

# Entre fleurs et froid : Émilie et le printemps

❧ VOLUME 1 ❧



} GSK



1

*Émilie est sortie pour faire une promenade en forêt.*

*Elle est vite perdue dans ses pensées. Les nappes de fleurs la font rêver. Elles lui font penser que le début du printemps se rapproche...*

*Ce qui ne la rassure pas.*

*Mais pourquoi Émilie appréhende autant cette saison ?*

- Le printemps correspond à une période de **pollinisation importante**.<sup>1</sup>
- Les pollens ont des formes très différentes selon les espèces végétales. Ces grains contiennent de nombreuses protéines allergisantes.<sup>1</sup>
- Le contact des protéines allergisantes des pollens, amenés par l'air ou le vent, avec les muqueuses respiratoires peut entraîner une réaction allergique.<sup>1</sup>

- Des millions de Français sont concernés par des allergies aux pollens plus ou moins invalidantes (rhinite, conjonctivite, asthme, etc.).<sup>2</sup>

Au moins  
**80%**

des **asthmatiques** souffrent également de **rhino-conjonctivite allergique**.<sup>3</sup>

**30%**

des adultes sont concernés par l'exposition aux pollens. Il s'agit d'un enjeu de **santé publique**.<sup>3</sup>

Environ  
**20%**

des patients ayant une **rhinite allergique** sont également **asthmatique**.<sup>3</sup>

**x4**

La rhinite allergique multiplie le **risque** d'apparition de l'**asthme** par 4.<sup>3</sup>

2

*Émilie appréhende le printemps parce qu'elle est atteinte d'un asthme allergique.*

*Quelles sont les caractéristiques de ce phénotype d'asthme ?*

# Qu'est-ce que l'asthme allergique ?

- L'asthme allergique est une maladie inflammatoire des bronches, conséquence de **l'inhalation des allergènes** en suspension dans l'air inhalé.<sup>3</sup>



Allergènes

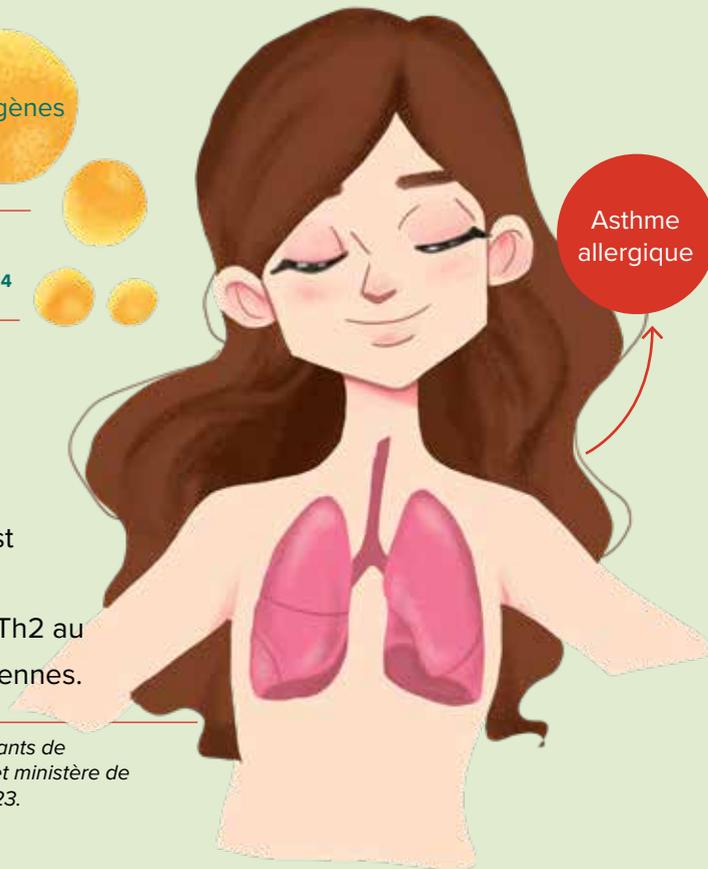
## Mécanismes de l'asthme allergique<sup>3,4</sup>

- Une inflammation chronique des voies aériennes.
- Cette inflammation est caractérisée par une réaction immunitaire Th2 au niveau des voies aériennes.

