

Le **latex** est une substance liquide produite entre autres par un arbre tropical, dénommé *hevea brasiliensis*, un arbre à caoutchouc. Après plusieurs étapes de préparation, ce suc devient du caoutchouc (dit caoutchouc naturel), ensuite utilisé pour la fabrication de très nombreux objets.

Pour éviter d'entrer en contact avec le latex, les **mesures d'éviction** suivantes sont **utiles et complémentaires aux traitements prescrits par votre médecin**. Le but de ce document est de vous donner des pistes pour vous protéger des allergènes qui vous posent problème tout en altérant le moins possible votre qualité de vie.

### Eviter les objets pouvant contenir du latex :

- Gants de ménage, gants de dentiste ou de médecin, matériel médical en caoutchouc. **Avertir le personnel médical et paramédical de cette allergie**
- **Eviter les objets en caoutchouc faits de latex** (roues, poignées de guidon, jouets, équipements / vêtements de sport, élastiques des vêtements, sucettes pour bébés, couches, ballons gonflables, matelas, etc). Vérifier sur l'étiquette en cas de doute
- **Utiliser des préservatifs ou diaphragmes sans latex**

### Eviter les plantes de la même famille que le latex :

- **Ficus benjamina et autres ficus**
- **Certains fruits** peuvent ne pas être tolérés en cas d'allergie au latex (fruits exotiques en particulier, comme banane, kiwi, avocat, châtaigne). Il vaut la peine d'en discuter avec votre allergologue.

### Choisir ses occupations

- **Métier et loisirs** : l'idéal est de choisir des activités qui ne nécessitent pas de contact avec le latex ... sans pour autant renoncer à ses passions ! Concernant les métiers où il s'agit de gants en latex, ils sont remplaçables par des gants en vinyle ou nitrile, par exemple. Il peut être utile de discuter avec votre allergologue des risques des activités envisagées.

### Porter avec soi la trousse d'urgence prescrite par votre médecin

- **Selon les manifestations de votre allergie, votre médecin vous a prescrit un traitement** contre l'asthme, la toux, le rhume, la conjonctivite ou les démangeaisons. Il est impératif de les avoir avec vous en permanence, car les mesures d'éviction décrites dans ce document peuvent ne pas suffire à éviter les allergènes que vous ne supportez pas.

**Pour en savoir plus**, vous pouvez discuter avec votre médecin traitant ou contacter le cabinet CIAO. Sur le site internet [www.immunologie-allergologie-paiano.ch](http://www.immunologie-allergologie-paiano.ch), d'autres documents complémentaires à celui-ci sont disponibles.