

Plan d'action allergie/anaphylaxie

Personne concernée

Nom : _____ Prénom : _____
Né(e) le : _____ Poids : _____
Personne à prévenir : _____

Cachet du médecin

Date : _____

Symptômes de réaction allergique :

Ma bouche pique ou gratte, mon nez coule
J'ai des plaques rouges qui grattent
J'ai la bouche ou le visage qui gonflent
J'ai un peu mal au ventre

ABSENCE DE SIGNES D'ALERTE :

Je respire et je parle normalement.

Il s'agit d'une réaction allergique **légère**.

Conduite à tenir :

1) Je prends un antihistaminique :

2) Je surveille mes symptômes pendant les 4 heures qui suivent, je ne reste pas seul

3) En cas d'aggravation ou d'apparition de symptômes d'alerte, suivre réaction sévère

PRESENCE DE SIGNES D'ALERTE :

Ma voix change, j'ai du mal à parler
Je respire mal, je tousse, je siffle
J'ai très mal au ventre, je vomis
Je me sens mal très faible, ou je fais un malaise

Il s'agit d'une réaction allergique **sévère**.

Conduite à tenir :

1) Je **m'allonge** les jambes relevées. Si j'ai du mal à respirer, je m'assois.

Une personne inconsciente doit être allongée sur le coté.

2) Je fais l'injection **d'adrénaline** :

3) J'appelle le **15**, j'appelle de l'aide (même si je vais mieux).

Comment utiliser mon stylo autoinjecteur d'adrénaline?



1) Appliquez le stylo contre la face externe de la cuisse avec un angle de 90° puis appuyez fermement



2) Après le "Click", maintenez le stylo contre la cuisse pendant 10 secondes.



3) Massez légèrement autour du site d'injection.



Epipen



Anapen



Emerade



Jext