

# Les moisissures

Lisez attentivement cette fiche  
si vous êtes allergique aux moisissures



## ➤ EN BREF

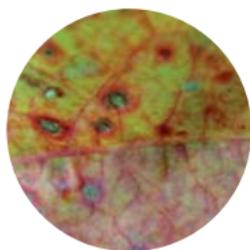
Les moisissures sont des champignons microscopiques. Il en existe un grand nombre avec, pour certaines, de nombreuses variétés. Elles peuvent être responsables de manifestations allergiques. Quand une colonie se développe, elle prend habituellement l'aspect d'une tache plus ou moins large, de couleur blanche, grise, brune, verte ou noire, formée de filaments chargés de **spores** (l'équivalent du pollen des plantes).

Mais certaines moisissures restent invisibles car elles se développent **à l'intérieur d'un matériau** : c'est le cas de la mэрule qui colonise l'intérieur des poutres et des planchers des maisons.



# Moisissures les plus courantes en France métropolitaine

➤ **L'*Alternaria*** est très répandu (surtout l'été) ; il donne des colonies allant du gris au noir, plutôt duveteuses. Il parasite les végétaux en décomposition et les débris organiques (paille, feuilles en décomposition).



➤ **L'*Aspergillus*** se trouve partout. Selon l'espèce (il y en a près de 300), les colonies vont du blanc au gris en passant par des nuances de jaune, de vert et de bleu. Il se trouve dans le sol, le compost, les débris organiques (céréales, pain, fruits, légumes, confitures...), les épices, notamment le poivre, les entrepôts de grains, le tabac, etc.



➤ **Le *Cladosporium*** est la plus abondante des moisissures, notamment l'été. Ses colonies, plus ou moins brunâtres, vont du vert olive foncé au noir et poussent volontiers dans le sol, sur les aliments, les cadres de fenêtres, les textiles, les surfaces peintes, voire sur les plantes mourantes.



# Conditions de développement des moisissures

## ➤ Où trouve-t-on les moisissures?

Elles se développent, en général, dans les endroits obscurs, humides et mal aérés, le plus souvent entre 10 et 30°C. On les rencontre à l'intérieur des habitats humides, dans les salles de bain, les cuisines, sur les tapisseries, mais aussi sur les fruits, les légumes, le fromage, le pain, les **plantes d'intérieur**, les aquariums, les vêtements et chaussures en cuir, etc.

## ➤ Qu'est-ce qui est allergisant dans les moisissures?

En se reproduisant, les moisissures expulsent des millions de **spores** qui restent en suspension dans l'air. Elles sont inhalées et provoquent des réactions allergiques.



## ➤ À quelles périodes y a-t-il un taux maximal de moisissures?

Il y en a toute l'année, mais davantage lorsqu'il fait chaud et humide (de mai à octobre).



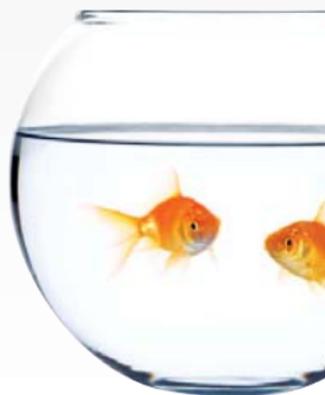
## Bon à savoir

- L'apparition de buée sur les vitres témoigne d'un degré d'humidité trop élevé dans la pièce. Cela favorise la multiplication des moisissures d'intérieur mais aussi des acariens qui s'en nourrissent.
- L'incitation aux économies d'énergie est à l'origine de mesures d'isolation et de calfeutrages excessifs. Il faut donc bien aérer et correctement ventiler l'habitat.
- L'obstruction des bouches d'aération installées dans les maisons et les appartements est dangereuse : cela favorise les intoxications (gaz de ville, monoxyde de carbone) mais aussi la pullulation des moisissures.
- Après une inondation, tapisseries, boiseries, planchers, tapis et moquettes sont rapidement envahis par des moisissures.
- Après les orages, les concentrations de spores dans l'atmosphère augmentent sensiblement, durant 3 à 4 jours.
- Dans les jardins, les moisissures croissent rapidement sur les tas de végétaux en décomposition (feuilles, gazon et autres débris végétaux). Il en est de même, à la campagne, avec le foin et les silos à grains.
- La filtration de l'air (système portatif ou intégré à un chauffage par air pulsé ou une climatisation) est très efficace pour diminuer la concentration des spores de moisissures dans l'air.

# Conseils pour se prémunir des moisissures

## A éviter

- Les promenades en forêt après la pluie et le brouillard.
- Le ramassage des feuilles et du bois morts.
- Les séjours prolongés dans les sous-sols.
- Le stockage de vieux vêtements et de cuirs (chaussures en particulier) dans des placards.
- Le stockage de papiers et journaux, de fruits et de légumes.
- Les salles de bains ouvertes sur les lieux de vie.
- Les aquariums.
- Les murs recouverts de papiers peints.
- Les plantes d'intérieur.
- Le manque d'étanchéité des toitures, portes et fenêtres.



## A faire

- Aérer et ventiler régulièrement l'habitat.
- Laisser entrer le soleil dans les pièces humides, en ouvrant volets et rideaux.
- Utiliser des peintures fongicides.
- Employer une solution fongicide et dénaturante des allergènes pour la literie.
- Nettoyer à l'eau de Javel les poubelles (chaque semaine), les salles d'eau (rideaux de douche et joints notamment), les robinetteries, les joints de réfrigérateur et de machines à laver, les cadres des fenêtres.
- Maintenir un taux d'humidité de 50% maximum dans l'habitat et, si besoin, recourir à un déshumidificateur.
- Retourner la terre des plantes d'intérieur et maintenir de la terre fraîche en surface du pot.
- Nettoyer régulièrement les panneaux de condensation des réfrigérateurs, les humidificateurs, les climatiseurs, les réservoirs des déshumidificateurs.
- Changer périodiquement les filtres des climatiseurs et des systèmes de chauffage par air pulsé.





# Les applications ALK

A chaque besoin correspond une application :



## Arbrallergik

Une application pour apprendre à reconnaître les arbres allergisants en partenariat avec le RNSA



Disponible en exclusivité sur Google Market et l'Apple Store



## Allergik

Une application spécifique, ludique et informative sur les allergies croisées.

Disponible en exclusivité sur Google Market et l'Apple Store



## Allergeek

Parce qu'il est plus facile d'apprendre en s'amusant, le jeu Allergeek permet de faire découvrir aux enfants les principaux conseils de prévention de manière ludique et attractive.

Disponible sur PC, MAC et I-phone/I-pad

**Pour toute information complémentaire,  
contactez notre service client**

**03 29 80 71 62**

Du lundi au vendredi : 08H30 à 18H00 - Le samedi : 09H00 à 12H00

**serviceclient@alk.net**



Scanner ce code à l'aide d'un smartphone pour accéder au site mobile ALK

55270 Varennes en Argonne  
Fax 03 29 80 24 34

[www.alk.fr](http://www.alk.fr)

