Plan de acțiune în anafilaxie

Copii mari, adolescenți, adulți · 30 kg sau peste

Fotografie

Nume și prenume _____ **Data nașterii** _____

Greutate _____ kg

Astm? ☐ Da (risc mai mare de reacție severă) ☐ Nu

Alergic la _____

Contact urgență 1 _____ **Telefon** _____

Contact urgență 2 _____ **Telefon** _____

Adrenalină: ☐ **Autoinjector 0,3 mg** ☐ **Spray nazal EURneffy® 2 mg**

Antihistaminic, doză _____ **Corticosteroid, doză** _____

Inhalator (dacă are astm) _____ **Unde se păstrează** _____

Plan întocmit de dr. **Semnătura și parafa** **Data**

ADRENALINA IMEDIAT DACĂ APARE BRUSC:

UN SINGUR semn sever de afectare a respirației, gâtului sau circulației după contactul cu un alergen cunoscut care poate provoca anafilaxie pentru această persoană — chiar fără semne pe piele.

Respirație și gât

- Respirație dificilă, zgomotoasă sau șuierătoare (wheezing)
- Senzație de gât îngustat; limba sau gâtul se umflă
- Tuse persistentă
- Voce răgușită, dificultate la vorbire sau la înghițire

Circulație

- Amețeală persistentă / senzație de leșin
- Slăbiciune bruscă, confuzie
- Leșin, pierderea stării de conștiență

SAU

Sunt afectate DOUĂ SAU MAI MULTE sisteme după contactul cu un alergen probabil sau cunoscut:

Piele / mucoase
Urticarie/blânde, roșeață, mâncărime, buze/limbă/față umflate

Respirație / gât
Respirație grea sau șuierătoare, tuse persistentă, voce răgușită, senzație de gât îngustat

Circulație
Amețeală, slăbiciune bruscă, leșin, pierderea stării de conștiență

Digestiv sever
Vărsături repetate, durere abdominală severă, scaune explozive

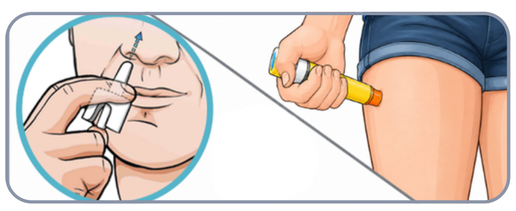
Chiar dacă alergenul nu este cunoscut: semne pe piele/mucoase + afectarea respirației sau circulației = adrenalină.

Înțepătură de albină sau viespe: durerea abdominală severă sau vărsăturile repetate pot reprezenta anafilaxie → **administrează adrenalina.**

Dacă ai dubii, administrează adrenalina. Nu amâna.

112

1 Adrenalina



Administreaz-o imediat. Ești singur? Întâi adrenalina, apoi 112.

2 Sună la 112



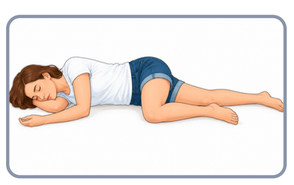
Spune „anafilaxie” și ora dozei.

3 Culcat, nu te ridica

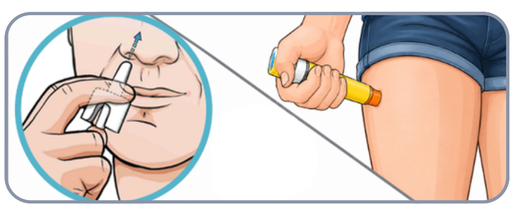
Respiră greu: <u>așezat, cu picioarele întinse</u>.



Varsă/ e inconștient dar respiră: <u>pe o parte</u>.



4 A doua doză



Autoinjector: 5–15 min
EURneffy®: ~10 min, aceeași nară

După adrenalină: inhalatorul prescris dacă ai wheezing; antihistaminic pentru simptomele de piele; anunță persoana de contact. Evaluare la spital chiar dacă te simți mai bine.

REACȚIE UȘOARĂ–MODERATĂ

Fără niciun semn din chenarul roșu

Cum arată

- Urticarie/blânde, roșeață sau mâncărime
- Buze, față sau pleoape umflate, dar respirația este normală
- Furnicături sau mâncărime în gură
- Prurit (mîncărime) palme, tălpi, zonă genitală
- Greață, durere abdominală ușoară sau vărsături după aliment/medicament, fără alte semne din chenarul roșu.

Ce faci

- **Nu rămâne singur.** Spune cuiva.
- Ia **antihistaminicul** și **corticosteroidul**.
- **Ține adrenalina la îndemână.**
- Urmărește atent evoluția simptomelor.
- **Semne noi sau agravare → adrenalina și 112.**

Mereu la tine: 2 doze/dispozitive de adrenalină prescrise și acest plan.

