



Habitat & Santé

Conseils pour un logement sain

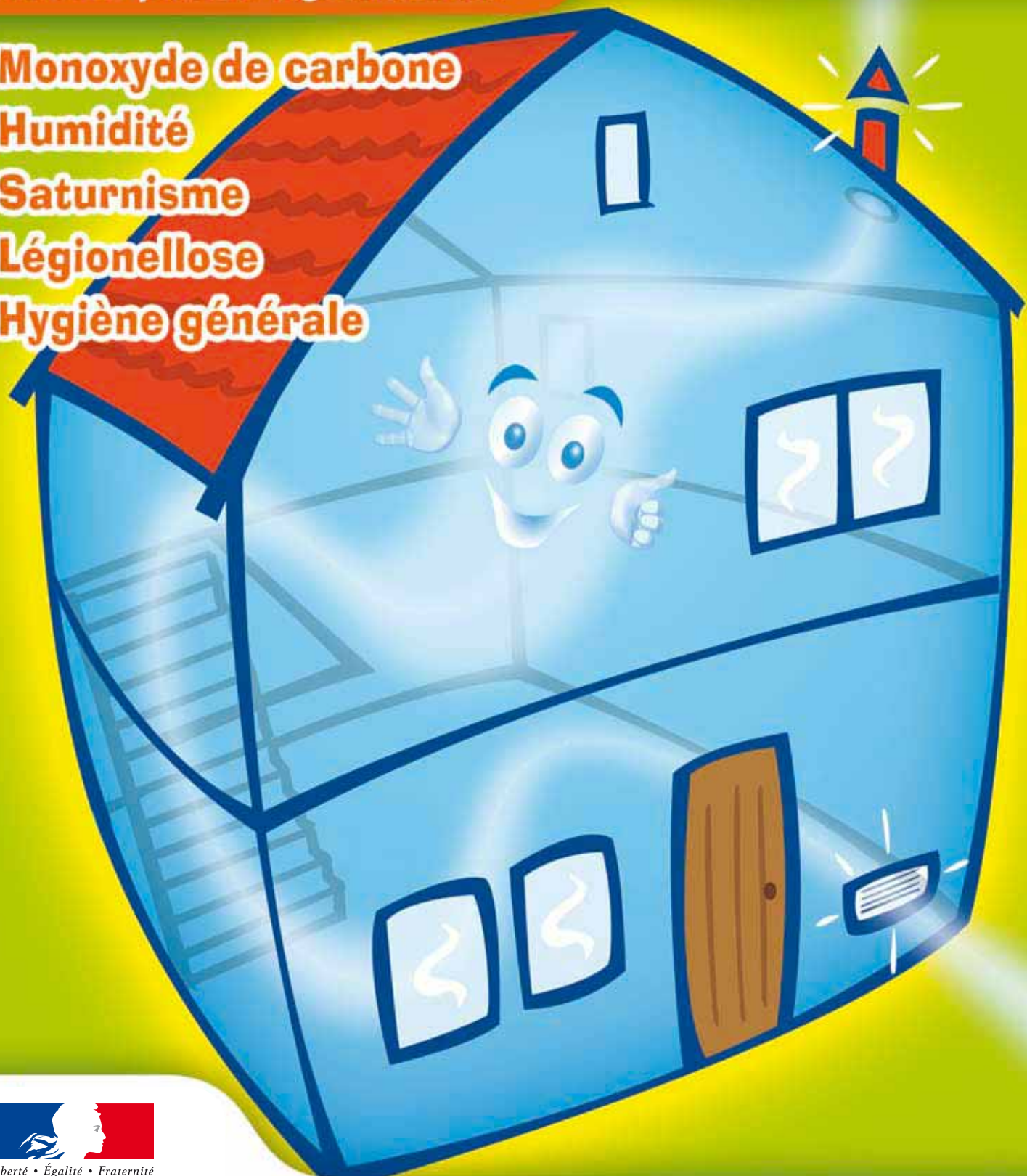
Monoxyde de carbone

Humidité

Saturnisme

Légionellose

Hygiène générale



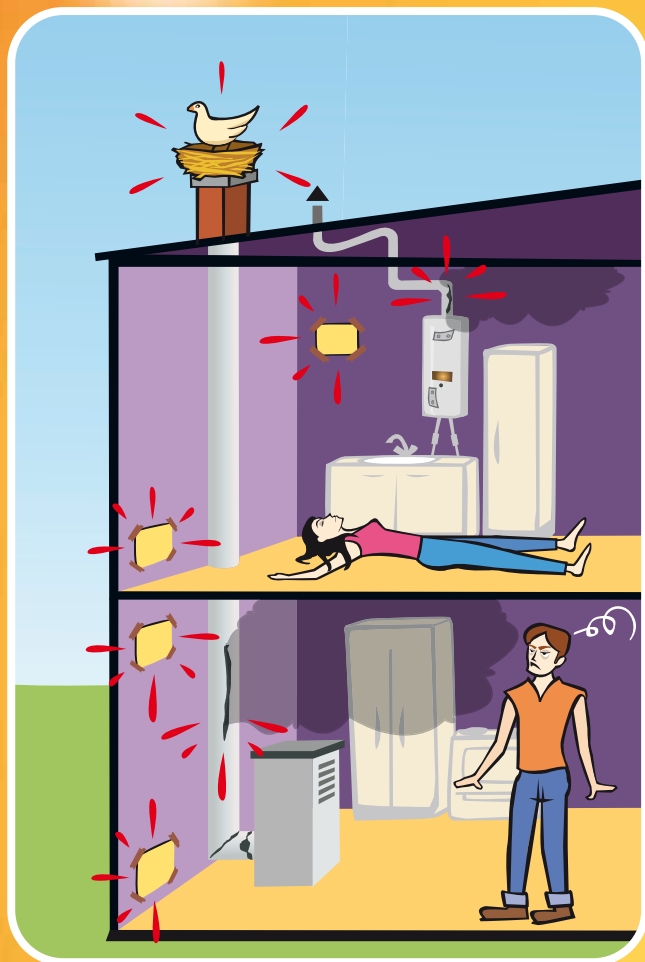
Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Monoxyde de carbone (CO)

Comment prévenir les accidents ?



NON



A NE PAS FAIRE

NE BOUCHEZ JAMAIS VOS AERATIONS.

LES CHAUFFAGES D'APPOINT

(les poêles à pétrole par exemple)

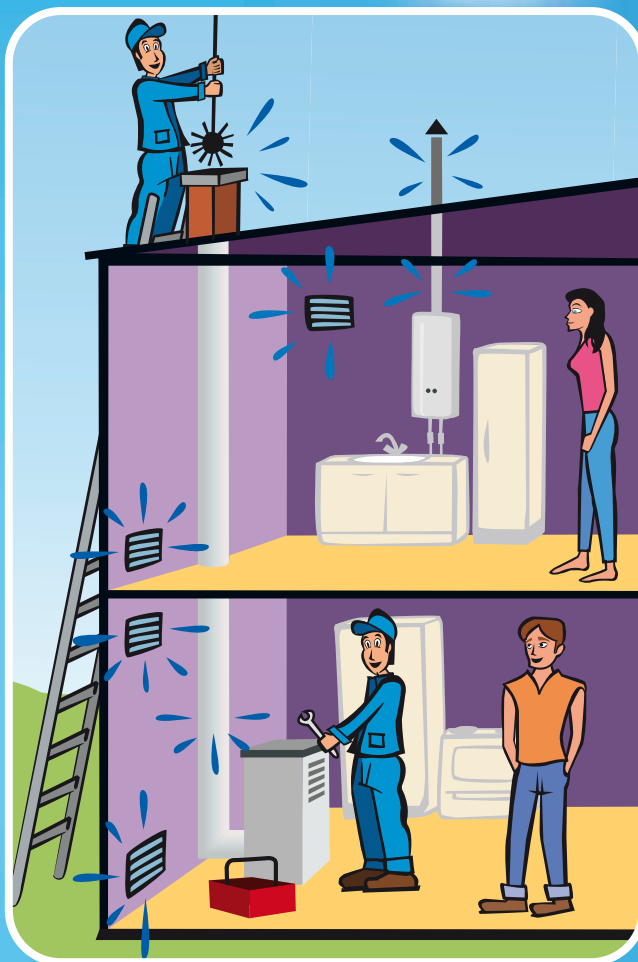
NE DOIVENT PAS FONCTIONNER EN CONTINU

(2 heures maximum).

Sans une arrivée d'air suffisante, les appareils à combustion fonctionnent mal et produisent du monoxyde de carbone.



OUI



A FAIRE

FAITES VERIFIER ET ENTRETENIR, par un professionnel qualifié **AU MOINS UNE FOIS PAR AN**, toute l'installation de chauffage et de production d'eau chaude. Un appareil encrassé ou mal réglé produit du monoxyde de carbone.

FAITES RAMONER, AU MOINS UNE FOIS PAR AN, le conduit de fumée (cheminée), pour le nettoyer mais aussi pour vérifier qu'il est en bon état et qu'il n'est ni bouché, ni fissuré (sinon les gaz toxiques repartent vers l'intérieur du logement).

Qu'est ce que le monoxyde de carbone ?

