

# L'épinéphrine : le médicament de secours pour traiter les réactions allergiques graves



## ? QU'EST-CE QUE l'épinéphrine?

L'épinéphrine est le traitement de première ligne d'une réaction allergique grave (aussi appelée « anaphylaxie ») et doit être utilisée sans tarder. En dégagant les voies respiratoires et en augmentant la tension artérielle, elle aide à faire disparaître les symptômes respiratoires et cardiovasculaires qui mettent la vie en danger.

**L'épinéphrine est le seul traitement pouvant mettre fin à une réaction anaphylactique.**

Pour traiter l'anaphylaxie, il ne faut pas utiliser d'antihistaminiques ni de médicaments contre l'asthme à la place de l'épinéphrine. On peut par contre administrer ces médicaments après l'épinéphrine.

## COMMENT l'épinéphrine est-elle utilisée?

L'épinéphrine peut être administrée par auto-injecteur (p. ex. EpiPen<sup>MD</sup>). L'injection d'épinéphrine doit se faire à mi-cuisse, dans le muscle du côté extérieur et peut se faire à travers les vêtements, si nécessaire. L'auto-injecteur ne contient qu'une seule dose d'épinéphrine.

**L'une des erreurs les plus fréquentes en présence d'une réaction anaphylactique est d'attendre trop longtemps avant d'administrer l'épinéphrine. Ce médicament est sans danger et peut sauver une vie. Il ne faut donc pas hésiter à l'injecter.**

## ✓ CONSEILS SUR LES auto-injecteurs d'épinéphrine

**Apportez-le.** Où que vous alliez, vous devriez avoir votre auto-injecteur d'épinéphrine à portée de main.

**Assurez-vous que d'autres personnes savent que vous disposez d'épinéphrine en cas de besoin.** Portez un bijou médical (p. ex. MedicAlert<sup>MD</sup>) indiquant vos allergies et le fait que vous pourriez avoir besoin d'épinéphrine.

**Gardez-le à jour.** Assurez-vous qu'il n'est pas périmé. Planifiez vos propres rappels de vérification de la date sur votre dispositif, ou inscrivez-vous à [epipen.ca](http://epipen.ca) pour recevoir gratuitement un courriel de rappel.

**Prenez-en soin.** L'épinéphrine peut perdre en efficacité si elle est entreposée dans des conditions de chaleur ou de froid extrêmes. Ne laissez jamais votre auto-injecteur dans le coffre à gants de la voiture ou dans le réfrigérateur ou le congélateur, où sa température peut devenir trop élevée ou trop basse. En été, ne le laissez pas au soleil. En hiver, transportez-le dans une poche intérieure de votre manteau.

**Exercez-vous avec un auto-injecteur de démonstration.** Commandez un dispositif de formation gratuit EpiPen sur le site [Web.epipen.ca](http://Web.epipen.ca); ce dispositif ne comporte pas d'aiguille et ne contient pas de médicament.

**Prenez connaissance des positions corporelles.** Au moment de l'administration d'épinéphrine, il est recommandé que la personne qui reçoit le médicament soit en position ASSISE ou COUCHÉE, selon les symptômes. Visitez le site [allergiesalimentairescanada.ca](http://allergiesalimentairescanada.ca) pour plus de détails au sujet des différentes positions possibles.

**Servez-vous-en.** L'auto-injecteur est sans danger et facile à utiliser, et il peut sauver une vie. Le risque associé au fait de ne pas l'administrer est nettement plus grand que les effets secondaires potentiels du médicament (p. ex. fréquence cardiaque rapide, étourdissements, maux de tête).

**Informez les gens autour de vous.** Enseignez à vos amis, aux membres de votre famille, à vos collègues, aux gardiennes d'enfants, aux enseignants — à tous ceux qui doivent le savoir — quand et comment utiliser l'auto-injecteur, et à quel endroit vous le gardez.

# Suivez ces 5 étapes en cas d'urgence

Il est important de réagir rapidement et correctement en cas de réaction anaphylactique.



1. **Utilisez un auto-injecteur d'épinéphrine** (p. ex. EpiPen<sup>MD</sup>) dès l'apparition du **premier signe** clair ou soupçonné de réaction allergique.



2. **Appelez le 9-1-1** ou les services médicaux d'urgence. Dites que quelqu'un présente une réaction allergique qui met sa vie en danger.



3. **Administrez une seconde dose d'épinéphrine** aussi rapidement que 5 minutes après la première injection si les symptômes ne s'améliorent pas.

## H

URGENCE

4. **Rendez-vous immédiatement à l'hôpital le plus proche (idéalement, par ambulance)** même si les symptômes sont légers ou ont disparu.

La réaction peut s'aggraver ou revenir même si elle a été bien traitée. La personne devra rester à l'hôpital sous surveillance pour une durée déterminée par le médecin des services d'urgence (généralement de 4 à 6 heures).



5. **Communiquez avec la personne-ressource en cas d'urgence** (c.-à-d. parent, gardien, conjoint ou conjointe).

Visitez [allergiesalimentairescanada.ca](http://allergiesalimentairescanada.ca) ou composez le **1 866 785-5660** pour de plus amples renseignements ou pour obtenir du soutien.