

La prévention de l'asthme et des allergies doit-elle passer par le diagnostic de la qualité de l'air intérieur ?

L'asthme et les allergies sont des pathologies très répandues. Mais saviez-vous que l'air intérieur des habitations est en partie responsable de ces affections ?

Nous passons plus de 80% de notre temps dans les lieux clos (habitation, voiture, bureau, métro ?) et l'air que nous y respirons n'est pas sans risque pour notre santé. Le nombre de personnes souffrant d'asthme et d'allergies, notamment respiratoires, sont en constante progression. Actuellement 1 français sur 3 est allergique et si la progression continue avec le même rythme, en 2020, la moitié de la population pourrait être allergique !

L'asthme est une pathologie respiratoire caractérisée par une inflammation chronique des bronches. A l'occasion d'une crise d'asthme, les bronches se contractent, puis développent un œdème diminuant leur diamètre. Associé à la formation de mucus, les bronches s'obstruent et empêchent l'air de circuler.

L'air intérieur des habitations et des lieux de vie contient de nombreux polluants dont les Composés Organiques Volatils (COV) et les allergènes domestiques.

D'une manière générale, les COV favorisent l'asthme et les allergies respiratoires. En effet, certains polluants comme le formaldéhyde sont à la fois un facteur aggravant et un facteur sensibilisant. Ainsi, une personne atteinte d'une pathologie respiratoire sera plus en souffrance dans un environnement chargé en COV.

Les allergènes domestiques, notamment les allergènes d'acarien, sont l'un des facteurs majeurs responsables des allergies respiratoires et des manifestations allergiques (rhinite allergique, irritations oculaire ?). A côté des allergènes d'acariens, les allergènes de chat, de chien, de rongeurs (rat et souris), de moisissures sont également à prendre en compte.

Les COV et les allergènes domestiques sont des paramètres essentiels de la qualité de l'air intérieur. Grâce à [Kudzu Science](#), il est aujourd'hui possible de réaliser soi-même un diagnostic de qualité de l'air intérieur avec des kits d'analyse simples d'utilisation incluant une analyse en laboratoire et un rapport d'analyse avec des conseils personnalisés.

L'Observatoire de la Qualité de l'Air Intérieur a édité une liste complète des paramètres à surveiller dans l'air intérieur des lieux de vie. Pour les COV, 34 molécules chimiques sont concernées dont le formaldéhyde, les BTEX (Benzène, Toluène, Ethylbenzène et Xylènes), le tétrachloroéthylène ? Pour les allergènes domestiques, les allergènes d'acarien, de chat et de chien sont mesurés dans les campagnes de l'OQAI dans les logements, bureaux, crèches et écoles maternelles.

En conclusion, la réalisation d'un diagnostic de la qualité de l'air intérieur dans une habitation peut, après avoir mis en place des actions préventives, améliorer significativement la situation des personnes asthmatiques, allergiques ou ayant des pathologies respiratoires, et prévenir l'apparition de problèmes de santé tels que des irritations nasales et oculaires, des maux de têtes, des troubles neurologiques ?