

L'anaphylaxie chez les adolescents

Pour les adolescents à risque d'anaphylaxie et leurs parents, le passage de l'école primaire à un plus grand établissement secondaire ou collégial peut être déstabilisant. Il faut repenser les stratégies du jeune par rapport à l'anaphylaxie en fonction à la fois d'un nouvel environnement et de sa croissance à la puberté. C'est une période de nombreux changements dont trois en particulier : la perte du contrôle sur le milieu scolaire, les changements sociaux pour le jeune et l'évolution de son cerveau.

Le milieu scolaire

Quand un élève passe du cadre de vie concentré de son école primaire au milieu élargi de l'école secondaire, il accède à un nouveau groupe où choisir ses amis. Il se peut qu'il arrête de voir les camarades qui le connaissaient bien à l'école primaire et qui savaient quoi faire en cas d'urgence. Or, il est possible qu'il ne dise pas à ses nouveaux amis qu'il est gravement allergique et que ses parents ne sachent pas qu'il ne fréquente plus ses camarades qui savaient quoi faire en cas d'urgence.

Cette période, où on s'attend à ce que les adolescents assument une plus grande responsabilité, est critique du point de vue de l'implication des parents et de la communication avec leur enfant. De nombreuses études sur les décès par anaphylaxie indiquent que l'âge pourrait constituer un facteur, plusieurs victimes ayant été des enfants ayant l'âge de raison, des adolescents et de jeunes adultes. Il faut donc que les jeunes à risque, leurs parents et le personnel scolaire travaillent ensemble pour convenir d'une stratégie de prise en charge qui protège l'adolescent tout en respectant son besoin de vie privée et ses choix personnels pour l'éducation de ceux qui l'entourent.

Les changements sociaux

À mesure que se relâche la surveillance, les jeunes doivent apprendre à renseigner leurs amis au sujet de leur allergie et des moyens de prévenir une exposition accidentelle. S'ils souffrent d'une importante allergie alimentaire, ils ne doivent pas hésiter à la faire connaître. Le plus tôt sera le mieux car il en va de leur sécurité.

Il est important que les parents discutent avec les adolescents comment agir en société quand ils sont jeunes. Des études tendent maintenant à montrer qu'ils devraient aborder les questions délicates, comme le sexe et la drogue, environ deux ans avant le moment où ils croient devoir le faire. Il est prouvé que les enfants commenceront à être mis au courant de ces questions dans la cour d'école ou au terrain de jeu dès l'âge de 10 ou 11 ans.

Les adolescents doivent apprendre à composer avec des situations délicates, par exemple,

avertir la personne avec qui ils sortent qu'ils sont allergiques à des aliments ou au latex naturel **avant** tout contact physique. Les jeunes à risque d'anaphylaxie doivent dévoiler leurs allergies alimentaires à leurs amis. Des réactions allergiques sévères risquent de se produire si des résidus de protéine alimentaire se transmettent oralement par des baisers intimes. Les adolescents qui sont allergiques au latex et qui sont actifs sexuellement doivent aviser leur partenaire qu'il faut utiliser des préservatifs sans latex.

Les jeunes à risque doivent savoir résister à la pression de leurs camarades et demander de l'aide si on se moque d'eux ou si on cherche à les intimider à cause de leurs allergies alimentaires. En cas de réaction allergique, les adolescents doivent pouvoir compter sur le soutien et l'aide de leurs amis.

L'évolution du cerveau

Les jeunes subissent une réorganisation complète de leur cerveau pendant la puberté. Un enfant auparavant bien organisé et facile à vivre peut changer totalement. La partie du cerveau qui prend les décisions est la dernière à évoluer. Selon la recherche récente, ce processus de développement ne s'achève qu'autour de 25 ans. C'est pourquoi il y a des jeunes sujets à l'anaphylaxie qui passeront à travers cette période avec un bien mauvais jugement. Ils s'exposeront à des risques comme manger des aliments dangereux ou négliger d'emmener leur épinéphrine avec eux. Il est important que parents et enseignants prennent ces changements au sérieux et qu'ils demeurent attentifs à tout comportement irresponsable.

Les adolescents désirent vivement s'intégrer et s'identifier à leurs pairs. Cela veut dire faire comme les autres. Pour les jeunes qui souffrent d'anaphylaxie, cela peut signifier ne pas en parler à leurs amis, voire ne plus avoir leur médicament avec eux. Ils laisseront plutôt leur auto-injecteur d'épinéphrine à la maison, dans leur sac à dos ou dans un sac à main qui ne sera pas toujours avec eux. Les enseignants doivent savoir où se trouvent les auto-injecteurs de leurs élèves en tout temps.

Les parents doivent continuer d'être présents dans la vie de leurs adolescents et ne pas oublier de reconnaître leurs efforts quand ils agissent de manière responsable. Les jeunes gravement allergiques doivent être guidés afin d'apprendre à assumer leur allergie tout au long de leur cheminement vers l'âge adulte.

