

17 nov 2022 -05:49

Allergie alimentaire ? Gare aux tests inutiles!

De nos jours, plus d'un quart de la population souffre d'une ou de plusieurs allergies. Parmi celles-ci, les allergies alimentaires sont tout particulièrement en augmentation, surtout chez les enfants. Or, il est souvent difficile d'obtenir un diagnostic correct. Les patients ont des attentes irréalistes et manquent de connaissances essentielles. Par ailleurs, certains médecins disposent d'une expertise insuffisante pour prescrire les tests appropriés, interpréter leurs résultats complexes et poser ainsi un diagnostic correct. Trop souvent, il en résulte des traitements erronés, comprenant notamment des régimes d'éviction trop stricts susceptibles d'induire à leur tour des problèmes de santé. Dès lors, le Conseil Supérieur de la Santé recommande de recourir systématiquement à un médecin spécialisé dans les allergies alimentaires.

Allergies vs intolérances alimentaires

Les hypersensibilités alimentaires touchent toutes les tranches d'âge. Les allergies alimentaires, qui résultent d'une réponse inadéquate du système immunitaire, se distinguent des intolérances alimentaires, qui impliquent d'autres mécanismes biologiques. Selon l'aliment et l'individu, les symptômes de ces sensibilités exacerbées peuvent être similaires, mais leurs conséquences potentielles ne le sont pas. Les allergies peuvent provoquer des réactions très graves dont l'issue peut même être fatale.

Tests commerciaux

Les laboratoires d'analyse sont de plus en plus amenés à réaliser des tests visant à dépister des allergies alimentaires. Ce phénomène peut bien sûr découler de la prévalence actuelle accrue des allergies, mais le Conseil Supérieur de la Santé constate également une augmentation du nombre de tests réalisés alors que leur valeur n'est pas établie. Des laboratoires commerciaux dans l'ensemble de l'Union européenne proposent actuellement des tests à grande échelle, prétendant qu'il s'agit d'outils fiables pour le diagnostic des allergies alimentaires, alors que ce n'est généralement pas le cas. En outre, les patients ont de plus en plus accès à des tests controversés proposés sur internet, notamment des tests IgG, des tests basés sur la bio-résonance, des analyses de cheveux, etc. Ces tests sont en vente libre, mais sont souvent coûteux et sont de toute façon dépourvus de base scientifique démontrée. L'interprétation des résultats est loin d'être simple et est de surcroît rarement effectuée par un médecin spécialisé. La présentation simpliste de ces tests crée l'illusion que les allergies alimentaires peuvent être réduites à une seule cause et son effet, alors que la réalité est souvent bien plus complexe.

Diagnostic erroné

Le professionnel de la santé en charge du patient doit être en mesure de lui poser les bonnes questions et d'y associer les tests appropriés pour confirmer ou infirmer ces constats. Une analyse correcte et la confrontation des résultats avec ceux d'éventuels tests complémentaires, tels que les tests cutanés et les tests de provocation orale, devraient conduire à un diagnostic correct. Toutefois, des tests inappropriés, des interprétations trompeuses et un manque de connaissances conduisent à des diagnostics erronés. Cela se traduit par une inquiétude inutile pour les patients, qui tentent de poursuivre des régimes d'éviction (parfois coûteux) au détriment de leur qualité de vie, alors que ceux-ci sont susceptibles de nécessiter des examens supplémentaires (parfois onéreux). De plus, les régimes restrictifs inutiles peuvent entraîner des carences nutritionnelles et avoir des répercussions négatives sur la santé, notamment chez l'enfant en croissance.

Recommandations

Si vous pensez être hypersensible à certains aliments, consultez d'abord votre médecin généraliste. Une première évaluation des symptômes pourra alors être réalisée et vous serez orienté(e) vers un médecin spécialisé en allergologie si une allergie est suspectée. Afin d'assurer un diagnostic correct pour le patient, le Conseil Supérieur de la Santé émet les recommandations suivantes :

1. Les tests IgG n'ont pas leur place dans le diagnostic correct des hypersensibilités alimentaires. De même, le dosage d'IgE totales réalisé de manière isolée n'apporte pas d'informations pertinentes.
2. Les tests IgE spécifiques d'extraits alimentaires associés à une évaluation clinique peuvent confirmer certaines allergies alimentaires.
3. La sélection, l'analyse et l'interprétation des tests doit être confiée à des médecins spécialisés disposant d'une expertise théorique et clinique approfondie en allergologie.
4. Le grand public et la communauté médicale doivent être davantage sensibilisés au non-sens et aux dangers des tests de laboratoire trompeurs (en ligne et hors ligne) en cas de suspicion d'allergie alimentaire.

Vers l'avis complet

Conseil Supérieur de la Santé
Place Victor Horta 40/10
1060 Bruxelles
Belgique
+32 2 524 97 97
<http://www.css-hgr.be>

Fabrice Péters
Coordinateur général
+32 486 31 47 59
+32 2 524 91 74
fabrice.peters@health.fgov.be

Sofie Verdoodt
Responsable communication
+3225249105
+32478731183
sofie.verdoodt@health.fgov.be