

L'allergie aux poils de chat

Environ 10% des allergies respiratoires de l'Homme sont déclenchées par les poils de chat. Mais si vous êtes atteint de ce type d'allergie, avant de prendre la décision radicale de vous débarrasser définitivement du ou des coupable(s), lisez les conseils contenus dans cette fiche pratique.



A quoi est due l'allergie aux poils de chat ?

Le terme d'allergie « aux poils de chat » n'est pas réellement approprié : il s'agit en réalité d'une allergie à une protéine particulière appelée Fel d1 contenue essentiellement dans la salive et le sébum (sécrétions des glandes sébacées) du chat. Cette protéine se dépose sur les poils du chat lorsqu'il fait sa toilette. Lorsqu'il perd ses poils, cette substance allergisante se retrouve dans toute la maison : sur le canapé, les lits, les tapis, la moquette, les rideaux, les vêtements et même en suspension dans l'air...

Il n'est donc pas nécessaire qu'un contact avec un chat se produise pour qu'une personne sensible déclenche une allergie : il peut suffire qu'elle s'assie sur un canapé où un chat a perdu ses poils. Certains enfants déclenchent même une réaction allergique dans leur salle de classe, où aucun chat n'a jamais mis les pattes (a priori)...

> Cette protéine allergisante peut aussi se retrouver dans les urines, les larmes et les squames (fragments de peau morte) du chat.

Remarque : quand ils sortent, les chats peuvent aussi rapporter du pollen, des moisissures et bien d'autres allergènes sur leur fourrure !

Comment se manifeste-t-elle ?

Le plus souvent, l'allergie aux poils de chat se manifeste par une rhinite (éternuements, sensation de gorge qui gratte, congestion nasale...) et/ou une conjonctivite (yeux qui coulent ou qui piquent). Des démangeaisons peuvent également apparaître sur le visage ou les bras par exemple, fréquemment en contact avec le chat. Dans les cas les plus graves, l'allergie peut se traduire par des crises d'asthme (toux ou respiration soufflante) ou un œdème de Quincke (gonflement des tissus au niveau du visage et des voies respiratoires).

L'allergie peut mettre très longtemps avant de s'exprimer : vous pouvez donc tout à fait déclencher une allergie après des années de « cohabitation pacifique » avec votre chat.

> On peut également retrouver des allergènes plusieurs mois, voire plusieurs années après que les chats ont quitté un lieu.

Que faire si vous soupçonnez d'être allergique aux poils de chat ?

La première chose à faire en cas de suspicion d'allergie aux poils de chat est bien sûr de consulter votre médecin traitant ou mieux un allergologue. Il confirmera le diagnostic par une simple prise de sang ou un test allergique cutané et évaluera la gravité des symptômes.

> Votre médecin peut aussi vous conseiller de vivre sans chat pendant quelques mois pour voir si vos symptômes allergiques s'atténuent. L'éviction définitive du chat est un moyen de prévention qui doit toujours être discuté car son impact psychologique peut être important, surtout si des enfants habitent dans le foyer.

Si les symptômes ne sont pas trop importants, la prise de médicaments classiques anti-allergie (antihistaminique, décongestionnant...) et quelques mesures hygiéniques simples peuvent suffire si vous (ou une personne de votre foyer) êtes allergique. Les manifestations allergiques ne disparaîtront pas totalement, mais resteront dans les limites du tolérable.

- Aérez quotidiennement votre maison ou votre appartement, même en hiver.
- Brossez régulièrement le chat, si possible à l'extérieur. Récupérez le maximum de poils et enfermez-les dans un sac plastique hermétique.
- Passez un gant humide dans le pelage du chat, tous les jours ou tous les deux jours. Cela lui évitera de répandre des poils et des squames dans l'habitation.
- Nettoyez la litière aussi souvent que nécessaire.
- Passez fréquemment l'aspirateur. N'oubliez pas le dessous des meubles (où les poils peuvent s'accumuler), les tapis, le canapé, la literie... Secouez les couettes, les couvertures, les oreillers et les coussins par la fenêtre.
- Ne laissez pas le chat dormir dans le lit de la personne allergique.
- Rangez tous les vêtements dans des placards fermés.

Remarque : bien entendu, si c'est vous qui êtes allergique, déléguiez à une personne non sensible tous les soins au chat et évitez le contact avec la litière...

> Si vous êtes allergique ou si vous avez dans votre entourage des personnes allergiques aux poils de chat, ayez toujours en réserve un médicament pour soigner une crise : un antihistaminique sous forme de vaporisateur nasal par exemple.

Il existe des possibilités de désensibilisation : cela consiste en des injections régulières, sur plusieurs mois, de doses de plus en plus importantes d'allergène, afin que le système immunitaire s'habitue à la substance allergisante. Ce processus marche bien pour les allergies respiratoires aux pollens ou aux acariens, mais les résultats sont un peu décevants pour les allergies aux poils de chat. Cependant, chez certaines personnes, la désensibilisation apporte une diminution de la fréquence et de l'importance des symptômes.

Existe-t-il des races de chats moins allergisantes que d'autres ?

Plus le chat a des poils longs et épais, et plus la quantité d'allergène libérée dans son milieu de vie est importante. Un chat nu (type Sphynx) ou à poils courts est donc en théorie mieux supporté par une personne allergique qu'un Persan... Mais en réalité, le problème n'est pas si simple, puisque nous avons vu que l'allergie n'est pas réellement liée aux poils mais plutôt aux sécrétions cutanées ! Des chercheurs ont travaillé à la création de races de chats « hypoallergéniques » qui synthétiseraient en plus faible quantité la protéine allergisante Fel d1. Outre le fait que ces chats génétiquement modifiés coûtent très chers, le risque d'allergie n'est pas complètement nul...

L'allergie aux poils de chat est la plus commune des allergies aux animaux. Les chats sont responsables des 2/3 des allergies aux animaux de compagnie, le 1/3 restant étant causé par les rongeurs, les oiseaux, les chevaux, les animaux de la ferme et les Nouveaux Animaux de Compagnie (gerbilles, chinchillas ou reptiles). Les allergies aux chiens sont peu fréquentes.

Y a-t-il un risque pour les enfants ?

Au contraire, différentes études tendent à prouver que les bébés ou les jeunes enfants vivant avec un animal de compagnie (chien ou chat) ont moins de risque de présenter plus tard des allergies respiratoires, et de façon générale des affections respiratoires. Cependant, un enfant qui a déjà des tendances allergiques peut aggraver son cas en s'exposant à un animal de compagnie.

