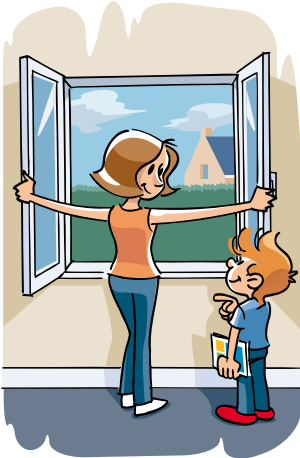


OBJECTIF 8

Les conseils quand j'ai une **allergie aux moisissures**



Tes parents doivent aérer souvent les pièces



Les aérations de la maison ne doivent pas être bouchées



Tes parents nettoient à l'eau de javel



Et si tu veux en savoir plus, voici quelques informations à découvrir à la maison avec tes parents

Les moisissures sont des champignons microscopiques dont la croissance est favorisée par l'humidité. Les pièces mal ventilées ou humides (salle de bain, cuisine) le bas des murs mal isolés ou avec des défauts d'étanchéité, les aliments, les plantes d'intérieur, les aquariums, sont des lieux propices au développement des moisissures. Ceci se voit par l'apparition de taches vertes, grises ou noires : ce sont des colonies formées de filaments chargés de « spores » (l'équivalent du pollen des plantes). Les spores restent en suspension dans l'air et sont ainsi inhalées.

Chez les personnes sensibilisées, elle provoque des manifestations d'allergie et des irritations des muqueuses.

Afin d'éviter le développement des moisissures et donc de limiter les symptômes d'allergie, il convient de ventiler après les activités qui produisent beaucoup d'humidité (bain, douche, cuisson...), aérer et ventiler régulièrement l'habitat (sauf après un orage : les concentrations de spores dans l'atmosphère augmentent sensiblement durant 3-4 jours), laisser entrer le soleil dans les pièces humides en ouvrant volets et rideaux.

Nettoyer à l'eau de javel (ou au vinaigre blanc) : les poubelles chaque semaine, les salles de bains dont les rideaux de douche, les joints de réfrigérateur et de machines à laver, les robinetteries, les cadres de fenêtres.

Maintenir un taux d'humidité entre 40% à 60%. Retourner la terre des plantes d'intérieur, et maintenir de la terre fraîche en surface du pot.

Assécher rapidement après un dégât des eaux, éviter les fuites chroniques (toitures, jointures).

Veiller au bon entretien des systèmes de ventilation pour les maintenir efficaces.

En cas d'allergie aux moisissures, il faut éviter :

Les promenades en forêt après la pluie et le brouillard, le ramassage des feuilles et du bois morts, les séjours prolongés dans les sous-sols, le stockage de vieux vêtements et de cuir (surtout chaussures) dans les placards, le stockage de papiers et de journaux, le stockage de fruit et légumes, les salles de bains ouvertes sur les lieux de vie, les aquariums ouverts, les murs recouverts de papiers peints (le papier se gorge d'humidité), les plantes d'intérieur, l'apparition de buée sur les vitres (favorise la multiplication des moisissures mais aussi des acariens qui s'en nourrissent).