

EXEMPLE

Conseils spécifiques pour les asthmatiques

allergiques aux moisissures



RQAM

RÉSEAU QUÉBÉCOIS
DE L'ASTHME ET DE LA MPOC
*La référence des professionnels
en santé respiratoire*



Les conseils qui suivent s'adressent aux asthmatiques allergiques aux moisissures.

- Garder l'humidité le plus bas possible, en bas de 40% (l'idéal c'est entre 30% et 40%). On peut mesurer l'humidité avec un hygromètre et celui-ci est en vente dans toutes les quincailleries et les magasins à grandes surfaces.



- Nettoyer les endroits où il y a des moisissures (autour des fenêtres, du bain, de la douche) avec un détergent et de l'eau.



- Les humidificateurs aggravent ou n'aident pas l'asthme. Par contre, les échangeurs d'air et les déshumidificateurs peuvent vous aider à diminuer l'humidité.



- La chambre de l'asthmatique doit être dans un endroit sec et bien aéré (pas au sous-sol).
-

EXEMPLE



Rédaction

Rachel Rouleau, M.Sc., pharmacienne en collaboration avec :
Denis Bérubé, MD, pneumologue-pédiatre, Myriam Brisson, infirmière
Suzanne Durocher, infirmière, Sylvie Laporte, inhalothérapeute
Chantal Lemire, MD, allergologue-pédiatre, Francisco Noya, MD, allergologue-pédiatre
Andrée Turenne, infirmière

Révision

Groupe de référence asthme pédiatrique du RQAM
Groupe de référence asthme adulte du RQAM
Parents d'enfants asthmatiques du CHUS

Approuvé par le Comité scientifique du RQAM en mai 2006

© RQAM