

QUALITÉ DE L'AIR ET SANTÉ

MÉMENTO

Rappel des enjeux

Ensemble, préservons la santé des patients

CONTEXTE Vous êtes un professionnel de santé et vous souhaitez sensibiliser vos patients à la qualité de l'air : Atmo Hauts-de-France vous offre ce mémento "rappels et conseils" pour vous accompagner dans cette démarche.

Atmo Hauts-de-France, votre parten'air référent



+de **45**
années
d'expertise



+de **50**
stations de
mesures fixes



500
mesures de l'air
produites / heure



+de **30**
polluants et familles
de polluants surveillés
dont 12 réglementaires

Les principaux polluants de l'air

L'atmosphère renferme une variété de polluants, substances et perturbateurs endocriniens émanant à la fois de phénomènes naturels et d'activités humaines.



RAPPEL

Comprendre les liens entre la pollution de l'air, la santé humaine et l'environnement est crucial pour adopter des approches efficaces de prévention et de gestion, mais aussi pour assurer le bien-être de vos patients.

Les voies d'exposition



Voie orale : Principal point d'entrée de l'air et des polluants dans notre organisme.



Voie digestive : Les polluants dans l'air peuvent contaminer notre alimentation.



Voie cutanée : Considérée comme marginale, elle ne doit pas être complètement négligée.

L'effet cocktail

L'exposition à certains polluants atmosphériques peut présenter un **risque sanitaire** significatif pour les individus et peut également contribuer à ce que l'on appelle «**l'effet cocktail**».

On parle d'effet cocktail pour l'effet que peut avoir un mélange de différentes substances sur la santé.

Impact sur la santé

Effets court terme : manifestations cliniques, fonctionnelles ou biologiques qui surviennent dans des délais rapides suite aux variations journalières des niveaux ambiants de pollution atmosphérique.

Effet long terme : Apparition des effets après des expositions répétées ou continues tout au long de la vie.

Épisode de pollution : Un épisode traduit une augmentation temporaire de la pollution de l'air pouvant affecter la santé humaine ou l'environnement. L'absence d'épisode ne signifie pas qu'il n'y a pas de pollution.

C'est l'exposition chronique à la pollution de l'air qui conduit aux effets et aux impacts les plus importants sur la santé. D'ailleurs, l'OMS estime que **36% des cancers du poumon, 35% des BPCO, 34% des AVC, 27% des maladies cardiaques** sont liés à la pollution de l'air.



Conseils aux patients

TABAC - VAPOTAGE



Fumer dehors plutôt qu'à la fenêtre.

AÉRATION-VENTILATION CLIMATISATION



Pour une aération optimale, il est conseillé de ventiler 10 minutes par jour et à chaque pratique polluante. Ne pas obstruer les bouches d'extraction et s'assurer que le climatiseur est entretenu régulièrement pour éviter la contamination de l'air intérieur.

HUMIDITÉ



Rester attentif à certains signes d'humidité visibles ou non visibles tels que la condensation fréquente, l'apparition de moisissures, l'écaillement de la peinture, le décolllement des papiers, ainsi que les odeurs de moisi ou de renfermé.

ANIMAUX



Éviter de broser votre animal à l'intérieur de votre logement et aspirer régulièrement les tapis, moquettes, fauteuils et tissus d'ameublement.

CHAUFFAGE



Importance d'une vérification régulière par des professionnels qualifiés. Éviter l'utilisation du chauffage d'appoint au pétrole qui peut être préjudiciable en raison des gaz de combustion et de l'humidité qu'il génère.

PARFUMS D'AMBIANCE



Éviter l'utilisation de ces produits.

MÉNAGE D'INTÉRIEUR



Privilégier les produits avec un label environnemental, des ingrédients traditionnels, moins agressifs pour l'environnement et la santé, sans y ajouter d'huiles essentielles : vinaigre blanc, savon noir, bicarbonate de soude.

COSMÉTIQUES



Éviter les produits en spray ou en aérosol chez les patients souffrant de problèmes respiratoires.

PLANTES



Choisir une plante qui n'est pas source d'allergie, éviter de placer la plante dans la chambre, limiter le nombre dans le logement et l'arrosage pour éviter les moisissures, dépoussiérer les feuilles, éviter d'utiliser des produits chimiques pour les traiter.

TRAVAUX, AMÉNAGEMENTS RÉCENTS OU ANCIENS : MURS/REVÊTEMENTS/SOLS MEUBLES/SOLANTS



Faire attention aux étiquetages des produits utilisés, aérer correctement pendant et après les travaux, entreposer le nouveau mobilier dans une pièce bien ventilée pendant trois jours et porter un masque si manipulation de peinture ou de colles à l'intérieur.



Le saviez-vous ?

Le **CMEI** (Conseiller Médical en Environnement Intérieur) intervient sur prescription médicale, afin de réaliser une enquête environnementale au domicile de patients présentant une pathologie respiratoire et/ou allergique.



air to go

L'application **AirToGo** est une application permettant à l'utilisateur d'avoir une information de proximité de la qualité de l'air du jour sur une commune afin d'anticiper sa journée.