

En cas de besoin, des tests ou des examens complémentaires peuvent être effectués.

Pour plus amples informations sur
le diagnostic des allergies:
scannez le code QR



CONSEILS PRATIQUES ET INFORMATIONS POUR LES PERSONNES ALLERGIQUES

Les allergies au venin d'insectes se manifestent par des symptômes comme des démangeaisons ou des rougeurs cutanées au site de piqûre. Néanmoins, d'autres symptômes comme la détresse respiratoire, une sensation de malaise ou des étourdissements peuvent survenir. **Ces symptômes peuvent indiquer un choc anaphylactique.**



S'abstenir de consommer des boissons et aliments sucrés



Porter des chaussures fermées



Toujours conserver une trousse d'urgence à portée de main

- Éviter les gestes brusques et saccadés! Ne pas souffler sur l'insecte! Cela peut le rendre agressif.
- Ne marchez jamais pieds nus dans l'herbe. Portez toujours des chaussures fermées.
- Envie de pique-nique? Dites plutôt non. Les odeurs de nourriture (surtout boissons et aliments sucrés) attirent les insectes.
- Vous avez été piqué.e malgré toutes les mesures de précaution? Vous remarquez des symptômes qui ne sont pas limités au site de piqûre? Gardez votre calme, appelez immédiatement le **médecin d'urgence (144)** et, en cas de piqûre d'abeille, retirez au plus vite le dard avec précautions.



ATTENTION! Une réaction allergique grave peut être potentiellement mortelle!

Un must absolu pour les personnes allergiques: toujours avoir **une trousse d'urgence** (stylo injecteur d'adrénaline, antihistaminique et préparation de cortisone) à portée de main!

MESURES IMPORTANTES POUR LES PERSONNES ALLERGIQUES AU VENIN D'INSECTES

Si votre médecin a diagnostiqué chez vous une allergie au venin d'insectes, vous devez prendre les mesures suivantes:

1. PRÉVENTION DES PIQÛRES

Le contact avec les abeilles et les guêpes ne peut pas être totalement évité. Vous trouverez des conseils et des informations pour prévenir les piqûres d'insectes en page 13 de ce dépliant.

2. MÉDICAMENTS D'URGENCE

Les réactions allergiques après une piqûre d'insecte peuvent être traitées par des médicaments d'urgence prescrits par le médecin (par ex. antihistaminique en gouttes ou en sirop, cortisone, stylo injecteur d'adrénaline pour auto-injection). En cas de réactions allergiques sévères, seule l'adrénaline peut sauver la vie de la personne touchée. Il est important de **toujours emporter les médicaments d'urgence!**

3. IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE

L'immunothérapie allergénique (**également appelée désensibilisation ou hyposensibilisation**) permet de traiter la cause de l'allergie de manière ciblée.



L'immunothérapie allergénique est la seule manière d'obtenir une **protection efficace, sûre et durable** contre les réactions allergiques graves et potentiellement mortelles.

GÉNÉRALITÉS SUR L'IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE

Même si l'allergie au venin d'insectes est dangereuse, il existe bien peu de pathologies potentiellement mortelles qui peuvent être aussi efficacement traitées!

L'objectif d'une immunothérapie allergénique est d'habituer le corps au venin d'insectes. Par conséquent, la cause de l'allergie, en l'occurrence le venin d'insectes, est injectée régulièrement dans votre corps avec une seringue pendant une longue période. L'organisme s'habitue alors de plus en plus à l'allergène, ce qui conduit à une diminution de la réaction allergique.



L'immunothérapie allergénique est recommandée à toutes les personnes présentant une allergie au venin d'insectes avérée et des symptômes modérés à sévères.

SUCCÈS DE L'IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE

Des études montrent que, chez **9 patients** allergiques au venin d'abeilles ou de guêpes **sur 10**, le système immunitaire réagit de nouveau normalement après une immunothérapie allergénique.



