

ALLERGIE AUX ACARIENS?

**Bencard
Allergie**

Voir plus loin.



Bencard
Allergie

Voir plus loin.

Sommaire

Introduction

L'allergie aux acariens	4
Les acariens	4
Les mesures d'assainissement	5

Les housses de protection

L'assainissement du lit avec des housses imperméables aux acariens	7
--	---

Les housses de protection Mission:Allergy

Caractéristiques	8
Contrôles qualité	8
Mode d'utilisation	9
Les produits de la gamme	9
Mesures d'entretien	10
Echantillon tissu	10

Les oreillers et duvets de Mission:Allergy

Une solution élégante	11
Mesures d'entretien	12
Le lit assainit (photo)	12

Conseils pratiques pour l'allergique aux acariens	13
--	----

Pour placer votre commande	15
-----------------------------------	----

INTRODUCTION

L'allergie aux acariens

Environ 10% de la population souffre d'une allergie (hypersensibilité) qui est provoquée par les acariens de la poussière de maison (en latin: Dermatophagoïdes pteronyssinus et Dermatophagoïdes farinae), et surtout par leurs déjections allergisantes.

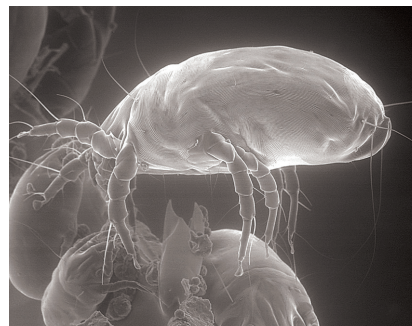
L'inhalation d'allergènes des acariens, mais aussi un contact cutané avec ceux-là, peuvent, selon les prédispositions de chacun, déclencher des symptômes tels que: rhinite (rhume chronique), conjonctivite, asthme et névrodermite (eczéma atopique).

Le médecin pose le diagnostic d'allergie aux acariens en se fondant sur un entretien avec le patient (l'anamnèse), un examen clinique ainsi qu'un test cutané ou sanguin.

Les acariens de la poussière de maison

Les acariens de la poussière de maison sont minuscules (0,3 mm) et appartiennent à la famille des araignées. Ils sont invisibles à l'œil nu et en réalité parfaitement inoffensifs. On les trouve dans tout intérieur – aussi propre soit-il. Ils ne vivent pas sur l'homme, mais dans son voisinage proche, à l'intérieur de tous les textiles tels que:

matelas, oreillers, duvets, couvertures, tapis, meubles capitonnés, ainsi que dans les vêtements, les peluches, etc. ... Ce n'est qu'à partir de 1200 m d'altitude que leur présence se fait plus rare, du



fait que l'air y est plus frais et sec. Pour cette raison, un séjour à la montagne permet à l'allergique d'échapper aux acariens.

Les acariens se nourrissent tout particulièrement de pellicules de peaux (Dermatophagoïdes signifie «mangeur de peau»). La quantité de pellicules qu'un individu perd chaque jour suffit à nourrir jusqu'à 300 000 acariens!

Un acarien vit quelque 80 jours et produit, pendant ce laps de temps, jusqu'à 100 000 déjections allergisantes. Une femelle pondra 60 œufs, ce qui explique la rapide prolifération de cette espèce.

La présence des allergènes d'acariens est influencée par les saisons puisque, pour proliférer, les acariens, qui en sont la source,

ont besoin d'un fort taux d'humidité dans l'air (plus de 50%, idéalement entre 60–80%) et d'une température ambiante élevée (plus de 22 °C, idéalement entre 25–30 °C).

Pendant l'été, ou dès l'apparition des beaux jours, les acariens seront particulièrement actifs et prolifiques. En automne, lorsque les intérieurs commencent à être chauffés et que l'air devient plus sec, leurs conditions de vie deviennent moins optimales. Cependant, le niveau des allergènes d'acariens aura atteint, justement durant cette période, son niveau maximal, car les déjections de tout l'été se seront accumulées et qu'en se desséchant, ces petites boules (10 à 40 µg) se fragmenteront pour former des particules allergisantes encore plus petites, qui, lorsqu'elles seront inhalées, provoqueront les symptômes que l'on connaît.



