

Crêpes Nutella	X	X	X	X	X				X					
Crêpe caramel beurre salé	X	X	X	X	X				X					
Crêpe confiture de framboise	X	X	X	X	X									

LA CONDUITE À TENIR DEVANT UNE URGENCE LIÉE À UNE ALLERGIE ALIMENTAIRE

Si vous présentez une allergie marquée à un aliment, votre médecin vous a peut-être prescrit un kit de soins d'urgence. Cette trousse contient une dose auto-injectable d'adrénaline (substance augmentant le rythme cardiaque et la pression artérielle, et dilatant les bronches). Elle s'utilise en cas de choc anaphylactique, sans attendre les secours.

Si vous possédez ce type de trousse d'urgence :

- Conservez-la toujours sur vous ;
- Apprenez à reconnaître les premiers signes d'un choc et à manipuler le matériel de soins par vous-même (à l'aide du stylo d'entraînement fourni). Le bon geste consiste à positionner le stylo sur le bord extérieur de votre cuisse. Maintenez ensuite une pression sur le bouton déclencheur pendant dix secondes ;
- Informez aussi votre entourage sur le mode d'emploi du matériel.

Une surveillance médicale s'impose après toute injection d'adrénaline. Une prise en charge hospitalière est donc nécessaire si vous avez utilisé votre trousse d'urgence. Ce suivi permet en outre d'étudier l'évolution de votre allergie alimentaire pour adapter si nécessaire votre traitement.