

10.12.2021 - 09:46 Uhr

## Information pour les médias - Un beau cadeau : des crises d'éternuement sous le sapin



Chères et chers représentant-e-s des médias,

Veillez trouver ci-dessous un communiqué de presse de aha! Centre d'Allergie Suisse à ce sujet.

Sincères salutations,

Petra Kollbrunner

Communication et médias

aha! Centre d'Allergie Suisse

### **Un beau cadeau: des crises d'éternuement sous le sapin**

**Guirlandes lumineuses, boules qui scintillent et l'odeur des épinettes – pour bon nombre d'entre nous, fêter Noël sans un sapin bien décoré est impensable. Pourtant, il est possible qu'il n'apporte pas que de la joie aux personnes allergiques. Pourquoi?**

Commençons par la bonne nouvelle: La plupart des Suisses et Suissesses peuvent dresser un sapin dans leur salon en toute insouciance. Mais pour les personnes allergiques, le résineux pourrait bien jouer le trouble-fête. Roxane Guillod, experte de aha! Centre d'Allergie Suisse, fait le point sur les causes et les substances irritantes.

#### **Bien loties: les moisissures**

Chaque année, il se vend près d'un million et demi de sapins de Noël en Suisse. Les conifères ne sont pourtant pas vraiment à l'aise dans les pièces chaudes et douillettes, par contre les moisissures s'en donnent à cœur joie. Une étude a démontré que la concentration de spores de moisissures dans l'air ambiant augmentait de façon drastique: de 800 à 5000 spores par mètre cube en seulement deux semaines. Il n'y a donc rien d'étonnant à ce que les personnes souffrant d'allergies soient en proie à des éternuements, au nez qui coule et à des difficultés à respirer lorsqu'elles sont à proximité du fameux sapin. Le conseil de Roxane Guillod: ne pas laisser l'arbre trop longtemps chez soi et aérer souvent.

#### **Privilégier les arbres bio**

Un Nordmann du Danemark? Une espèce locale cultivée dans la tradition? Ou alors un sapin bio? Si vous réagissez fortement aux substances irritantes, le choix n'en sera que plus facile: mieux vaut opter pour le bio. Guillod l'explique ainsi: «Qu'il s'agisse d'une plantation locale traditionnelle ou d'arbres importés de grandes fermes, ces types de culture ont recours à des herbicides, à des

insecticides et à des fongicides dont les résidus peuvent encore être mis en évidence une fois que le sapin est chez nous». Quant aux arbres en plastique, ils ne constituent hélas pas de réelle alternative, parce qu'il est souvent impossible d'en connaître les composants et qu'ils renferment différents types de plastique (PVC, p. ex.), ainsi que des métaux comme du fer, voire du plomb.

### Et la lumière fut... toxique

Les bougies: leur suie se compose de nombreuses particules très fines qui pénètrent en profondeur dans les poumons et peuvent provoquer une toux ou des difficultés respiratoires. De plus, ces particules fines restent très longtemps dans l'air. Conseils de l'experte: «Mieux vaut renoncer aux bougies et opter pour une variante électrique. Ou alors, ne les allumer qu'un bref instant et à chaque fois, bien aérer après.»

### Déco: La nature à l'état pur

Les figurines en bois encollé ou une profusion de décorations en plastique peuvent aussi susciter des réactions; bien souvent, elles contiennent en effet du formaldéhyde ou d'autres composés organiques volatils qui contaminent l'air dans les espaces clos. Roxane Guillod ne le sait que trop: «il peut s'ensuivre des irritations oculaires, des picotements dans le nez et dans la gorge, ou encore un nez qui coule; en cas de contact prolongé, des maux de tête, de la fatigue et un sentiment général de malaise peuvent survenir». Sa recommandation: acheter plutôt des produits sans substances toxiques ou opter pour des alternatives conçues dans des matériaux bien supportés tels que le papier, la paille, le bois et le verre.

### aha! Centre d'Allergie Suisse aide

Conseils donnés par aha!infoline: du lundi au vendredi, du 08.30-12.00 heures (Tél. 031 359 90 50)

#### Contact:

Petra Kollbrunner  
Communication et médias  
aha! Centre d'Allergie Suisse  
Scheibenstrasse 20  
3014 Berne  
+41 31 359 90 46  
[petra.kollbrunner@aha.ch](mailto:petra.kollbrunner@aha.ch)

#### Medieninhalte



Décorations de Noël. Photo: unsplash



Roxane Guillod, experte de aha! Centre d'Allergie Suisse. Photo: Luca Christen

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000124/100882613> abgerufen werden.