

Préparer ses tests allergologiques

Les bons réflexes avant un prick-test, une IDR, des patch-tests, une prise de sang ou un test de provocation

Tous les tests allergologiques ne se préparent pas de la même façon. Selon le test prévu, certains médicaments peuvent modifier les résultats, alors que d'autres n'ont aucune incidence. Votre histoire, vos photos et vos documents sont souvent aussi importants que le test lui-même. Les consignes données par l'équipe qui réalise vos tests sont toujours prioritaires.

Le message le plus important

Ne modifiez jamais seul(e) vos médicaments avant un test. Certains traitements peuvent gêner certains tests cutanés, mais les consignes dépendent du médicament, du type de test, du contexte clinique et du protocole du service. En cas de doute, contactez l'équipe avant le rendez-vous.

Les 4 repères essentiels

1. Vérifiez les consignes reçues

Courrier, SMS, mail ou document remis par le service : ces consignes priment sur toute information générale.

2. Notez tous vos traitements

Ordonnance et automédication : antihistaminiques, corticoïdes, inhalateurs, traitements biologiques, collyres, crèmes, compléments, etc. Ne décidez pas vous-même lesquels arrêter.

3. Préparez l'histoire de votre réaction

Notez si possible : date, produit suspect, délai avant symptômes, symptômes, traitement reçu, photos et compte rendu médical.

4. Un test ne se lit jamais tout seul

Test positif ≠ allergie cliniquement responsable. Un test peut montrer une sensibilisation. Le médecin vérifie ensuite si elle correspond aux symptômes, à leur chronologie et à l'exposition.

Un test plus « gros » signifie-t-il une allergie plus grave ?

Non. La taille d'un prick-test ou d'une autre réaction cutanée ne permet pas, à elle seule, de prévoir la gravité d'une réaction future.

Prick-tests : explorer surtout les allergies immédiates

Le prick-test consiste à déposer de petites quantités d'allergènes sur la peau, puis à effectuer une très légère effraction cutanée. La lecture est généralement faite environ 15 à 20 minutes plus tard.

Avant

- suivez la consigne reçue concernant vos antihistaminiques ;
- ne choisissez pas vous-même leur délai d'arrêt ;
- signalez tous les autres médicaments ;
- n'interrompez jamais un traitement indispensable sans avis médical ;
- signalez un eczéma important ou une peau difficilement testable.

Pendant et après

Des témoins positif et négatif sont habituellement utilisés pour vérifier que le test peut être interprété correctement. Une petite réaction locale peut persister quelque temps. La taille de la papule ne prédit pas à elle seule la gravité d'une future réaction.

J'ai pris mon antihistaminique par erreur

Ne renoncez pas automatiquement au rendez-vous. Signalez simplement le nom du médicament, la dose et l'heure ou la date de la dernière prise. L'équipe décidera si le test peut être interprété, s'il faut utiliser une autre méthode ou s'il vaut mieux le reporter.

IDR : un test plus spécialisé

Une intradermoréaction (IDR) consiste à injecter une très petite quantité d'un produit dans la peau. Elle peut être utilisée dans certaines explorations spécialisées, notamment selon le contexte pour certains médicaments ou les venins d'hyménoptères.

Avant

- respectez les consignes médicamenteuses du service ;
- apportez les informations précises sur la réaction initiale ;
- signalez un asthme mal contrôlé ou une maladie aiguë récente ;
- indiquez tous les traitements pris récemment.

Important

Le résultat d'une IDR doit être interprété avec l'histoire clinique, le produit testé, la concentration utilisée et le délai de lecture. Une IDR positive n'est jamais interprétée isolément.

À lire aussi sur SOS Allergo

- Prick-tests : comprendre l'examen
- IDR : lectures immédiates et retardées

Patch-tests : une préparation différente

Les patch-tests recherchent principalement une allergie de contact retardée. Ils ne recherchent pas de la même manière les allergies respiratoires ou alimentaires. Plusieurs lectures peuvent être nécessaires.