Adapté de Collège des Enseignants de Pneumologie. 2015 et Akbari.L et ministère de la santé et de la prévention. 2023.

- Cette inflammation induit aussi une augmentation de la sensibilité des voies aériennes à d'autres stimuli.<sup>3</sup>

**NB :** il s'agit du **phénotype d'asthme le plus facilement reconnaissable**, qui commence souvent dans l'enfance.<sup>5</sup>

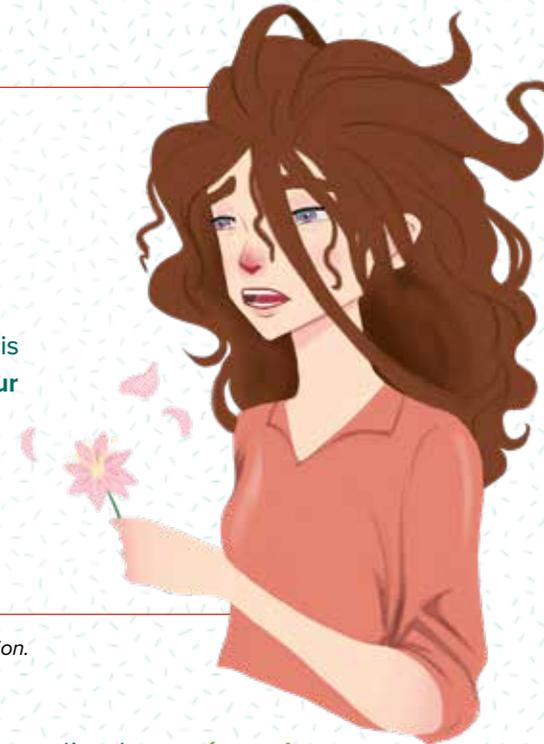


Asthme allergique

- Il est souvent associé à des **antécédents familiaux de maladies allergiques** telles que l'eczéma, la rhinite allergique et/ou l'allergie alimentaire ou médicamenteuse.<sup>5</sup>
- L'examen des expectorations induites de ces patients avant traitement révèle souvent une **inflammation à éosinophiles des voies respiratoires**.<sup>5</sup>

- Un sentiment d'**oppression thoracique**
- Crises d'**éternuement**
- **Nez qui gratte**, parfois bouché ou qui coule clair
- Un **essoufflement** après un effort, parfois une **fatigue** anormale brutale, une **pâleur**
- **Yeux rouges**, qui démangent ou qui larmoient
- En association éventuelle avec une **respiration sifflante** ou une **toux**

Adaptée de : ministère de la Santé et de la prévention. Effets des pollens sur la santé. 2023.<sup>3</sup>



- Les patients présentant ce phénotype d'asthme **répondent généralement bien au traitement par corticostéroïdes inhalés (CSI)**.<sup>5</sup>

