

Cafards, cocktail de crevettes, vacances

Le voyageur qui change de pays ou de zone climatique s'expose aussi à un spectre d'allergènes différent. Un effet collatéral typique du voyage dans les pays chauds est le contact avec les insectes qui y vivent. Les piqûres ou morsures par des moustiques, taons, mouches, fourmis, abeilles, guêpes et autres créatures « indigènes » peuvent non seulement vous gâcher vos vacances, mais aussi provoquer de véritables allergies.

Qui ne les connaît pas, ces bestioles agaçantes au son strident qui nous empêchent de dormir et nous malmènent: les moustiques, dont on compte plus de 2 500 espèces dans le monde. Ou les mouches noires qui, souvent incognito parce que faciles à confondre avec les mouches ordinaires, entreprennent de vous piquer dans le dos. Quant aux fourmis, dont on se méfie déjà sous nos latitudes, elles appellent une prudence particulière dans le sud des Etats-Unis, en Amérique du Sud et en Australie.

Les piqûres des hyménoptères et les morsures des diptères peuvent causer des douleurs et des démangeaisons importantes, sans parler des maladies transmissibles. Des allergies – c'est l'objet de cet article – peuvent également apparaître chez les personnes prédisposées.

Piqûres d'insectes

Moustiques et mouches noires

Les piqûres d'insectes sont fréquentes ; la peau forme alors un petit nodule le plus souvent rougeâtre, avec un afflux de sang au centre de la zone de piqûre. Les piqûres les plus fréquentes sont celles des moustiques, particulièrement actifs dès la tombée du jour et parfois même dès l'après-midi par temps chaud et humide. Seules les femelles piquent ! Elles ont besoin du sang pour produire leurs œufs. Les mâles sont d'inoffensifs végétariens qui se nourrissent du nectar des fleurs.

Tous les moustiques et les mouches piqueuses ont un point commun : ils flairent leur victime de loin et volent droit vers leur cible pour la piquer. Les insectes spécialisés dans la succion du sang humain peuvent reconnaître leur cible à son odeur corporelle. Le mélange d'acide lactique, d'ammoniac et de gaz confère à l'être humain une odeur qui le

Photos: PD Dr Peter Schmid-Grendelmeier, Hôpital universitaire de Zurich



Préparés à partir de poisson frais, les sushis peuvent héberger des parasites qui, entre autres problèmes de santé, peuvent déclencher des réactions allergiques.

distingue des autres organismes. Si ces petites bêtes flairent p.ex. une forte teneur en acide lactique, plus rien ne les arrête. Cela explique notamment pourquoi certaines personnes les « attirent » plus que d'autres. Tout le monde ne réagit pas pareillement à ces piqûres. Si certaines personnes ne ressentent pratiquement rien, d'autres développent des nodules caractéristiques qui peuvent de surcroît provoquer de très fortes démangeaisons et durer plusieurs jours.

Une telle hypersensibilité aux piqûres de moustiques n'est pas rare. En revanche, il est extrêmement rare que des piqûres de moustique déclenchent une vraie réaction allergique générale telle qu'une urticaire, des difficultés respiratoires ou même un choc allergique.

Les abeilles et les guêpes

Il en va différemment des piqûres d'abeilles et de guêpes. Celles-ci provoquent régulièrement, en plus d'œdèmes locaux impressionnants, des réactions allergiques dangereuses et des tests d'allergie positifs chez le sujet.

Les abeilles africanisées du Brésil ou « abeilles tueuses », nées d'une hybridation entre l'abeille mellifère

européenne (*Apis mellifera mellifera*) et l'abeille africaine (*Apis mellifera adansonii*), sont particulièrement redoutées des personnes allergiques au venin d'abeille. Le venin de ces abeilles n'est pas plus dangereux que celui de notre abeille indigène et une piqûre ne comporte donc pas plus de risques pour le sujet allergique ; en ce sens, le terme d'« abeille tueuse » peut induire en erreur. Par contre, leur comportement est extrêmement agressif et la distance de fuite nettement plus faible, de sorte qu'il n'est pas rare se faire piquer par plusieurs de ces abeilles.

Chez les guêpes, on rencontre plusieurs espèces, en particulier dans la région méditerranéenne, mais aussi aux Etats-Unis. Si la guêpe européenne ou germanique (*Vespa germanica*) et le frelon (*Vespa crabro*) sont les espèces les plus répandues sous nos latitudes, les guêpes polistes (*Polistes*) y sont également fréquentes. Les personnes allergiques au venin de guêpe peuvent se protéger par une immunothérapie – avec un taux de protection jusqu'à 98 % – mais il faut savoir que les piqûres de guêpes polistes pourront déclencher des réactions parce que leur venin est distinct de celui de la guêpe germanique.

Punaises, puces...

Les punaises laissent sur la peau humaine nue, dont elles font leur festin, des traces de piqûre typiquement disposées par groupe de trois, que les Anglo-Saxons désignent par « breakfast, lunch and dinner sign ».

