

Conseils simples pour lutter contre les allergènes du quotidien :

- Eviter les contacts avec les animaux domestiques
- Laver la literie régulièrement à 55-60°C pour lutter contre les acariens
- Diminuer l'humidité du logement par une aération fréquente
- Limiter ou supprimer les produits d'entretien sous forme d'aérosol
- Limiter le nombre de plantes dans la maison
- Eradiquer les cafards avec des insecticides appropriés