- C'est un gaz **INCOLORE, INODORE** mais **MORTEL** qui se dégage suite à toute combustion incomplète (mauvais brûlage) de tout combustible : bois, butane, propane, charbon, fuel, pétrole, gaz de ville.
- Tous les types d'appareil de chauffage peuvent être concernés suite à un dérèglement, un mauvais entretien ou une mauvaise installation : chaudière, poêle, convecteur, chauffe-eau, chauffage mobile d'appoint, insert...

Quels sont les signes d'une intoxication ?

- Maux de tête, vertiges, nausées, troubles visuels, vomissements, malaises pouvant entraîner une perte de connaissance voire un

coma sont autant de symptômes qui peuvent faire penser à une intoxication au monoxyde de carbone. N'hésitez pas à en parler à votre médecin en cas de signes qui persistent.

Que faire en cas d'accident ?

- Arrêtez tous les appareils à combustion.
- Aérez immédiatement les locaux en ouvrant portes et fenêtres.
- Faites évacuer les occupants hors du logement.
- Appelez les secours (Pompiers : 18 ou SAMU : 15 ou 112 depuis un mobile ou un fixe).
- Faites passer un professionnel qualifié avant toute nouvelle utilisation des appareils à combustion.

Humidité

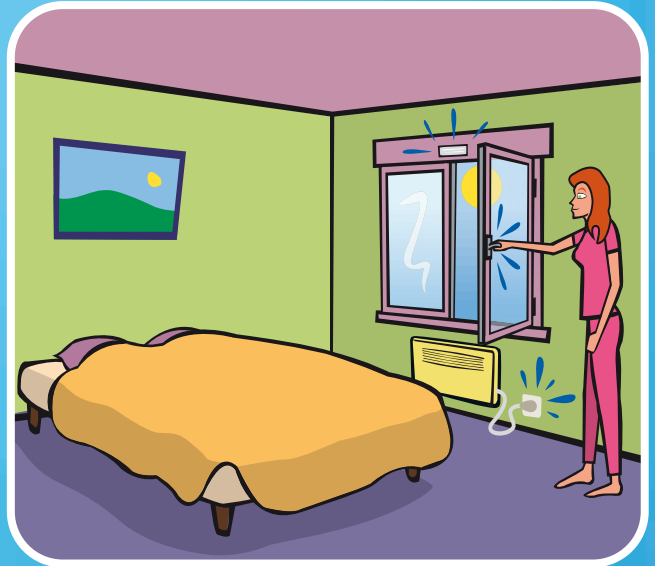
Comment lutter contre l'humidité ?



NON



OUI



La présence d'humidité dans un logement va favoriser la prolifération de blattes et d'acariens, le développement de champignons et de moisissures qui vont augmenter les manifestations allergiques (eczéma, asthmes, rhinites...).

ORIGINE DES MANIFESTATIONS DE L'HUMIDITE	PRODUCTION D'EAU (en Litre d'eau / heure)
Douche	2 à 3
Cuisine	1
Lessive/Séchage du linge	0,5 à 1
Respiration	0,04 (une nuit = 0,32 L)
Poêle à pétrole	0,33

Comment lutter contre l'humidité ?

- Aérez le plus souvent et le plus longtemps possible (15 minutes deux fois par jour), même par temps de pluie ou de brouillard. L'air extérieur s'assèche lorsqu'il pénètre dans le logement. Il est alors plus facile à chauffer qu'un air saturé d'humidité.
- Chauffez en continu. Il faut éviter de ne chauffer le logement que pendant les heures d'occupation sans pour autant surchauffer.
- Pour les chauffages d'appoint au pétrole (mobile), évitez de les utiliser de manière prolongée (2 heures maximum en continu).
- N'obstruez pas ou ne laissez pas s'encrasser les grilles d'aération.
- Si vous séchez votre linge à l'intérieur de l'habitation, il est indispensable de bien aérer la pièce concernée.

Saturnisme & légionellose

Comment prévenir le saturnisme ?

(maladie du plomb)

NON



OUI



Qu'est ce que le plomb ?

- Le plomb est un métal contenu dans les peintures de maisons d'avant 1949. Quand les peintures se dégradent, elles peuvent devenir dangereuses pour les enfants (en mangeant les écailles de peintures ou en respirant les poussières de peintures).

Quels sont les signes d'une intoxication ?