La prise en charge de l'anaphylaxie à l'école secondaire

- Il est important que les personnes à risque soient prises en charge par un médecin. Les jeunes gravement allergiques qui souffrent d'asthme également doivent être régulièrement suivis par un allergologue. Des études ont révélé que les victimes de décès par anaphylaxie étaient souvent des enfants ayant l'âge de raison, des adolescents et de jeunes adultes; plusieurs avaient des antécédents d'anaphylaxie et faisaient aussi de l'asthme.

- Les jeunes atteints d'asthme qui sont également à risque d'anaphylaxie doivent faire preuve d'une extrême prudence et recourir à leur auto-injecteur d'épinéphrine s'ils ne sont pas certains de faire une crise d'asthme ou une réaction allergique. L'épinéphrine sert à traiter les crises d'asthme sévères ou des réactions allergiques. Ils doivent avoir leur auto-injecteur d'épinéphrine avec eux en tout temps et savoir s'en servir. S'ils souffrent d'asthme, ils veilleront à avoir leurs inhalateurs avec leur auto-injecteur. Il y a du personnel et des infirmières scolaires qui font des vérifications ponctuelles et voient à ce que les étudiants à risque aient leurs auto-injecteurs et leurs inhalateurs (si applicable) avec eux en tout temps.
- Les étudiants allergiques à des aliments doivent toujours faire preuve de prudence quand ils mangent à la cafétéria et s'informer des ingrédients chaque fois qu'ils y achètent de la nourriture. (Avec un jeu de rôles, les parents montreront à leur enfant comment s'informer de la sécurité des aliments servis à l'extérieur de la maison et hors de leur contrôle. Idéalement, les enfants plus vieux connaîtront les mesures de sécurité pour manger à l'extérieur avant d'entrer au secondaire où ils sont susceptibles de fréquenter la cafétéria.)
- Les jeunes qui sont gravement allergiques doivent manger sur une serviette de table faisant office de napperon pour éviter tout contact avec des surfaces potentiellement contaminées. S'ils n'ont pas leurs auto-injecteurs avec eux, ils auront à s'abstenir de manger.
- Les jeunes à risque doivent prendre leurs repas avec des amis qui sont au courant de leurs allergies et capables de les aider s'ils font une réaction. Ces amis sauront où trouver leur auto-injecteur et comment l'utiliser. Certains établissements scolaires ont intégré une leçon sur l'anaphylaxie dans leur programme sur la santé pour voir à l'éducation des pairs.
- Les élèves à risque ont besoin de savoir qu'ils peuvent compter sur le soutien du personnel scolaire. Toute plainte doit être prise au sérieux. Les parents sont encouragés à rencontrer les professeurs et les entraîneurs de leur enfant individuellement afin d'évaluer sa situation. Certains parents demandent que leur enfant mange à la première période de repas à une table réservée nettoyée par un surveillant et par l'étudiant. Parents et étudiants doivent s'assurer que les arrangements avec l'école au sujet des repas et des excursions de classes sont en place. Il peut s'avérer nécessaire de refaire cet exercice au changement de semestre scolaire.
- Au début de l'année scolaire, tout le personnel scolaire au secondaire doit être renseigné au sujet des élèves allergiques et, idéalement, formé en conséquence.
- Le personnel des services alimentaires doit participer à la formation offerte au personnel scolaire en matière d'anaphylaxie. Des plans d'urgence pour l'anaphylaxie pour chaque enfant allergique aux aliments seront conservés dans les aires de

préparation des aliments où le personnel puisse consulter l'information discrètement pour respecter le droit à la vie privée des étudiants allergiques.

- Les établissements du secondaire doivent songer à avoir un auto-injecteur d'épinéphrine à la cafétéria et dans le secrétariat de l'école en cas d'urgence. Il faut aussi prévoir l'accessibilité de ces auto-injecteurs de réserve; ne pas les mettre sous clé. (En fin de journée au secondaire, les bureaux sont souvent fermés à clé alors que des étudiants restent parfois à l'école le soir pour des activités parascolaires.)
- Au secondaire, la population étudiante se compose souvent de jumelages entre les établissements scolaires de la région. Il est important que chaque système informatique scolaire soit à même de retracer les données critiques sur un élève lors de son inscription. Cela comprend son état de santé, avec ses renseignements sur l'anaphylaxie. Tout le personnel scolaire doit savoir quels sont les élèves à risque, peu importe leur maladie ou leur affection.

Le milieu du travail

Les jeunes à risque doivent faire preuve de prudence face aux dangers potentiels en milieu de travail, spécialement là où ils se verront maintes fois exposés aux allergènes auxquels ils sont sensibles. Il arrive souvent, par exemple, que les jeunes trouvent de l'emploi à temps partiel dans le secteur de la restauration. S'ils sont gravement allergiques à des aliments, il faudra qu'ils se montrent plus sélectifs quant au genre de travail ou à l'environnement dans lequel ils évolueront afin d'être toujours en sécurité.