

## Qu'est-ce qu'un acarien ?

Les **acariens** sont des animaux minuscules de la famille des araignées qui vivent dans nos logements. La majorité se trouve dans la poussière. Ils s'installent dans des endroits humides et chauds où ils ont la capacité de se développer et se nourrissent principalement des restes humains (squames de peau, cheveux...). Ils trouvent dans la chambre à coucher le lieu idéal pour s'installer.

## Que peut-il m'arriver ?

Les **acariens** sont responsables de diverses allergies.



Les **principaux symptômes** sont :

- irritations des yeux, nez et/ou gorge,
- maladies du système respiratoire (asthme, rhinite et bronchite).
- irritation de la peau (dermatite, inflammation).
- essoufflement et sensation d'oppression dans la poitrine.

## Que puis-je faire ?

**Ventiler** chaque jour 15 minutes le matin et 15 minutes le soir.

**Ventiler** immédiatement après toute production de vapeur (cuisine, bain, douche, lessive...)

**Battre et aérer** tous les jours coussins, couettes, couvertures...

**Maintenir** la température du logement entre 18° et 20°

**Nettoyer** toutes les surfaces à l'eau chaude avec du savon de Marseille et quelques gouttes d'huile essentielle de Tea tree (Arbre à thé).

**Laver** la literie à plus de 60 °

## A qui m'adresser ?

Cellule Permanente Environnement-Santé

Avenue Prince de Liège, 7 à 5100 Jambes

Tel : 081/ 335 200

Pour plus d'informations : [www.sante-environnement.be](http://www.sante-environnement.be)