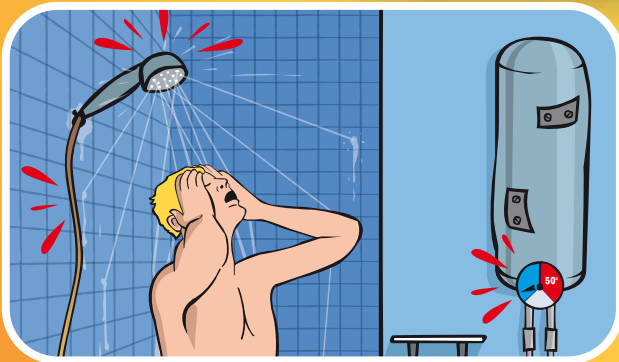
- Anémie, maux de ventre, troubles du sommeil, énervement, retard de croissance...

Si vous habitez un logement d'avant 1949, avez des peintures dégradées, avez des jeunes enfants, PARLEZ A VOTRE MEDECIN (il peut vous prescrire une prise de sang remboursée, seul moyen de savoir si votre enfant est intoxiqué).

Quels conseils pour éviter l'intoxication ?

- Faites attention en cas de travaux (protégez-vous des poussières qui peuvent contenir du plomb et éloignez les enfants).
- Nettoyez les sols à l'eau afin d'enlever les poussières de plomb.
- Lavez souvent les mains des enfants surtout avant les repas.
- Surveillez l'état de dégradation des peintures.
- Surveillez les enfants afin qu'ils ne touchent pas les vieilles peintures.

Comment prévenir la légionellose ?



Qu'est-ce que la légionellose ?

- C'est une infection pulmonaire causée par une bactérie appelée "légionelle". La contamination de l'homme se fait en respirant de microscopiques gouttelettes d'eau chaude contaminée (par exemple, lors de la prise de douche).
- Cette maladie n'est pas contagieuse.

Quels sont les signes de la maladie ?

- Forte fièvre, frissons, douleurs musculaires, maux de tête...

* Dilution d'un berlingot d'eau de Javel à 36° dans un litre d'eau, puis dilution d'un verre de la solution précédemment obtenue dans 10 litres d'eau, soit un seau.

Quelles précautions prendre ?

- Faites entretenir votre installation de production d'eau chaude une fois par an par un plombier qualifié.
- Maintenez en permanence une température de l'eau supérieure à 50°C (attention aux risques de brûlures).
- Démontez régulièrement vos douchettes, flexibles et embouts de robinet pour les nettoyer :
 - détartrage avec des produits du commerce ou une solution de vinaigre blanc diluée dans de l'eau, rinçage à l'eau,
 - désinfection pendant 30 minutes avec de l'eau de Javel diluée*, rinçage à l'eau avant leur remontage.
- Remplacez vos éléments de robinetterie en cas d'usure.
- Avant utilisation après une absence prolongée, laissez couler l'eau chaude quelques instants à tous les points d'usage du logement.

Hygiène générale

Comment garder un habitat sain ?

NON

OUI



A l'image de l'être humain, votre logement mérite au quotidien toute votre attention. Comme vous, il doit être aéré, chauffé et lavé. LE NEGLIGER PEUT DETÉRIORER VOTRE SANTÉ.

Comment assainir l'air que vous respirez ?

- Nettoyez régulièrement vos bouches d'aération.
- Aérez souvent pour renouveler l'air.
- Aérez votre logement lorsque vous fumez.
- Éliminez régulièrement les poussières.
- Limitez l'usage trop intensif des produits d'entretien, notamment sous forme d'aérosol.

Comment éviter les phénomènes de condensation et de développement de moisissures ?

- Maintenez une température supérieure à 17°C.
- Préférez un chauffage régulier et constant à des variations thermiques excessives.
- Chauffez toutes les pièces même celles qui sont peu utilisées.



L'accumulation de débris à l'intérieur d'un logement ou le manque d'entretien va favoriser la prolifération d'animaux et d'insectes indésirables tels que les cafards, les rats ou encore les acariens.

- Évacuez les ordures ménagères régulièrement.
- Utilisez des insecticides et/ou raticides si nécessaire en respectant les conseils d'utilisation mais attention aux enfants, animaux ou denrées alimentaires.

- Évitez d'avoir un nombre important d'animaux ne correspondant pas à la taille du logement.
- Soyez attentifs à l'hygiène de votre/vos animal(aux).
- Nettoyez régulièrement les sols (aspirez les tapis et moquettes, lavez les sols et planchers...).



Les Directions Régionale et Départementales du Nord - Pas-de-Calais

DDASS du Nord
Service Santé Environnement

BP 2008
59011 LILLE Cedex

Tel : 03 20 18 34 99
Fax : 03 20 18 34 43

DDASS du Pas-de-Calais
Service Santé Environnement

Résidence St Pol - 14 voie Bossuet
62016 ARRAS Cedex

Tel : 03 21 60 31 86
Fax : 03 21 60 31 45

Votre correspondant