Ce guide, très complet, est le premier ouvrage qui suit l'allergique de la naissance à l'âge adulte.

Il prodigue des conseils précis, et des avis engagés, pour tous les allergiques et les parents d'enfants allergiques.

Les allergies n'ont de cesse de vous compliquer la vie ?

Il faut bien constater qu'elles s'invitent partout : dans l'assiette, sous la couette, à l'école et même en vacances… à tel point que vous ne savez plus par où commencer ni comment faire !

Soyez optimiste et découvrez que si l'allergie semble être une fatalité, c'est aussi une maladie évolutive dont on guérit et, avec des habitudes de vie adaptée, que l'on peut apprivoiser.

Une maman écrivain et un médecin allergologue ont uni leurs compétences et leur expérience pour vous dispenser des conseils efficaces, un éclairage concret et des réponses adaptées aux nombreuses allergies qui émaillent votre quotidien. Ils vous apportent des solutions pratiques pour gérer les allergies alimentaires, anticiper les allergies de contact, comprendre les allergies croisées, se préparer à l'arrivée d'un bébé potentiellement allergique, vivre avec son asthme, aménager son habitat pour en réduire la pollution intérieure, appréhender la période des pollens, choisir ses cosmétiques, …

Des tableaux récapitulatifs, des encadrés scientifiques, des témoignages et un glossaire vous aident à trouver rapidement la bonne information.

Les auteurs

Philippe Auriol est médecin allergologue et travaille aux côtés de l'Association Française de Prévention des allergies (AFPRAL) pour améliorer la prise en charge des allergies. Il est chargé d'enseignement à Bordeaux Agro Science et fondateur du journal en ligne des allergies www.allergique.org et d'allerdata.com.

Véronique Olivier, journaliste, écrivain culinaire et maman d'enfant allergique alimentaire, n'a de cesse d'explorer de nouvelles possibilités gourmandes pour manger comme « tout le monde ». Elle est porte-parole de l'AFPRAL et œuvre pour améliorer le niveau de vie des allergiques dans tous les domaines.

Allergies au quotidien – Guide de premiers secours pour toute la famille, de Véronique Olivier et Docteur Philippe Auriol, parution le 6 juin 2013 – 320 pages - 14,90 €