- Obtenir une nette régression des symptômes de l'allergie
- Augmenter le bien-être du patient
- Réduire les besoins en médicaments

■ Les mesures d'assainissement

Il est important pour l'allergique de réduire, dans toute la mesure du possible, le nombre d'acariens qui colonisent son espace habitable. Il faut donc créer des conditions de vie tellement défavorables que les acariens ne puissent ni y vivre ni s'y proliférer. De plus, il lui faudra éviter tout contact avec les acariens et les allergènes qu'ils génèrent. En appliquant ces mesures on parvient à:

Pour les acariens, l'intérieur d'un lit est un vrai paradis. A cause de la transpiration naturelle du dormeur, il y fait sombre, chaud et humide. Même sa nourriture (pellicules de peau) ne manque pas. Un matelas peut contenir plus d'un million d'acariens!



L'assainissement du lit est une des mesures parmi les plus importantes que l'on puisse prendre. Le dormeur et les acariens doivent être séparés de telle façon à ce que les allergènes ne puissent pas parvenir au dormeur et que, inversement, les pellicules de celui-ci n'arrivent pas aux acariens qui se trouvent dans le matelas.

Il faut également empêcher les acariens de pénétrer,

depuis l'extérieur, dans le matelas, pour s'y proliférer.

Pour atteindre ces objectifs, nous proposons une solution simple et très efficace avec les housses de protection imperméables aux acariens et à leurs allergènes de **Mission:Allergy**.

Des mesures d'assainissement supplémentaires dans la chambre à coucher et le reste de l'espace habitable sont aussi importantes à prendre, car les acariens ne se trouvent pas seulement dans les

matelas, mais aussi dans tous les textiles. En effet, pour bien vivre, les acariens ont besoin: d'un taux d'humidité important dans l'air, d'une température ambiante élevée, de peu de lumière, d'une source de nourriture constitué de pellicules de peau humaines ou animales, de la présence de moisissures et d'un environnement en textile.

En cas d'allergie aux acariens, l'assainissement du lit constitue la première et la principale mesure à prendre. Il est par ailleurs indispensable d'adopter d'autres mesures d'assainissement dans votre espace habitable.

Vous trouverez dans cette brochure plusieurs conseils qui vous aiderons.

Les housses de protection

L'assainissement du lit avec des housses imperméables aux acariens

Chaque lit offre des conditions de vie idéales pour les acariens. Ils vivent aussi bien dans les matelas traditionnels et dans la literie en duvet, plumes ou laine que dans les matelas et la literie en matière synthétique. Même les matelas et la literie nouvellement acquis



sont colonisés rapidement pas les acariens, qu'ils soient en matières naturelles ou synthétiques.

Le lit étant la source principale des acariens et de leurs allergènes, il est particulièrement pénible pour l'allergique aux acariens d'être au lit, les troubles ne tardant alors pas à se manifester.

Cette source d'allergènes peut être simplement et efficacement éliminée en enveloppant dans une

housse de protection imperméable aux acariens et à leurs allergènes les matelas, oreillers et duvets.

Pour le matelas, on recouvre ensuite la housse de protection avec le molleton (si applicable) et le drap habituel.

Duvets et oreillers seront recouverts de leurs parures de lit habituelles.

Une bonne housse de protection contre les acariens et leurs allergènes doit remplir deux critères:

- Etre **imperméable** aux acariens et à leurs allergènes pour éviter à l'utilisateur tout contact avec ceux-ci (critère d'efficacité).
- Laisser passer l'humidité pour être **thermoactif**, contribuant ainsi à la qualité du sommeil (critère de confort du sommeil).

Les housses de protection Mission:Allergy

Caractéristiques

Mission:Allergy offre des housses de protection qui répondent parfaitement au cahier des charges exigé. Le tissu utilisé est tissé tellement serré qu'il offre, d'une part, une imperméabilité très élevée à l'encontre des acariens et de leurs allergènes et, d'autre part, une excellente perméabilité à l'air et à l'humidité (perméabilité sélective). La matière utilisée pour les housses **Mission:Allergy** est une microfibre 100% polyester (voir l'échantillon).

Les housses **Mission:Allergy** se caractérisent par une:

- imperméabilité aux acariens et à leurs allergènes
 - thermoactivité et une perméabilité à l'humidité très fine
- Cela est particulièrement important pour des personnes transpirant beaucoup durant leur sommeil*

- perméabilité à l'air
- absence d'enduction
- texture légère et soyeuse
- hydrofugacité

Les gouttes d'eau perleront sur le tissu, mais ce même tissu laissera passer la vapeur d'eau

- finition parfaite et renforcée des points de coutures et les fermetures éclair sont recouvertes sous pli

Une combinaison optimale de protection antiacariens, de confort du sommeil et de durabilité.

