

Consigli per ridurre l'esposizione dei bambini agli allergeni in casa

Quando il tuo bambino soffre di allergie respiratorie, che possono causare sintomi come starnuti, naso che cola, lacrimazione e prurito al naso, alla gola, agli occhi o al palato, **desideri fare qualsiasi cosa per farlo stare meglio.**

Rendere l'aria della tua casa salubre assicurandoti che sia priva di allergeni **può fare una grande differenza.** Di seguito riportiamo una guida su dove trovare gli allergeni che possono scatenare i sintomi nei bambini e su come ridurre la loro esposizione agli stessi.

Dove si nascondono gli allergeni?

Nella cameretta o nella stanza dei giochi, **gli allergeni possono nascondersi nei posti più improbabili!**



PELUCHE

acari della polvere, polline e forfora di animali domestici possono accumularsi sui peluche



TAPPETI E MOQUETTE

gli acari della polvere e i pollini possono trovare il loro habitat ideale anche nelle profondità di un tappeto spesso. La muffa può svilupparsi anche lungo i bordi delle pareti



LUOGHI BUI

gli acari della polvere adorano nascondersi in questi spazi



TESSUTI D'ARREDO

gli acari della polvere si nascondono anche qui, per esempio nei letti, nelle tende e nei cuscini



ABITI UMIDI

Se riposti senza cura dopo il gioco, anche i vestiti possono diventare un rifugio per la muffa

Come ridurre l'esposizione dei bambini agli allergeni



Vi sono alcuni **semplici accorgimenti** da adottare in casa per **ridurre il rischio** di innescare i sintomi allergici:

NELLA CAMERETTA

- 1

Proteggi i materassi del tuo bambino con una copertura antiacaro (di solito realizzata con un tessuto a membrana o un micro-tessuto). Impedirà il passaggio degli acari della polvere²
- 2

Sostituisci la biancheria da letto in lana o piuma con **materiali antiallergici**
- 3

Se hai animali domestici, cerca di tenerli al di fuori della cameretta del tuo bambino, e di certo **non lasciarli dormire con lui!**
- 4

Mantieni l'aria pulita. Un purificatore d'aria Philips aiuta a ridurre gli allergeni e controlla i livelli di qualità dell'aria nella cameretta del tuo bambino
- 5

Assicurati che tutti i vestiti siano completamente asciutti prima di riporli in cassetti e armadi¹

NELLA STANZA DEI GIOCHI

- 1

Dove possibile, **scegli pavimenti duri o linoleum.** Se hai tappeti o moquette, assicurati di tenerli sempre puliti **aspirandoli o lavandoli regolarmente**
- 2

In casa mantieni il livello di umidità tra il 40% e il 60% per evitare lo sviluppo di muffe³. La gamma di umidificatori Philips aiuta a mantenere livelli di umidità confortevoli
- 3

Il disordine attira la polvere, quindi **tieni i giocattoli ordinatamente riposti** in scatole di plastica quando non vengono usati⁴
- 4

Lava i peluche in acqua calda ogni due settimane: puoi inserirli in una federa durante il ciclo di lavaggio. Quindi asciugagli **nell'asciugatrice a calore elevato per almeno 45 minuti**⁵
- 5

Metti in freezer per una notte i giocattoli che non possono essere lavati così da eliminare tutti gli acari della polvere⁶

Philips sa bene che i genitori di bambini con allergie pensano di aver provato di tutto. La nostra gamma di soluzioni per l'aria è stata **attentamente studiata proprio per aiutare i genitori a gestire i fattori scatenanti che potrebbero aggravare i sintomi allergici dei loro bambini** in casa. Desideriamo che i genitori **si sentano rassicurati sul fatto che possono rendere le loro case un rifugio sicuro per la loro famiglia.**

Le informazioni fornite sono di natura generale ed a **scopo puramente divulgativo** e per questo motivo non possono sostituire **in alcun caso** il consiglio di un medico o di un professionista abilitato all'esercizio della professione sanitaria.

1. https://msdh.ms.gov/msdhsite/_static/resources/2111.pdf
 2. <https://www.allergystore.com/dust-mite-fabric-pore-size>
 3. <https://www.epa.gov/sites/production/files/2016-10/documents/moldguide12.pdf>
 4. <http://www.sheknows.com/parenting/articles/970049/cut-down-on-allergens-in-your-childs-bedroom>
 5. <https://theallergygroup.com/Blog/Article/D44/Stuffed-Toys-%E2%80%93-A-Trigger-Of-Allergies-and-Asthma>
 6. <http://www.toysadvice.co.uk/guide-toy-hygiene.html>