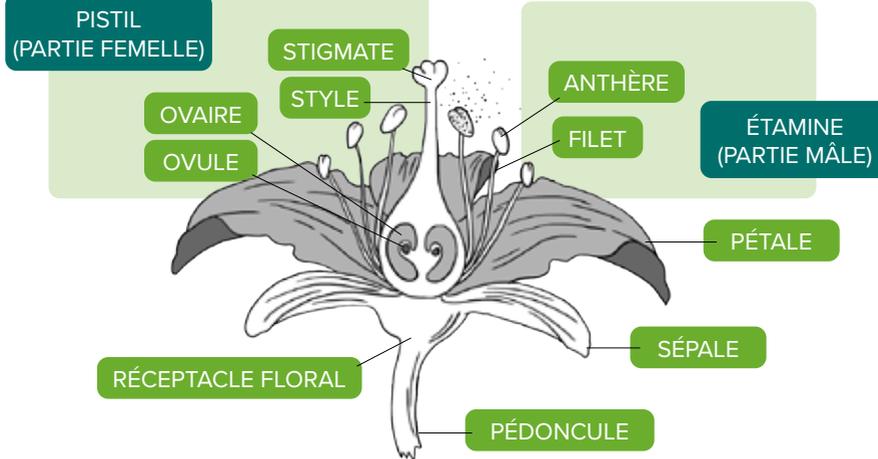
3

En pensant à la question «*pourquoi le printemps est une période délicate pour quelqu'un comme moi ?*», Émilie se rappelle ce que lui disait son médecin à propos des pollens au printemps : provenant essentiellement de végétaux allergisants et/ou de moisissures,<sup>6</sup> le contact avec ces pollens peut entraîner une réaction allergique.<sup>1</sup>

# Végétaux allergisants<sup>6</sup>

50%  
des cas

Source potentielle  
de gêne respiratoire



## Les arbres

- l'aulne • le bouleau • le cyprès
- le frêne • l'olivier • le noisetier ...

## Les herbacées

- les graminées (dactyle, fléole, flouve, fromental, ray-grass, vulpin, etc.)
- l'ambroisie • l'armoise • le plantain ...

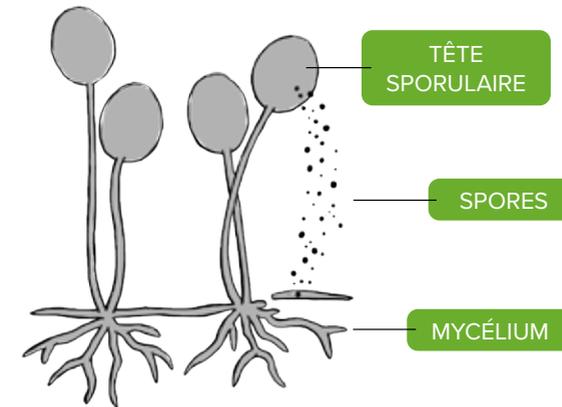
- **Le potentiel allergisant (PA)** exprime la capacité du pollen d'une espèce à provoquer une allergie pour une partie de la population. Il est établi sur une échelle de trois niveaux : faible/négligeable, modéré et fort.
- **Le risque d'allergie lié à l'exposition aux pollens (RAEP)** correspond au niveau de risque engendré par la quantité de pollens, en fonction du potentiel allergisant de l'espèce concernée et de la localisation géographique du prélèvement. Lors des alertes pollen, ce sont les prévisions des RAEP qui sont communiquées. Ces dernières sont la compilation d'informations phénologiques, cliniques et météorologiques.

