

## CONSIGLI PER MISURE di PROFILASSI ANTIACARO

*Dr Nicola Ullmann*

### **Misure antipolvere:**

- Ridurre il più possibile i pelouches in camera da letto (al max uno alla volta)
- Togliere dalla stanza oggetti che raccolgono polvere quali: poltrone, librerie, tende, tappeti, libri etc...
- Il pavimento non deve essere in “moquette” ma in superfici lavabili. Va lavato con uno straccio bagnato, evitare l’uso della scopa
- Spolverare spesso la camera del bambino passando un panno umido su tutte le superfici e tra gli elementi del radiatore, non battere cuscini o materassi
- Non rivestire i muri con carta da parati
- Fare dormire il bambino, se possibile, in camera da solo
- Usare materassi in gommapiuma o materiale sintetico e ricoprirli con coprimaterasso antiacaro
- La rete del letto deve essere metallica
- Preferire i cuscini e le coperte in materiale sintetico, le lenzuola devono essere in lino o materiale sintetico
- 

### **Misure di profilassi ambientale consigliate:**

- E’ vietato fumare in casa, in automobile o in qualsiasi altro ambiente chiuso (anche in assenza del bambino)
- Non accendere il camino
- Evitare di far stare il bambino in locali dove sono presenti caldaie, stufe a gas o bruciatori di altro tipo
- Evitare abitazioni umide. Nel caso di impossibilità a cambiare ambienti, cercare di far dormire il bambino nella stanza meno umida della casa
- Evitare la presenza di piante o animali