

Allergie au pollen et aux aliments

Le syndrome d'allergie orale est aussi appelé syndrome pollen-aliment. Ce syndrome est causé par le fait que les protéines qu'on trouve dans certains fruits et légumes frais et certaines noix ressemblent à celles présentes dans des pollens, et cette « réactivité croisée » peut entraîner des symptômes d'allergie comme des picotements dans la bouche et la gorge. Pour en savoir plus, visitez le site allergiesalimentairescanada.ca/pollen-aliment.

Saison du pollen Printemps ●

Été ●

Fin de l'été - automne ●

Automne ●

Des allergies à ces pollens →
peuvent déclencher des réactions à ces aliments ↓

Fruits



Abricot ●
Banane ●
Cantaloup ●
Cerise ●
Kiwi ●
Melon d'eau ●
Melon miel ●
Orange ●
Pêche ●
Poire ●
Pomme ●
Prune ●
Tomate ●

Légumes



Ail ●
Bette à carde ●
Brocoli ●
Carotte ●
Céleri ●
Chou ●
Chou-fleur ●
Concombre ●
Courgette ●
Oignon ●
Persil ●
Poivron ●
Pomme de terre blanche ●

Légumineuses*



Arachide ●
Fève de soya ●

Noix*



Amande ●
Noisette ●



Bouleau



Fléole des prés et dactyle



Herbe à poux



Armoise

* La survenue de picotements dans la bouche ou la gorge après avoir mangé des arachides, des fèves de soya, des amandes ou des noisettes peut indiquer la présence d'allergies plus graves à des légumineuses ou d'autres noix. Voir un allergologue si de tels symptômes sont notés.

Scannez pour obtenir une version numérique ou visitez le site allergiesalimentairescanada.ca/pollen-aliment pour télécharger.