# Moisissures<sup>6</sup>

10%  
des cas

Source potentielle  
de gêne respiratoire\*

## Représentation schématique de la reproduction asexuée des moisissures

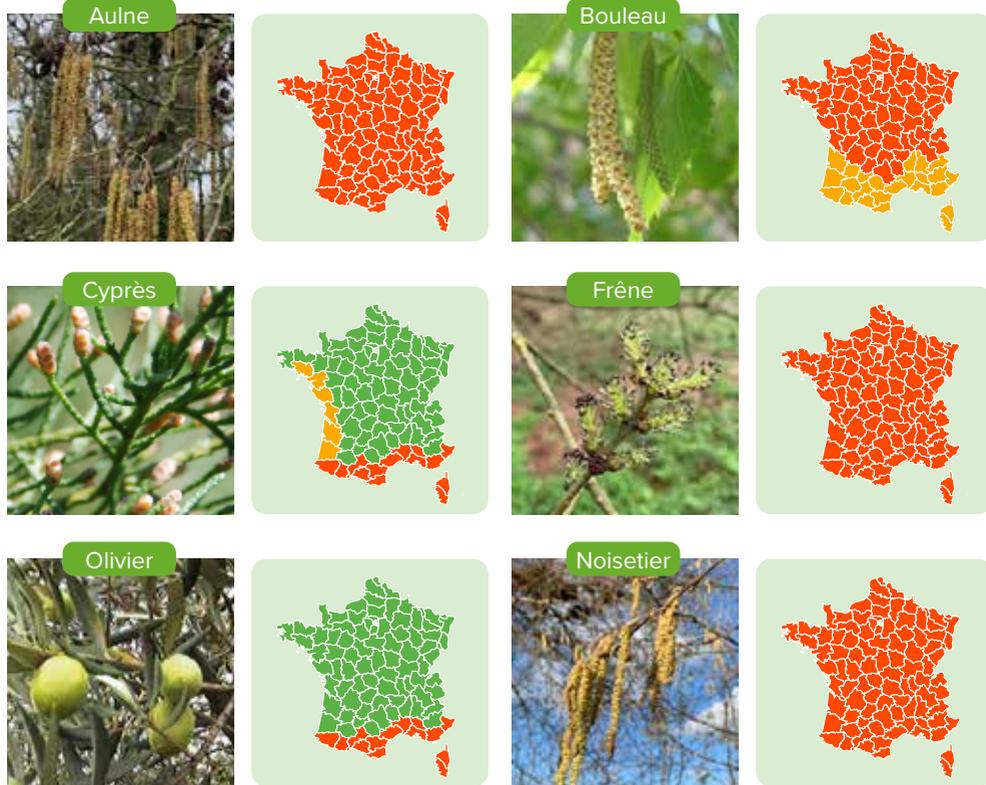


- Les moisissures apparaissent comme des champignons microscopiques qui se développent le plus souvent à la faveur de l'humidité, sur un terrain propice (aliments, végétaux coupés, etc.).
- Ils utilisent deux méthodes de reproduction, une sexuée (deux individus) et une asexuée (un individu). C'est lors de cette dernière que la moisissure produit des spores disséminées en grande quantité dans l'air qui peuvent donner naissance à une autre moisissure. **Ce sont ces spores qui, présentes dans l'air, peuvent provoquer des allergies respiratoires.**

\* Les 40% restant des sources potentielles de gêne respiratoire sont dûs aux acariens, poils d'animaux et poussières diverses.

## Pour le printemps, les végétaux à surveiller<sup>6</sup>

### ARBRES



### HERBACÉS

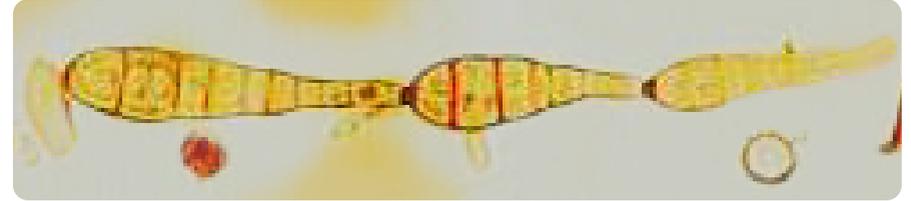


\* Dactyle, fléole, flouve, fromental, Ray-grass, vulpin.

-  RAEP peut atteindre un niveau faible
-  RAEP peut atteindre un niveau moyen
-  RAEP peut atteindre un niveau élevé

## Pour le printemps, les moisissures à surveiller<sup>6</sup>

### ALTERNARIA



- **L'alternaria** est l'une des principales moisissures sporulées des maisons et de la sphère atmosphérique. C'est l'agent de la maladie entraînant l'apparition de taches sur les feuilles et leur dépérissement et d'autres maladies affectant de très nombreuses espèces végétales.

### CLADOSPORIUM



- **Le cladosporium** est un champignon fréquemment retrouvé sur des plantes vieillissantes et sur des débris organiques en décomposition. C'est la moisissure la plus importante qui est présente dans les logements humides.

