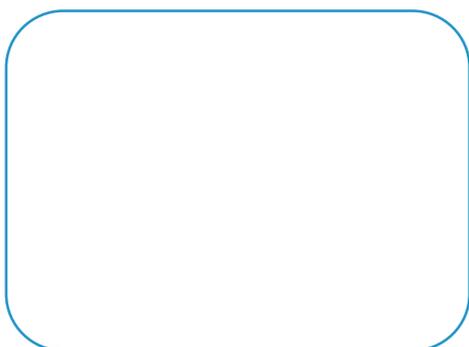


# L'urticaire chronique

## Pour ne pas aggraver les crises :

- Même les médicaments les plus anodins peuvent aggraver les symptômes en l'absence de toute allergie : il est donc conseillé d'éviter les prises d'aspirine ou d'anti-inflammatoires non stéroïdiens ; préférer le paracétamol en cas de douleurs modérées,
- Limitez la température et la puissance du jet de douches et d'éviter d'autres sources de chaleur non indispensables (saunas...).
- Le stress à lui seul n'induit pas l'urticaire chronique mais peut favoriser ou aggraver les poussées de la maladie.
- La cortisone n'est pas le traitement de l'urticaire chronique en dépit d'un effet immédiat souvent spectaculaire, elle expose au risque de rebond de la maladie lors de son arrêt et d'aggravation progressive ainsi qu'à des effets secondaires à long terme.
- Prendre un traitement anti-histaminique quotidiennement pendant plusieurs semaines ou mois plutôt que de le prendre uniquement lors des poussées.
- En cas d'urticaire physique, un avis spécialisé est souhaitable.
- Il ne faut pas hésiter à consulter son médecin pour lui exprimer la gêne ressentie et lui poser des questions sur la maladie.

Cachet du médecin :



Date : \_\_\_\_\_

Signature :