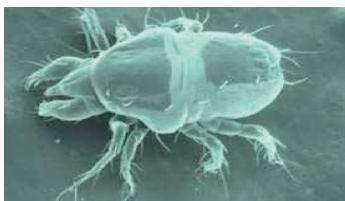


MESURES D'ÉVICTION DES ACARIENS



Les acariens sont des animaux non visibles à l'œil nu, qui se nourrissent de squames de la peau humaine. On les retrouve là où leur nourriture est abondante : le matelas et la literie. Ils aiment les ambiances humides et chaudes (25°).

Les personnes allergiques aux acariens sont allergiques à des protéines contenues notamment dans leurs déjections, particules assez petites que l'on retrouve dans la literie mais aussi la poussière et que l'on peut respirer. **Lutter contre les acariens permet de lutter contre leurs particules allergisantes.**

Plusieurs mesures sont possibles, une mesure appliquée isolément n'a pas de réelle efficacité ; c'est l'application d'un ensemble de mesures qui permet de diminuer l'infestation d'un habitat en acariens. Ces mesures ne sont **à appliquer que si la personne est allergique ou à risque allergique.**

RECOMMANDATIONS

Dans la chambre :

- **matelas en mousse**, enveloppé dans une housse anti-acariens
- **sommier à lattes** (éviter sommier capitonné qui infeste un matelas neuf en 4 mois).
- **draps changés toutes les semaines** et lavés à la température la plus élevée possible (idéalement >60°).
- **éviter oreiller, couettes en plumes ou laine.** Préférer les matières synthétiques et lavables. On peut aussi les emballer dans des housses anti-acariens.
- **limiter les peluches à 2-3 peluches lavables** et les laver régulièrement à la température la plus élevée possible.
- **éviter les doubles rideaux**, préférer des voilages lavables.
- **enlever la moquette, éviter les tapis**, mettre des peintures au mur et un revêtement de sol lavable.
- le linge, les livres et jouets doivent être **rangés à l'abri de la poussière.**

Dans la toute la maison :

- **aérer** le plus longtemps possible **tous les jours** et minimum **15 min.**
- **ne pas pratiquer de balayage à sec** mais une aspiration avec filtre HEPA (haute efficacité sur les particules aériennes)
- **éviter de trop chauffer au-delà de 19°.**