Émilie se rappelle ce qu'on lui a donné comme conseils concernant cette période :

**Recommandations générales à adapter, avec un professionnel de santé, selon les cas pendant la période pollinique concernée dès l'apparition des premiers symptômes :**<sup>6</sup>



#### CHEZ SOI

- Les **cheveux** retiennent les pollens : **les brosser** ou **les laver** avant de se coucher.
- Il est recommandé de **se laver régulièrement le nez** avec du sérum physiologique.
- **Ouvrir les fenêtres** avant le lever et après le coucher du soleil.
- **Éviter l'exposition aux autres substances irritantes ou allergisantes** en air intérieur (tabac, produits d'entretien, parfums d'intérieur, encens, etc.).



#### À L'EXTÉRIEUR

- **Éviter les efforts physiques intenses en plein air** ou bien les réaliser à l'intérieur pendant les pics polliniques.
- **Éviter de tondre soi-même** ou de rester à proximité de la tonte.
- **Jardiner** de préférence avec **des lunettes et un masque** de protection.
- **Tailler les plantes** avant l'apparition des fleurs diminue la quantité de pollen émis.
- Faire **sécher le linge en intérieur** (le pollen se dépose et se fixe sur les surfaces humides).
- **Éviter de rouler en voiture les fenêtres ouvertes** ou d'utiliser la climatisation en période de pics polliniques et assurez-vous du bon état des filtres à pollens.

## Recommandations par rapport aux espèces ornementales<sup>6</sup>

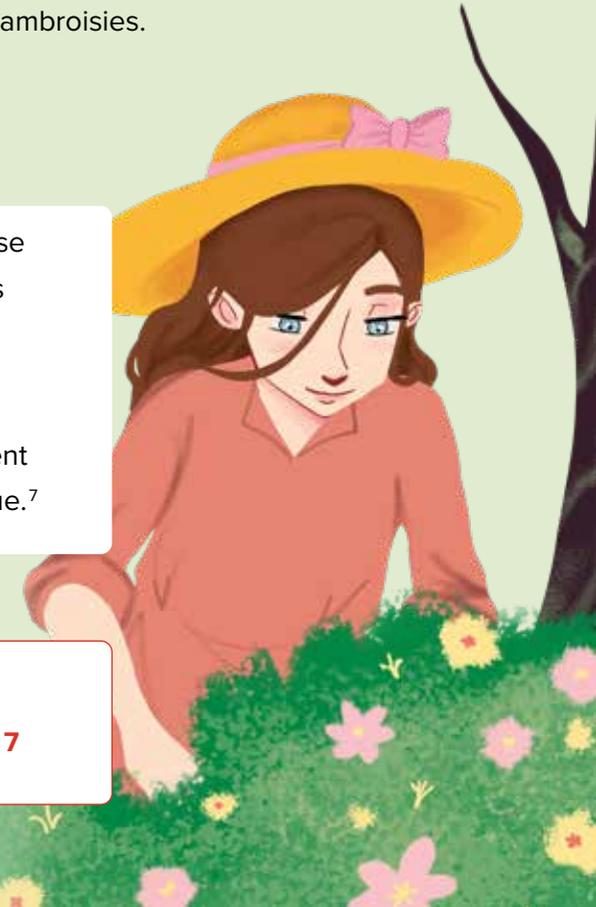
- Diversifiez les végétaux ornementaux plantés plutôt que de se limiter à quelques espèces qui produiront toutes en même temps beaucoup d'un même pollen allergisant. Plusieurs guides comme le guide « Végétation en ville » élaboré par le RNSA [www.vegetation-en-ville.org](http://www.vegetation-en-ville.org) fournissent des recommandations quant aux végétaux non allergisants.