Contrôles qualité

La très bonne qualité du tissu en microfibre Mission:Allergy est régulièrement confirmée par des tests auprès d'institutions indépendantes et de centres de recherche renommés, comme suit:

Efficacité et perméabilité

Tests relatifs à la rétention de particules et d'allergènes:

- Institut d'Hygiène de la Ruhr, D-Gelsenkirchen, réf.: U-189610-10-Ew, 2010
- Institut des Techniques du Textile et des Procédés, D-Denkendorf, réf.: E-0194-TT-04/1, 2004
- Indoor Biotechnologies, Charlottesville-Va, USA, 2004

Confort du sommeil

Tests relatifs à la perméabilité de l'humidité:

- Laboratoires Fédéral d'Essai des Matériaux et de Recherche (EMPA), CH-St.-Gall, réf.: 454944, 455944-2, 2010
- Institut de Recherche Hohenstein, D-Bönnigheim, réf.: 04.4.5153/1, 2004

Test relatif à la perméabilité à l'air:

- Faculté de Médecine de l'Hôpital de Siraj, Bangkok, Thaïlande, réf.: FA-084/2549, 2006

Mode d'utilisation

Envelopper uniquement le matelas (sans le molleton), l'oreiller et le duvet avec la housse de protection et bien refermer avec la fermeture éclair. Ensuite, faire le lit normalement avec les draps et les parures de lit habituelles.

En mettant la housse, faire attention que du tissu ne se coince pas dans la fermeture éclair et que la languette métallique soit plaquée sur toute la longueur de celle-ci. Éviter aussi que la housse soit au contact d'éléments du lit qui pourraient la déchirer.

Mettre la housse **Mission:Allergie** n'est pas une opération que vous aurez à répéter souvent. En effet, lorsque vous changerez les draps du lit, comme vous le faites normalement, il ne faudra pas enlever la housse de protection. Celle-ci doit rester en place. Les allergiques aux acariens ne devraient pas, de préférence, enfiler la housse de protection eux-mêmes, ou alors, ils devraient porter un masque de protection.

S'il se trouve d'autres lits/matelas dans la même chambre où dort un allergique (conjoint, frère/sœur, bébé) alors tout les lits doivent être pourvus des mêmes housses de protection, car sinon le lit dénué de protection continuerait à libérer des allergènes qui provoqueront des troubles.

Les produits de la gamme

Mission:Allergie propose une gamme des plus complète de housses de protection pour convenir aux différentes dimensions de matelas, oreillers et duvets que vous pourriez avoir. Vous trouverez la liste de toutes les tailles disponibles et les prix dans notre boutique en ligne (chez www.bencard.ch). Si, malgré cela, aucun de nos articles standard ne devaient vous convenir, alors nous pourrions faire confectionner votre housse sur mesure. Dans ce cas, contactez-nous directement pour plus de détails.

Pour vos voyages, notre gamme inclus aussi des draps-housses dans le même tissu. Il vous suffirait alors de passer le drap-housse par-dessus le matelas déjà recouvert de son drap. Vous dormirez alors directement sur le drap-housse de **Mission:Allergie**.



Mesures d'entretien

Les housses **Mission:Allergy** peuvent être lavées à 60 °C (position I). Utilisez un produit de lessive pour linge délicat. Ne pas faire usage de produit de blanchiment contenant du chlore, ni d'assouplissant. Il n'est pas nécessaire de repasser. Le tissu sèche rapidement, il devrait donc pouvoir être réutilisé le même jour.

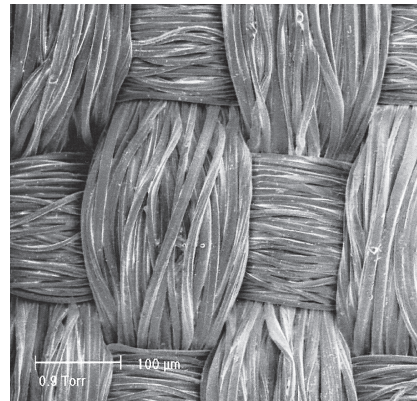
Même si le lavage des housses de protection **Mission:Allergy** ne pose aucun problème, il faudrait se demander à chaque fois si cela est vraiment nécessaire.

Il faut savoir qu'à chaque fois que la housse sera enlevée, que des allergènes vont être soulevés, et que cela provoquera très probablement une gêne pour l'allergique. De plus, puisque le tissu de la housse ne peut pas contenir d'acariens, le lavage ne servira donc pas à en éliminer! Pour cette raison, et lors des changements de draps, nous vous conseillons de simplement passer un chiffon humide ou l'aspirateur.

