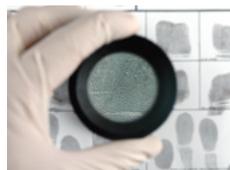


LES ACARIENS



CARTE D'IDENTITÉ

*Il existe environ 50 000 espèces d'acariens. Ces toutes petites bêtes appartiennent à la famille des arachnides et mesurent à peine un quart de millimètre. Les espèces les plus fréquentes rencontrées en Belgique sont les *Dermatophagoides pteronyssinus* (acarien européen) et les *Euroglyphus maynei*.*

Les acariens se nourrissent d'infimes débris que tout un chacun produit quotidiennement : squames de peau, bouts d'ongles, cheveux, moisissures et les poussières de la maison qui contiennent des fragments d'insecte, des pollens, de la nourriture, etc. Ils s'en nourrissent, les digèrent et les rejettent sous forme de déjections. Ce sont des « décomposeurs » utiles, mais l'enzyme que ces acariens des poussières produisent pour digérer leur nourriture est allergisante. Ils peuvent donc être responsables d'allergies, surtout s'ils prolifèrent. A noter que cette enzyme est libérée dans les excréments et reste présente dans la carapace des acariens morts. Le manque de ventilation et une température élevée forment les conditions idéales pour leur développement en particulier au niveau de la literie. Et plus le nombre d'habitants d'un logement est élevé, plus il convient de prendre des mesures d'hygiène visant à éliminer la production de poussières.



LES SOURCES D'EXPOSITION

Les progrès de confort thermique et d'isolation ont parfois accentué la chaleur et l'humidité dans les logements, créant ainsi des conditions très favorables au développement en excès des acariens. Les acariens de poussières élisent domicile dans les tapis, les moquettes, les meubles rembourrés et bien entendu, dans les chambres. Ils se multiplient en particulier dans les matelas, les oreillers, les couettes, les peluches, les sommiers tapissiers, en raison de la nourriture qu'ils y trouvent (débris de peau, de cheveux et autres poussières), mais aussi parce qu'ils y apprécient la chaleur, l'humidité et l'obscurité.

CHALEUR, HUMIDITÉ ET LITERIE

Les acariens prolifèrent entre 15 et 25°C avec une humidité relative de 65 à 80%. Les endroits poussiéreux et tièdes font leur bonheur. A noter que l'acarien est un arachnide saisonnier : le pic de la population se situe en juillet, août et septembre, tandis que le pic d'allergènes est décalé et intervient entre 2 et 3 mois plus tard en hiver.

Chaque femelle pond entre 30 et 60 œufs durant sa vie, qui dure de 50 à 60 jours : à ce rythme, la population peut vite devenir impressionnante dans des conditions favorables. Ils ne volent pas mais peuvent être propulsés en l'air quand on secoue la literie par exemple. Ils se cachent aussi dans les rainures des planchers et on les trouve également sur les tâches de moisissures. Ils sont susceptibles de migrer d'un lieu à l'autre en étant transportés par les vêtements. Au bureau, on peut les retrouver sur les sièges rembourrés ou les moquettes.



LES EFFETS SUR LA SANTÉ

L'allergène présent dans les déjections d'acariens et dans les débris de leur carapace peut être responsable de nombreuses allergies dont la plus grave est l'asthme allergique.

Une personne sensibilisée aux allergènes d'acariens manifeste des symptômes allergiques lorsque la concentration des allergènes atteint une valeur qui est appelée seuil de déclenchement. La valeur habituellement acceptée pour ce seuil est une concentration de 2µg d'allergène par gramme de poussière domestique. Cette quantité est produite par 100 acariens. Un enfant qui n'est pas sensibilisé tolère cependant sans problème les quantités d'allergènes 40 fois plus élevées. Mais la gravité des crises allergiques augmente avec la concentration d'allergènes. Les allergènes présents en quantité importante dans les poussières de la chambre peuvent être respirés et entrer en contact avec la peau (susceptible de provoquer des dermatites), les yeux (conjonctivite), le nez (rhinite, éternuements).

L'âge de la literie joue un rôle important dans la présence d'allergènes d'acariens sur le matelas. Les logements avec les matelas les plus anciens (plus de 20 ans) sont associés à une plus forte probabilité d'observer des niveaux d'allergènes d'acariens supérieurs à 10 µg/g de poussière.



REMÉDIATION ET PRÉVENTION

- Nettoyer la chambre en utilisant un chiffon bien essoré pour laver le cadre du lit (et les lattes du sommier) ainsi que le sol. Éviter de laisser s'entasser du linge.
- Laver la literie une fois par semaine à 60°C pendant une heure.
- Garder les jouets des enfants dans des contenants hermétiques. Les peluches peuvent être mises dans la machine à laver et les autres jouets, dépoussiérés à grande eau et bien séchés.
- Aérer la chambre chaque jour un quart d'heure matin et soir.
- Aérer le matelas et l'ensemble de la literie tous les jours (pour chasser l'humidité et la chaleur de la nuit) et passer l'aspirateur équipé d'un filtre HEPA anti-acarien sur le matelas à chaque changement de draps.
- Préférer un sommier à latte.
- Privilégier un matelas en latex (sauf en cas d'allergie au latex).
- Maintenir la température de la chambre entre 18 et 20°C.
- Pas de plantes, ni d'aquarium dans la chambre (sources d'humidité).
- Éliminer les moquettes et tapis de la chambre qui ne peuvent être lavés.
- En cas d'allergie diagnostiquée par le médecin, entourer le matelas et les oreillers d'une housse anti-acarien à choisir en pharmacie. A ne pas confondre avec les housses traitées anti-acarien qui sont imprégnées de produits chimiques (pesticides) et qui n'auront qu'un effet temporaire.
- Les acaricides en spray ou autres sont inefficaces : ils suppriment momentanément les acariens mais pas leurs déjections et contaminent le matelas de polluants chimiques.

INFO



02 775 75 75
ENVIRONNEMENT.BRUSSELS