

Qui pourrait vous aider?

Adresses utiles...

▣▣▣ Votre **médecin-généraliste** est la personne la mieux placée pour vous donner des conseils adaptés à votre situation. Il pourra aussi, si nécessaire, contacter un service d'analyse des pollutions intérieures : le **L.P.I.**¹ Son intervention est gratuite à condition que la maison visitée se situe sur le territoire de la Province du Hainaut et que la demande d'analyse soit faite par un Médecin qui l'accompagnera d'un dossier médical décrivant la symptomatologie. Cette demande doit être adressée au Docteur Etienne NOËL, Médecin Directeur de l'Institut d'Hygiène de Mons, service LPI.

¹Laboratoire d'études et de prévention des pollutions intérieures, Boulevard Sainctelette, 55 - 7000 Mons (tél.: 065 40 36 10)

Les dépliants "Ma maison, ma santé" sont une production de la **Ville de Saint-Ghislain**. Ils sont disponibles chez les **médecins généralistes** de l'Entité, à l'**Administration communale** et dans divers **organismes au service du public**.



Le **Réseau Eco-consommation** développe un service d'information du public sur le thème " Santé et Habitat ". Sa permanence téléphonique est accessible du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30 : **071 300 301**

www.ecoconso.org



La **Fondation pour la Prévention des Allergies** vous offre un service d'information par téléphone le mardi et le jeudi de 10h à 14h : **02 511 67 61**

www.oasis-allergies.org



Habitat Santé a également ouvert une permanence téléphonique qui répond à vos questions sur les pollutions intérieures de 9h à 13h les mercredis, jeudis et vendredis : **02 242 02 92**

www.habitat-sante.org



Inter-Environnement Wallonie vous informe sur son site Internet au sujet des liens entre la santé et l'environnement.

www.sante-environnement.be

Conception : Ville de Saint-Ghislain, Echevinat de la Santé, Service Education, en partenariat avec le CERES, Université de Liège, et avec les associations de médecins généralistes de l'Entité de Saint-Ghislain.

Infographie : Audrey CORDONNIER, STE-Formations, Université de Liège.

Editeur responsable : Collège des Bourgmestre et Echevins - Ville de Saint-Ghislain - Rue de Châtèves, 17- 7333 TERTRE

Ma Maison, ma Santé!



RÉGION WALLONNE



De quoi s'agit-il?

Les acariens appartiennent à la classe des arachnides, tout comme les araignées. Ce sont des animaux minuscules dont la taille est généralement inférieure à un demi millimètre.

L'acarien issu de la poussière domestique est l'espèce la plus fréquente en Belgique, parmi des milliers de variétés.

L'acarien affectionne tout particulièrement les matelas, la literie, les tissus d'ameublement, les tapis, les coussins, les rideaux, les jouets en peluche et les paniers d'animaux familiers. Dans ces habitats, l'acarien trouve une forte humidité, indispensable à son développement. Il y trouve aussi une quantité de pellicules qui se détachent de notre peau ou de celle des animaux et qui constituent la base de son alimentation. Enfin l'absence de lumière et une température de 20 à 25°C lui conviennent parfaitement.

Dans un gramme de poussière récoltée sur un matelas, on peut trouver de deux mille à quinze mille acariens !

L'acarien est aussi très présent là où la moisissure se pose. Par exemple, il se trouve dans nos plantes où il se nourrit des moisissures issues du compost

1Lisez notre dépliant sur l'humidité et les moisissures pour savoir comment éviter ces problèmes.

Quelles conséquences?

Ces animaux microscopiques sont responsables de nombreuses allergies : 50 % des allergiques et 75 % des asthmatiques allergiques sont sensibles aux acariens de la poussière de maison. Ce sont les excréments et les mues de l'acarien qui contiennent le plus de molécules allergisantes.

Ces éléments pénètrent dans l'organisme par la respiration ou, plus rarement, par la consommation d'aliments contaminés.

Les effets sur la santé sont de plusieurs ordres : affection de la peau, inflammation du nez, toux chroniques, asthme ou allergies.

Les phénomènes allergiques sont particulièrement fréquents chez les enfants. L'automne est la plus mauvaise saison chez les personnes allergiques aux acariens, car ceux-ci sont en concentration maximale. L'humidité succède à la chaleur de l'été et les maisons ne sont pas encore asséchées par le chauffage.

Comment y remédier?

- Réduire l'humidité¹ dans l'habitation, aérer les locaux, contrôler la température (18-20°C maximum), favoriser l'éclairage naturel.
- Éviter les "nids à poussière" : tapis, tentures, bibliothèques non fermées, accumulation de bibelots, peluches, revêtements muraux avec aspérités (crépis), etc.
- Recueillir les poussières avec un chiffon humide et avec un aspirateur disposant d'un filtre HEPA, qui retient les particules ultra-fines.
- Nettoyer régulièrement la literie (à la plus haute température possible) et aérer les draps chaque matin.
- Privilégier le matériel de literie en matière synthétique et utiliser éventuellement des housses anti-acariens pour couvrir les matelas.
- De temps en temps, placer les peluches dans un sac plastique au congélateur (24h à 48h), puis les passer à l'aspirateur.
- Préférer aux tentures les systèmes d'occultation mécaniques ou facilement lavables (lamelles, stores, ...).
- Ranger les vêtements dans des placards fermés.



¹Consultez notre dépliant «L'humidité et les moisissures»