Cum se administrează adrenalina

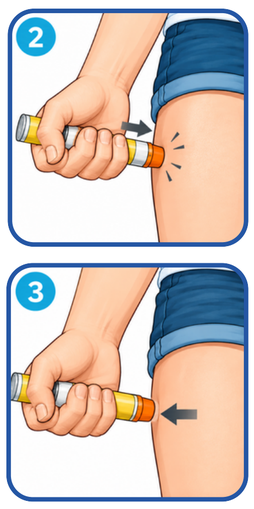
Copii mari, adolescenți, adulți · 30 kg sau peste

Autoinjectorul EpiPen®

Scoate autoinjectorul din tubul de transport.



1. Albastru spre cer. Ține-l în pumn, vârful portocaliu în jos. Scoate capacul albastru drept în sus.



2. Portocaliu spre coapsă. Pune vârful portocaliu pe mijlocul feței externe a coapsei. Apasă ferm până auzi sau simți clicul. **Poate fi administrat prin haine.**

3. Ține 3 secunde. Apoi retrage autoinjectorul. Teaca portocalie acoperă automat acul.

Dacă simptomele persistă sau se agravează: a doua doză după 5–15 minute, cu un al doilea autoinjector.

Sprayul nazal EURneffy® 2 mg

Scoate sprayul din blister, trăgând de folie.



1. Ține. Degetul mare pe **baza pistonului**, câte un deget de o parte și de alta a duzei. **Nu apăsa pistonul și nu testa sprayul înainte de administrare.**

2. Introdu. Vârful într-o nară până când degetele ating nasul. Ține duza dreaptă, orientată spre frunte.



3. Apasă ferm. Împinge pistonul în sus până când se declanșează și pulverizează doza.

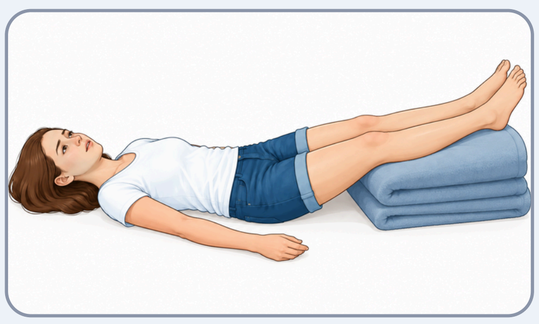
După aproximativ 10 minute, dacă simptomele nu se ameliorează, reapar sau se agravează ori a existat o eroare de administrare: **folosește un spray nou, în aceeași nară.**

Poziția în timpul reacției



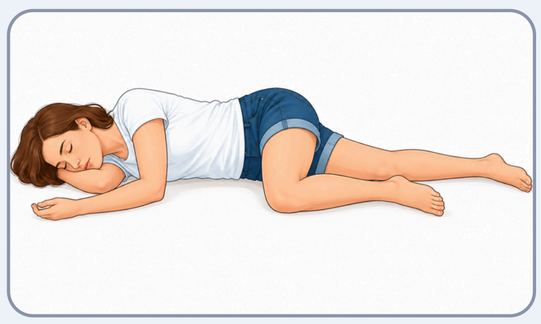
Respiră greu

Așezat/sprijinit, cu picioarele întinse.



Amețit, palid

Culcat pe spate, cu picioarele ridicate.



Varsă sau este inconștient, dar respiră normal

Întins pe o parte (poziția de siguranță).



Niciodată

În picioare și nu îl lăsa să meargă, chiar dacă pare că și-a revenit

În sarcină: culcată pe partea stângă.
Dacă nu răspunde și nu respiră normal: începe resuscitarea și urmează indicațiile 112.

Ce spui la 112

- „Anafilaxie / reacție alergică severă.”
- Adresa exactă, etaj, interfon.
- Spune dacă persoana este conștientă și respiră normal.
- La ce a fost expusă și când, dacă se știe.
- Ora și numărul dozelor de adrenalină administrate.

După reacție

- evaluare medicală de urgență chiar dacă te simți mai bine; spune echipajului ce dispozitiv și câte doze ai folosit; înlocuiește imediat dispozitivele utilizate.

În fiecare zi

- ai la tine 2 doze/dispozitive de adrenalină; verifică periodic data expirării; păstrează-le conform prospectului și nu le lăsa în mașină sau la temperaturi extreme; programează evaluare alergologică după un episod de anafilaxie.

Surse: GA²LEN Anaphylaxis Consensus 2024 (Dribin et al., J Allergy Clin Immunol 2025;156:406–417, doi:10.1016/j.jaci.2025.01.021); EAACI 2021 (Muraro et al., Allergy 2022;77:357–377, doi:10.1111/all.15032); WAO 2020 (Cardona et al., doi:10.1016/j.waojou.2020.100472); JTFPP 2023 (Golden et al., doi:10.1016/j.anai.2023.09.015); Handorf et al. 2024 (doi:10.1016/j.jaip.2024.05.018); RCP EpiPen® și EURneffy®.