

Nom

Qui appeler ?

Eviter les facteurs déclenchants : les animaux

Vous avez pu remarquer que la présence d'animaux autour de vous déclenche des signes d'asthme ou d'allergie. Les allergies aux animaux peuvent provoquer des crises d'asthme. Votre équipe soignante peut vous proposer de faire des tests allergiques vis-à-vis de différents animaux. Vous pouvez être allergique aux squames (pellicules) d'un animal, à ses plumes, à sa salive ou à ses excréments.

Il est préférable de ne pas posséder un animal auquel vous êtes allergique.

Rester en bonne santé avec des animaux

Si vous décidez de garder un animal auquel vous êtes allergique, il vous faudra faire attention pour ne pas développer d'allergie ou de crise d'asthme. Quelques astuces :

- si possible, gardez votre animal à l'extérieur.
- n'autorisez pas votre animal à aller dans votre chambre ou sur votre lit.
- demandez à votre médecin quel traitement préventif prendre avant de manipuler votre animal.
- après avoir touché votre animal, lavez-vous les mains.
- demandez à un proche de nettoyer sa cage ou sa caisse.



Bien choisir son animal

Évitez les animaux à plumes ou à fourrure. Les reptiles provoquent rarement des allergies (mais lavez-vous soigneusement les mains après avoir touché un reptile). Les poissons ne sont pas responsables d'allergies. Maintenez l'aquarium propre et évitez de laisser des moisissures se développer. Demandez conseil à votre médecin pour bien choisir un animal.

Chaque semaine, votre animal devrait être lavé pour éliminer les pellicules et la salive collée aux poils. Si possible, faites faire cela par un proche qui n'est pas allergique.

Quand vous êtes en visite

- évitez d'aller chez des amis qui gardent leurs animaux à l'intérieur. Leur maison contient des éléments allergisants, même s'ils ont mis leur animal dehors pendant votre visite.
- quand vous passez la nuit quelque part, demandez à dormir dans une chambre où aucun animal n'est autorisé à entrer.



Placez des filtres sur les bouches d'aération du chauffage de votre chambre. Cela évitera que des pellicules de votre animal ne soient soufflées dans la pièce par le système de chauffage.