Quant aux puces, qui attaquent aussi les zones de peau recouvertes, leurs piqûres sont généralement multiples et groupées. Les allergies aux puces et aux punaises sont heureusement très rares.

de golf ... voyager avec des allergies

Avant que ça gratte – et si ça gratte

La prévention est la principale mesure propre à dissuader les visiteurs qui piquent et qui mordent. Dans bien des cas, l'application de répulsifs anti-insectes, le port de vêtements longs et l'emploi de moustiquaires se sont révélés efficaces, contre les piqûres de moustiques surtout. Ces mesures sont conseillées pour se protéger non seulement des réactions allergiques, mais aussi des maladies transmissibles comme p.ex. la malaria.

Les crèmes à base de corticoïdes modérément puissants (classe III-IV), associées à des mesures réfrigérantes, et la prise éventuelle d'antihistaminiques peuvent soulager rapidement les démangeaisons dues aux piqûres d'insectes.

Cafards et cocktail de crevettes : quel rapport ?

Les cafards (ou blattes) sont très fréquents dans beaucoup de pays subtropicaux et tropicaux, où ils sont une importante source d'allergènes. Ils comptent parmi les principaux agents déclencheurs d'asthme allergique dans de vastes régions d'Amérique latine, mais aussi d'Asie et d'Afrique. Plusieurs protéines allergènes communes, comme la tropomyosine, présentent un haut degré de réactivité croisée avec les acariens des poussières de maison. Il s'ensuit que les personnes allergiques aux acariens peuvent développer des symptômes d'allergie s'ils sont exposés aux cafards. Au cours des dernières années, des cas d'allergie croisée due à la tropomyosine ont été constatés entre les acariens des poussières de maison, les cafards et les crustacés. De telles allergies aux fruits de mer peuvent déclencher des symptômes sévères incluant l'urticaire, l'asthme allergique et pouvant aller jusqu'à l'anaphylaxie.

Aussi, il importe dans un tel cas d'éviter les fruits de mer et, si l'on est allergique aux crustacés et aux mollusques, de ne pas partir en vacances sans trousse d'urgence (antihistaminiques, seringue d'adrénaline prête à l'emploi, anti-inflammatoires). Une autre précaution particulièrement utile dans ce genre de cas est de se munir d'une carte d'ur-

gence qui atteste la nécessité médicale d'emmenner un médicament injectable pour éviter des situations désagréables lors des contrôles douaniers, notamment quand la trousse est emmenée dans le bagage à main.

Le golf en Floride peut réserver des surprises brûlantes

Autres climats, autre faune – c'est vrai aussi pour le monde des insectes. L'habitat de la fourmi de feu (*Solenopsis invicta*, appelée aussi « imported red fire ant ») couvre de vastes régions du sud des Etats-Unis, mais aussi d'Australie et du Brésil. Ses piqûres peuvent être particulièrement douloureuses. Les personnes sensibilisées peuvent aussi développer des réactions allergiques pouvant aller jusqu'au choc anaphylactique. Les venins des fourmis, des abeilles et des guêpes présentent une forte parenté biochimique qui explique leur réactivité croisée. Une personne allergique au venin d'abeilles ou de guêpes peut donc également réagir au venin de la fourmi de feu.



Anisakis simplex est un ver nématode qui parasite les poissons de mer et dont les larves peuvent temporairement coloniser le tube digestif des personnes ayant consommé du poisson cru ; la photo montre un ver adulte éliminé avec les selles.

Outre des mesures symptomatiques, l'allergie aux fourmis de feu peut se traiter par une immunothérapie. Les extraits disponibles, préparés à partir de fourmis entières, se sont cependant révélés nettement moins efficaces que les extraits hautement purifiés de venin d'abeilles ou de guêpes utilisés chez nous.

Les activités en plein air comme le jogging ou le golf sont les conditions dans lesquelles se produisent la plupart des piqûres de fourmis de feu chez les touristes au sud des Etats-Unis.

Les piqûres d'insectes ont aussi de bons côtés

S'émerveiller du spectacle d'un papillon aux couleurs magnifiques voletant de fleur en fleur est l'un des plaisirs les plus relaxants que l'on goûte en vacances, et de plus, ça ne coûte rien. Joyaux de la nature, pollinisateurs, agents de lutte biologique ou producteurs de miel – un monde sans insectes serait inconcevable. Près du tiers des denrées alimentaires, rien que dans les pays occidentaux, sont des produits directs de la pollinisation par des insectes. Les productions végétales tributaires de la pollinisation par les insectes comprennent les pommes, cerises, agrumes, figues, poires, prunes, amandes, des fruits de plantes basses comme les mûres, airelles, melons, framboises et fraises, des légumes comme les asperges, haricots, chou, carottes, concombres, aubergines, laitues, poivrons, courges et tomates, ainsi que l'oignon, l'ail et le piment. S'y ajoutent le café, le thé et le chocolat, car le cacaoyer (*Theobroma cacao*) est lui-même pollinisé par de minuscules moucheron, les culicoïdes.

Profitez donc de vos vacances en vous protégeant des piqûres d'insectes, mais ne vous privez pas d'observer le monde varié et captivant des insectes.

■ Prof. Dr méd. Peter Schmid-Grendelmeier, responsable du service d'allergologie
Clinique dermatologique
Hôpital universitaire de Zurich



■ Traduction : Rolf Lüthi Übersetzungen AG, Berne