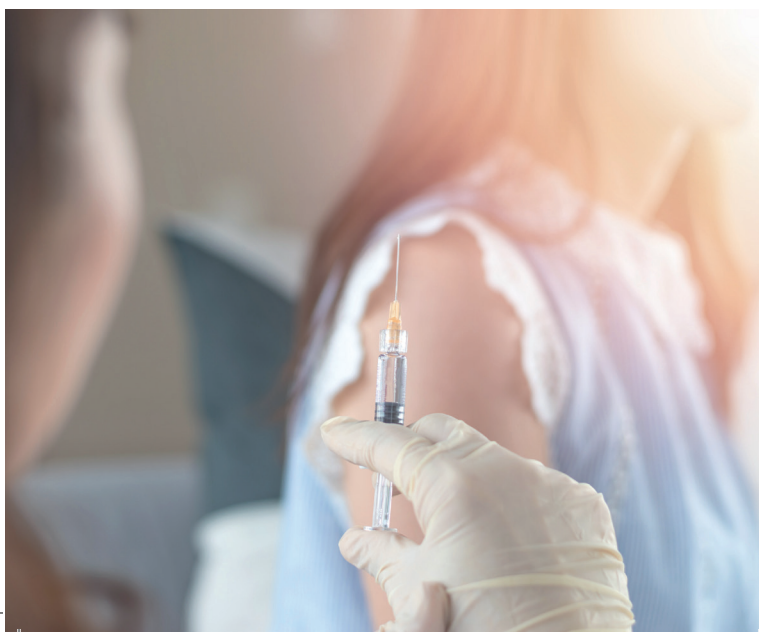
L'effet de l'immunothérapie allergénique persiste en outre de nombreuses années après la fin du traitement, qui peut au besoin être répété.

DÉROULEMENT DE L'IMMUNOTHÉRAPIE ALLERGÉNIQUE

1. PHASE INITIALE

Au démarrage, le médecin procède à des injections sous la peau (sous-cutanées) pendant un certain temps jusqu'à atteindre la **«dose d'entretien»**.

L'augmentation de la dose a lieu lentement, avec une injection par semaine. Idéalement, le traitement débute après la fin de la saison de vol des insectes.



2. PHASE D'ENTRETIEN ET DURÉE DU TRAITEMENT

Afin de garantir durablement l'effet protecteur du traitement, il faut le poursuivre **pendant au moins 3 à 5 ans**, au cours desquels le/la patient.e ne reçoit la dose d'entretien que toutes les 6 semaines environ. Votre médecin discutera avec vous de la durée de votre traitement.

SAVIEZ-VOUS QUE ...



... seulement environ **20% des personnes allergiques au venin d'insectes** sont traitées, bien que la maladie soit potentiellement mortelle?*

*Source: Przybilla B, Kapp A. Hautarzt 2014 ; 65: 768-69

Il est possible de suivre une immunothérapie allergénique avec du venin d'insectes auprès de médecins spécialisés en dermatologie, ORL, pneumologie et pédiatrie et dans des centres spécialisés dans des hôpitaux. La poursuite du traitement est aussi possible auprès de médecins généralistes.

Pour plus amples informations sur l'immunothérapie allergénique:
scannez le code QR



AUTOTEST DE L'ALLERGIE AU VENIN D'INSECTES

COUREZ-VOUS UN RISQUE?

La plupart des personnes allergiques au venin d'insectes découvrent leur allergie seulement lorsqu'ils doivent appeler les urgences à cause d'une détresse respiratoire et de gonflements graves suite à la piqûre d'un insecte. Faites le test suivant pour savoir si vous êtes à risque de souffrir d'une allergie au venin d'insectes.

1

Avez-vous déjà été piqué.e par un.e

Abeille?

Frelon?

Guêpe?

Insecte inconnu?

Bourdon?

2

L'un des symptômes suivants est-il apparu ensuite?

Démangeaisons sur tout le corps

Arrêt cardio-respiratoire

Éruption cutanée sur tout le corps

Détresse respiratoire

Gonflement du visage

Nausées, vomissements

Sensation de boule / rétrécissement dans la gorge

Étourdissements, sensation de faiblesse

Perte de connaissance



3

Êtes-vous touché.e par l'une
des maladies suivantes?

Hypertension

Asthme

Maladie cardiaque

Mastocytose

4

L'une des situations suivantes
s'applique-t-elle pour vous?

Vous êtes apiculteur ou vous habitez près d'un
apiculteur

Vous exercez une profession à risque de piqûres
(par ex. vendeur de fruits ou de pâtisseries,
activité forestière, BTP, jardinier, exploitant agricole,
pompier, chauffeur de camion)

Vous poursuivez des activités de loisir en plein air

5

Vous avez plus de 40 ans?

- Si vous avez coché au moins une réponse à **1 ET 2**, vous devriez consulter un.e allergologue.
- Si vous avez également coché des réponses à **3, 4 ET / OU 5**, vous êtes potentiellement exposé.e à un risque de réaction grave à une piqûre.

Vous trouverez de plus amples informations sur l'allergie au venins d'insectes.

Il suffit de scanner le QR-code pour commencer!



AVEC LE SOUTIEN DE:

ALK-Abelló AG
Richtstrasse 11 • 8304 Wallisellen

U-667 CHF | 04/2023