## Recommandations par rapport aux espèces sauvages<sup>6</sup>

- Mettez en place des actions de surveillance, de prévention et de lutte (signalement des espèces, arrachage) vis-à-vis des espèces envahissantes à pollen très allergisant telles que les ambrosies.

- L'allergie respiratoire peut être prise en charge par différentes mesures spécifiques.<sup>7</sup>
- Les effets positifs observés avec chacune de ces mesures confirment l'intérêt de l'enquête allergologique.<sup>7</sup>

**Guider au mieux la prise en charge<sup>7</sup>**





*Voulant se sentir bien  
durant cette belle saison,  
elle garde en tête les  
conseils de son médecin  
qu'elle veillera à appliquer.*

## RÉFÉRENCES

1. Asthme et Allergies. Au secours, revoilà le printemps ! 2014. Disponible sur : <https://www.asthme-allergies.info/asthme-allergies-saisonniere-au-secours-revoila-printemps/>. Consulté en novembre 2023.
2. Gouvernement.fr. Les bons gestes pour réduire les allergies au pollen. 2022. Disponible sur : [https://www.gouvernement.fr/actualite/les-bons-gestes-pour-reduire-les-allergies-au-pollen#:~:text=Chaque%20ann%C3%A9e%2C%20des%20millions%20de,affres%20des%20allergies%20au%20pollen](https://www.gouvernement.fr/actualite/les-bons-gestes-pour-reduire-les-allergies-au-pollen#:~:text=Chaque%20ann%C3%A9e%2C%20des%20millions%20de,affres%20des%20allergies%20au%20pollen.). Consulté en novembre 2023.
3. Ministère de la santé et de la prévention. Effets des pollens sur la santé. 2023. Disponible sur : <https://sante.gouv.fr/sante-et-environnement/air-exterieur/pollens-et-allergies/article/effets-des-pollens-sur-la-sante>. Consulté en novembre 2023.
4. Collège des Enseignants de Pneumologie. Item 184 : Asthme de l'adulte. 2015.
5. Global Strategy for Asthma Management and Prevention (GINA). 2023.
6. Réseau national de surveillance aérobiologique (RNSA). Rapport de surveillance des pollens et des moisissures dans l'air ambiant en France. 2021.
7. Raheison-Semjen C *et al.* Mise à jour des recommandations (2021) pour la prise en charge et le suivi des patients asthmatiques adultes sous l'égide de la Société de pneumologie de langue française (SPLF) et de la Société pédiatrique de pneumologie et allergologie (SP2A). Version longue. Rev Mal Respir. 2021 Dec;38(10):1048-1083.

## Electronic Certificate

**Version:** 1 . 0

**Document Number:** NP-FR-ASU-BROC-230021

**Document Name:** Remis Asthme et Printemps 2024

**Country:** France

**Product:** ASTHME ENVIRONNEMENT

**Type:** Non-promotional content

Role	Signature
Priscilla Bougueleret - Other (role not listed) (priscilla.x.bougueleret@gsk.com)	It is approved that this material has been examined and is believed to be in accordance with the relevant Code of Practice and any other relevant regulations, policies and SOPs. Date: 21-Feb-2024 20:51:46 GMT+0000
Lucine Idiart - Regulatory (lucine.x.idiart@gsk.com)	It is approved that this material has been examined and is believed to be in accordance with the relevant Code of Practice and any other relevant regulations, policies and SOPs. Date: 22-Feb-2024 08:06:27 GMT+0000
Priscilla Bougueleret - Final Form Inspection (priscilla.x.bougueleret@gsk.com)	I hereby certify that the final form of this digital or hard copy material has been inspected and is approved for use Date: 23-Feb-2024 11:08:08 GMT+0000
Lucine Idiart (lucine.x.idiart@gsk.com), li024418, on behalf of H�el�ene Tholance - Final Form Inspection (helene.x.vrain@gsk.com)	I hereby certify that the final form of this digital or hard copy material has been inspected and is approved for use Date: 23-Feb-2024 13:14:37 GMT+0000