Avant la pose

- signalez les crèmes ou traitements appliqués sur le dos ou la zone testée ;
- signalez les corticoïdes et autres traitements immunomodulateurs ;
- évitez éventuellement les corps gras sur la zone si cela vous a été demandé ;
- signalez une poussée importante d'eczéma ;
- signalez une exposition solaire récente importante.

Apportez les produits demandés

Selon le problème étudié, l'équipe peut vous demander d'apporter : cosmétiques, crèmes, shampoings, gants, pansements, colles, adhésifs, produits professionnels, emballages ou listes d'ingrédients.

En cas de problème professionnel

Apportez si possible les noms précis des produits, étiquettes, compositions et fiches de données de sécurité lorsqu'elles sont disponibles.

Pendant les patch-tests

- gardez la zone sèche selon les consignes du centre ;
- évitez la transpiration importante ;
- évitez les activités qui risquent de décoller les dispositifs ;
- ne grattez pas ;
- ne repositionnez pas seul(e) un patch complètement décollé sans consigne.

Le test ne se termine pas lorsque les patchs sont retirés

Les réactions peuvent apparaître progressivement. Les lectures tardives permettent parfois de détecter une réaction qui n'était pas visible au retrait. Respectez donc tous les rendez-vous de lecture prévus.

À lire aussi : « Patch-tests : que faire après la pose ? »

Cette fiche dédiée explique le retrait à 48 h, la conservation du quadrillage, les précautions concernant l'eau et la transpiration, ainsi que l'intérêt des photos en cas de réaction tardive.

Prise de sang : IgE spécifiques

Une prise de sang peut rechercher des IgE spécifiques dirigées contre certains allergènes. Elle peut être utile notamment lorsque les tests cutanés ne sont pas réalisables, sont difficiles à interpréter, ou lorsqu'une question précise nécessite une analyse sanguine.

Les antihistaminiques empêchent-ils le dosage sanguin des IgE spécifiques ?

Non. Ils peuvent gêner certains tests cutanés immédiats, mais ils n'empêchent pas le dosage sanguin des IgE spécifiques.

Pourquoi ne teste-t-on pas « tout » ?

Un bilan allergologique commence par votre histoire. Le médecin choisit ensuite les allergènes capables de répondre à une question précise. Tester de très nombreux allergènes sans contexte peut révéler des sensibilisations qui n'expliquent pas vos symptômes.

Sensibilisation ≠ allergie responsable

Un résultat positif indique que votre organisme reconnaît un allergène. Il faut encore vérifier que cet allergène correspond réellement à vos symptômes, à leur chronologie et à votre exposition.

Tests de provocation : une préparation décidée au cas par cas

Un test de provocation consiste à administrer de façon contrôlée un aliment, un médicament ou, dans certains contextes, un autre produit, selon un protocole médical.

Ne jamais reproduire un test de provocation à domicile

Un test de provocation est réalisé avec une évaluation préalable du risque, un protocole précis, une surveillance et des moyens de traitement disponibles si nécessaire.

Avant le test

Respectez exactement les consignes du service concernant les médicaments, les repas ou un éventuel jeûne, l'horaire d'arrivée et la durée prévue sur place.

Contactez l'équipe si, avant le rendez-vous, vous présentez :

fièvre · maladie aiguë · aggravation de l'asthme · nouveau traitement · problème médical inhabituel.

Questions fréquentes

Mon test est positif : je suis forcément allergique ?
Non. Il montre une sensibilisation qui doit être confrontée à votre histoire.

Plus mon prick-test est gros, plus ma future réaction sera grave ?
Non.

J'ai oublié d'arrêter mon antihistaminique : mon rendez-vous est perdu ?
Pas forcément. Signalez-le à l'équipe.

Je peux arrêter tous mes traitements pour que mes tests fonctionnent mieux ?
Non.