Il est suffisant de laver les housses 1–2 fois par année ou plus souvent si cela vous semblait nécessaire. Par contre, les draps et les parures de lit devraient être régulièrement changés (1–2 fois par semaine) et lavés entre 60–90 °C. Idem pour le molleton, si utilisé.

Mission:Allergy Microfibres

Agrandissement au microscope électronique



Les oreillers et duvets de Mission:Allergy

■ Une solution élégante

Au lieu de recouvrir vos oreillers et duvets (neufs ou pas), d'une housse de protection, il pourrait vous sembler judicieux de vous procurer, dès le début, des oreillers et duvets **Mission:Allergy**, confectionnés directement avec le tissu en microfibre, assurant ainsi l'absence complète d'acariens.

Ce tissu soyeux, léger et imperméable aux acariens et à leurs allergènes se prête parfaitement à la confection d'oreillers et de duvets que les acariens ne pourront pas coloniser et qui n'en contiendront donc jamais.

Les oreillers et duvets de **Mission:Allergy** offrent:

- Une garantie à très long terme contre la présence d'acariens
- Une souplesse et une chaleur
- Une très bonne qualité du sommeil

Les oreillers et duvets imperméables aux acariens de **Mission:Allergy** ne doivent pas être confondus avec des articles similaires du commerce décrits comme étant hypoallergiques, même s'ils devaient renfermer un matériel de remplissage similaire ou identique. Hypoallergique signifie seulement que le matériel de remplissage ne provoque pas d'allergie. Sans housse de protection,

ces articles peuvent toujours être colonisés pas les acariens.

Notre gamme comprend:

3 tailles d'oreiller

- 51 x 66 cm (taille standard USA).
Convient aux taies d'oreillers de 50 x 70 cm
- 65 x 65 cm
- 65 x 100 cm

2 tailles de duvet

- 160 x 210 cm
- 200 x 210 cm

Nos oreillers et duvets ne peuvent pas être produits sur mesure.



Mesures d'entretien

Les oreillers et duvets Mission:Allergy peuvent, si nécessaire, être lavés (séparément) à 30 °C. Utilisez un produit de lessive pour linge délicat. Ne pas employer un produit de blanchiment contenant du chlore, ni un assouplissant.

Séchez à l'air libre ou, mieux encore, au sèche-linge en position de réglage doux. Vous pourriez aussi y inclure des balles de lavage/tennis pour créer du volume.

En fin de programme, ne pas laisser dans le tambour trop longtemps.

Pas de lavage à sec.

Le lavage ne devrait se faire qu'en cas de salissure. Le but ne doit pas être d'éliminer des acariens ou des allergènes d'acariens, car ces articles ne peuvent pas en contenir. En règle générale, il suffirait de passer soit un linge humide ou l'aspirateur.



Exemple d'un lit assaini avec une housse de protection recouvrant le matelas, deux oreillers et un duvet de **Mission:Allergy**.

Conseils pratiques pour l'allergique aux acariens

- Aérer votre logement 2–3 fois par jour, pendant 5–10 minutes, même en hiver.
- Surtout en hiver, maintenir chez vous, à un niveau bas, l'humidité de l'air (ne pas dépasser un taux de 50% en période de chauffage) ainsi que la température ambiante (19–21 °C dans le séjour et 18 °C dans les chambres à couché).
- Recouvrir matelas, oreillers et duvets d'une housse de protection **Mission:Allergy**, ou se procurer des oreillers et duvets **Mission: Allergy**.
- Changer le molleton, dans la mesure du possible, une fois par semaine, et le laver à 60 °C minimum. Cela doit s'appliquer à tous les lits se trouvant dans la même chambre où dort un allergique aux acariens.

Si seulement le matelas est recouvert d'une housse imperméable aux acariens, alors l'oreiller et le duvet doivent être lavés une fois tout les trois mois à une température de 60 °C minimum.

- Laver les autres textiles qui pourrait l'être à une température de 60 °C minimum, car à cette température et plus, les acariens ne résisteraient pas au lavage, et les allergènes d'acariens seraient rincés. Les enfants ne devraient cajoler que des peluches lavables en machine.
- Remplacer ou enlever de l'habitation tout les «nids à poussière» tels que: tentures, rideaux lourds et tissu mural. Tout ce qui est en

textile doit être facile à laver (rideaux) ou à être nettoyé avec un linge humide.

