



**Manque de concentration,
difficultés scolaires :
cherchez la rhinite allergique**

Rhinite allergique : des conséquences

• Identifier les signes

Eternuements en salve, démangeaisons des paupières, yeux larmoyants, toux, sensation de nez bouché, ou au contraire rhinorrhée abondante contraignant à se moucher constamment ... Un phénomène courant à l'école.

Ce cortège de symptômes peut traduire une rhinite allergique. Le nez bouché de manière permanente retentit sur la croissance de la mâchoire et peut conduire à des traitements orthodontiques.

Chez le plus jeune en maternelle, les pertes d'audition consécutives à la recrudescence des otites séreuses perturbent l'acquisition du langage.

La rhinite allergique peut être impliquée dans tous ces troubles.

La rhinite allergique, surtout lorsqu'elle est modérée à sévère et insuffisamment contrôlée par les traitements symptomatiques, a de forts retentissements sur l'état général de l'enfant. Cette maladie, et notamment l'un de ses symptômes les plus fréquents, l'obstruction nasale chronique, a pour conséquence :

- Des accès de somnolence dans la journée dus à un sommeil écourté la nuit par les réveils nocturnes, ou de mauvaise qualité : plus superficiel que profond en raison de l'obstruction nasale, il est moins réparateur
- Une baisse de concentration de nature à entraîner des difficultés scolaires,
- Une plus grande fatigabilité
- Une éventuelle toux incoercible.
- Des troubles de l'humeur bien compréhensibles

• D'autres signes physiques insoupçonnés peuvent également survenir...

Une grande pâleur, des cernes liées à un sommeil de mauvaise qualité, une élocution parfois difficile en raison de l'obstruction nasale, une déformation de la mâchoire pour contrecarrer l'obstruction nasale et le risque d'un moindre développement des sinus maxillaires.

De quoi perturber fortement la qualité de vie de millions d'élèves !



ces insoupçonnées

- **L'interprétation des enseignants : un problème de sommeil ?**

Certain enseignants, attentifs aux rythmes scolaires des enfants peuvent interpréter la somnolence et la baisse de rendement observées en classe comme une conséquence du manque de sommeil.

S'agit-il d'un **manque d'heures de sommeil** s'expliquant par des activités trop envahissantes ou plutôt **d'un sommeil de mauvaise qualité**, insuffisamment réparateur en raison de la nature allergique de l'obstruction nasale ?

Des études démontrent l'impact du manque de sommeil lié à la rhinite allergique sur la qualité de vie.

- **Des parents parfois injustement mis en cause**

Inquiets en l'absence de traitement efficace puisqu'ils sont souvent contraints à gérer les crises, inquiets par rapport aux résultats scolaires insatisfaisants, **les parents se sentent souvent démunis, voire culpabilisés** alors qu'ils respectent une heure de coucher précoce pour leur enfant.

Ces mêmes parents sont souvent confrontés à des troubles orthophoniques mais aussi à des problèmes orthodontiques, la respiration par la bouche favorisant une mauvaise position de la langue lors de la croissance.

- **Quelles solutions ?**

Il est nécessaire d'examiner attentivement l'enfant pour établir le lien entre fatigue et obstruction nasale.

Un diagnostic réalisé par un médecin allergologue est indispensable.

Un bilan allergologique, un examen du nez ou une mesure de la fonction respiratoire, associés à l'interrogatoire permettraient d'identifier une rhinite allergique et éventuellement un asthme associé à la rhinite (plus d'un tiers des cas).

Rechercher en priorité les allergènes responsables (acariens, pollens, moisissures, poils de chat, etc...) permettra de mieux orienter la prise en charge en même temps que seront prises les mesures d'éviction lorsque celles-ci sont possibles.



Selon les Recommandations du Programme ARIA 2008

**"Une prise en charge optimale de la rhinite
peut améliorer un asthme concomitant".**

Avec la participation du Dr. Florence Trébuchon, allergologue



Tél. : +33 (0)1 40 50 37 10
Email : contact@comite-allergies.org
Site internet : www.comite-allergies.org