Patch-tests et prick-tests recherchent-ils la même chose ?
Non. Ils explorent des mécanismes différents.

Puis-je refaire un test de provocation chez moi ?
Non.

Tous mes tests sont négatifs : mes symptômes ne sont donc pas réels ?
Non. Des tests négatifs peuvent conduire à rechercher d'autres mécanismes, diagnostics ou examens.

Ce qu'il faut apporter dépend de votre histoire

Situation	Informations utiles
Médicament	Nom exact, dose si connue, indication, délai avant les symptômes, autres médicaments pris, traitement reçu, compte rendu, photos.
Aliment	Aliment exact, quantité, cru/cuit, composition du repas, délai, activité physique, autres cofacteurs, traitement reçu.
Venin	Insecte suspecté si connu, circonstances, délai, symptômes, traitement, compte rendu d'urgence.
Eczéma / contact	Photos, produits, emballages, compositions, gants, colles, pansements, contexte professionnel.
Respiratoire	Saison, lieu, animaux, logement, activité, travail, traitements, circonstances d'amélioration ou d'aggravation.

Quand contacter le service avant le rendez-vous ?

- vous ne savez pas quels médicaments modifier ou non ;
- vous avez pris un antihistaminique alors qu'un arrêt avait été demandé ;
- vous ne pouvez pas interrompre un médicament selon la consigne reçue ;
- votre asthme s'est aggravé ;
- vous êtes malade ou fiévreux(se) ;
- vous présentez une poussée importante d'eczéma ;
- vous avez commencé un nouveau traitement ;
- vous n'avez pas compris les consignes d'un test de provocation.

Avant de partir au rendez-vous

- ☐ lire les consignes envoyées par le service
- ☐ préparer la liste complète de mes médicaments
- ☐ noter mes antihistaminiques récents et la dernière prise
- ☐ apporter mes ordonnances utiles
- ☐ apporter mes anciens résultats allergologiques
- ☐ apporter les comptes rendus d'urgence ou d'hospitalisation pertinents
- ☐ apporter des photos de mes réactions
- ☐ noter le nom exact de l'aliment, médicament ou produit suspect
- ☐ préparer les emballages ou compositions utiles si demandé
- ☐ signaler toute maladie récente ou aggravation de mon asthme

À retenir

1. Les consignes de votre service priment toujours sur les conseils généraux.
2. N'arrêtez jamais seul(e) un médicament avant un test.
3. Les antihistaminiques peuvent modifier certains tests cutanés, mais pas le dosage sanguin des IgE spécifiques.
4. Prick-tests, IDR, patch-tests, prise de sang et tests de provocation ne demandent pas la même préparation.
5. Votre histoire, vos photos et vos documents sont souvent aussi importants que le résultat du test.
6. Un test positif ne suffit pas à poser à lui seul le diagnostic d'allergie.
7. Un test de provocation ne doit jamais être improvisé à domicile.

Ressources SOS Allergo

Comprendre les prick-tests · Comprendre les IDR · Patch-tests : que faire après la pose ? · Préparer ma consultation · Décrire ma réaction selon le motif concerné.

Références principales

- Heinzelring L, Mari A, Bergmann KC, et al. The skin prick test - European standards. Clin Transl Allergy. 2013;3:3.
 - Uter W, Aerts O, Agner T, et al. European Society of Contact Dermatitis Guideline for Diagnostic Patch Testing - Recommendations on Best Practice. Update 2026. Contact Dermatitis. 2026;95:237-275.
 - EAACI/ENDA position paper on drug provocation testing. Allergy. 2024;79:565-579.
 - Updated EAACI Statement on Drug Hypersensitivity Skin Testing: Methodology and Non-Irritative Concentrations. Allergy. 2026.
- Information destinée aux patients et aux aidants. Cette fiche ne remplace pas une consultation médicale, une ordonnance, une notice de médicament ni les consignes personnalisées de votre professionnel de santé.