- Renoncer, dans la mesure du possible, à la moquette et aux tapis, et équiper le logement d'un revêtement au sol lavable, tel que: parquet, linoleum ou du carrelage.
- Remplacer les sièges capitonnés par du cuir sur lequel on pourrait passer avec un linge humide.
- Utiliser un aspirateur muni d'un microfiltre pour maintenir les allergènes à l'intérieur de l'appareil. A moins de porter un masque, les allergiques aux acariens doivent trouver quelqu'un d'autre pour passer l'aspirateur ou faire la poussière dans le domicile.
- Renoncer aux animaux domestiques et aux plantes vertes, non seulement dans la chambre à coucher, mais, si possible, dans l'ensemble du logement, car, d'une part, il s'agit là d'une source de nourriture pour les acariens et, d'autre part, les animaux et plantes ont leur propre potentiel allergisant.
- Essayer de passer des vacances à la montagne à une altitude au-dessus de 1200 m. Utiliser un drap-housse de **Mission:Allergy** ou alors prendre avec soi son propre sac de couchage.
- Etablir un espace non-fumeur au domicile. La fumée ne peut qu'irriter les voies respiratoires et favoriser le développement d'allergies en général.

En résumé, partout où il pourrait y avoir des acariens, il faut:

Passer avec un linge humide ce qui peut l'être et laver à une température élevée (60 °C minimum) ce qui peut l'être.

Envelopper dans une housse imperméable aux acariens ce qui ne peut être ni passé avec un linge humide, ni lavé à 60 °C minimum.

Sortir du logement tout ce qui ne peut être ni dépoussiéré, ni lavé et ni recouvert d'une housse.

Que vous soyez vous-même un allergique ou parent d'un enfant allergique aux acariens et allergènes d'acarien, nous espérons que cette brochure vous aura donné quelques conseils pour diminuer nettement l'apparition de symptômes.

Les housses, oreillers et duvets sont produits par **Mission:Allergy** Inc., Hawleyville CT 06440/USA
Propriétaire et fondateur: Dr J. Miller (Allergologue)

Bencard Allergie

Voir plus loin.

Bencard AG · Tumigerstrasse 71 · Postfach 20
CH-8606 Greifensee ZH
Téléphone 044 942 00 13 · Fax 044 942 00 19
bencard@bencard.ch
www.bencard.ch

Pour placer votre commande

Identifiez (au besoin et pour être très sûr, mesurez chez vous) les dimensions qui correspondent le mieux à vos matelas, oreillers et duvets.

Les housses ont toujours un peu de marge et peuvent donc s'adapter. Vous pourriez aussi nous appeler directement ou passer par internet (www.bencard.ch). Tous ces articles peuvent également être commandés en pharmacie, droguerie et commerce sanitaire. Vous trouverez notre liste de pharmacies/magasins-conseil sur notre site www.bencard.ch.

Il est également possible de commander des housses **Mission:Allergy** faits sur mesure. Veuillez nous demander par e-mail (bencard@bencard.ch).

Puisque ces articles ne seront ni repris ni échangés, n'hésitez pas à nous contacter, et nous vous conseillerons volontiers.

Concernant un remboursement éventuel par votre caisse-maladie, prenez au préalable contact avec celle-ci et/ou avec votre médecin traitant.

Sur les housses de protection de **Mission:Allergy**, nous donnons une garantie de 10 ans et 3 ans sur les duvets et oreillers avec garnissage à condition que les instructions d'utilisation, d'entretien et de bon usage aient été appliquées.

Pour des raisons d'hygiène, nos duvets, oreillers et housses ne peuvent pas être repris ou échangés que si retournés dans les 10 jours après livraisons et sauf si l'emballage d'origine reste scellé et n'a pas été.

Pour rappel, les articles produits sur mesure ne seront ni repris ni échangés. Le délai de livraison est de 10 à 12 semaines. Pour les nouveaux clients, nous nous réservons le droit de livrer contre paiement à l'avance.



ou www.bencard.ch/protectionsacariens

Bencard Allergie

Voir plus loin.

Bencard AG · Tumigerstrasse 71 · Postfach 20
CH-8606 Greifensee ZH
Téléphone 044 942 00 13 · Fax 044 942 00 19
bencard@bencard.ch
www.bencard.ch



Nos housses de protection, duvets et oreillers bénéficient du label Allergie Suisse.

Ce label est une marque indépendante développée par la société Service Allergie Suisse en collaboration étroite avec aha!

Plusieurs vérifications techniques, conduites par divers experts indépendants, aboutissent à l'octroi de ce label de qualité, qui atteste qu'un cahier des charges stricte a été respecté pour garantir à l'allergique une plus-value du produit.