



Rhume des foins (rhinite allergique)

🕒 paru le 25/09/2019 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

La rhinite allergique est une inflammation de la muqueuse nasale causée par une hypersensibilité à certaines substances. Cette hypersensibilité ou allergie est une réaction anormale de l'organisme face à des substances ou des stimuli généralement inoffensifs. Le système immunitaire produit alors un certain type d'anticorps, déclenchant une réaction en chaîne qui provoque des symptômes allergiques.

Quelle est sa fréquence ?

La rhinite allergique affecte environ 25–30 % de la population adulte en Europe occidentale. Dans 10 % des cas environ, la rhinite allergique est provoquée par une allergie au pollen (de graminées, d'arbres et d'armoise). Cette forme commune est baptisée « allergie au pollen » ou « rhume des foins ». Les animaux, les céréales et d'autres substances organiques, souvent lors d'une exposition professionnelle, peuvent également donner lieu à une rhinite allergique.

Comment la reconnaître ?

Si vous avez souvent le nez bouché ou le nez qui coule, des éternuements, les yeux rouges et larmoyants, vous souffrez peut-être de rhinite allergique. Selon la substance à laquelle vous êtes allergique, les symptômes peuvent survenir à certaines saisons ou toute l'année. Les symptômes se manifestent généralement dès l'enfance. Environ 20 % des personnes atteintes de rhinite allergique souffrent aussi d'[asthme](#) et 70 % présentent des symptômes oculaires.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Consultez votre médecin généraliste si vous êtes incommodé. Il vous posera des questions sur la nature et la fréquence de vos plaintes, sur les expositions fréquentes à certains produits et sur les symptômes évoquant d'autres maladies (asthme, sinusite,...).

Les examens techniques possibles sont les suivants :

- rhinoscopie (le médecin regarde à l'intérieur du nez avec un petit appareil pour évaluer la muqueuse) ;
- radiographie des sinus (surtout si les [symptômes persistent depuis plusieurs mois/années](#)) ;
- frottis nasal (pour faire la distinction entre une infection et une allergie) ;
- tests d'allergie cutanés (prick-tests).

Vous serez orienté vers un spécialiste dans les cas suivants :

- suspicion d'une rhinite allergique professionnelle ;
- symptômes d'intensité très sévère ;

- absence de réaction aux médicaments courants ;
- [traitement de désensibilisation](#) envisagé.

Que pouvez-vous faire ?

Éliminez autant que possible les allergènes à l'origine des plaintes (poussière de maison, animaux domestiques, ...).

Que peut faire votre médecin ?

Une rhinite allergique est sans danger. Le traitement est purement symptomatique. Il consiste en mesures générales et médicaments. Les médicaments soulagent les symptômes, mais n'éliminent pas la cause :

- les plus efficaces sont les antihistaminiques, qui constituent dès lors le traitement de premier choix. Les antihistaminiques de dernière génération provoquent moins d'effets secondaires. Ils sont disponibles en comprimés ou en spray nasal.
- les corticostéroïdes, qui s'administrent par le nez.
- le cromoglicat, qui s'administre en comprimés ou en gouttes oculaires (le traitement est démarré avant la saison des pollens, et donc avant l'apparition des symptômes).
- les antagonistes des récepteurs des leucotriènes, qui ont un effet comparable aux antihistaminiques.

En savoir plus ?

- [Rhinite allergique : sortez les mouchoirs – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Pollution de l'air et santé – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Bilan allergologique \(patch tests ou prick tests\), ici, ou à trouver sur cette page des Cliniques St Luc UCL](#)
- [La radiographie, ici, ou à trouver sur cette page des Cliniques St Luc UCL](#)
- [Antihistaminique par voie nasale – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Antihistaminique par voie orale – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Corticostéroïdes par voie nasale – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Cromoglycate en gouttes oculaires – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)
- [Antagoniste des récepteurs aux leucotriènes : Montelukast – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique](#)

Source

[Guide de pratique clinique étranger 'Rhinite allergique' \(2000\), mis à jour le 06.09.2017 et adapté au contexte belge le 16.06.2018 – ebpracticenet](#)