

LES ALLER <sup>fr</sup>BÊTES

Arthur la moisissure

fr  
LES ALLER BÊTES

Arthur  
la moisissure

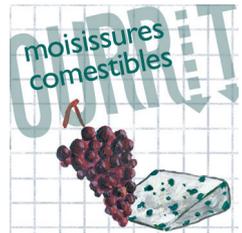


CHAMPIGNON

MULTICOLORE

ALK

## QU'EST ARTHUR ? OÙ VIT-IL ?



**Arthur la moisissure** est un champignon **microscopique**. **Arthur la moisissure** a beaucoup de cousins et de cousines d'espèces différentes.

**Arthur la moisissure** et sa famille se développent toute l'année et préfèrent les endroits humides, sombres et mal aérés. On les retrouve souvent dans les salles de bains, les cuisines, les greniers et les caves.

**Arthur la moisissure** accompagne parfois un aliment pour qu'il ait plus de goût, comme le vin ou le fromage par exemple.

## MAIS COMMENT VIT ARTHUR ?

**AÉRATION**  
mauvaise aération

**HUMIDITÉ**  
humidité

**CAVE**  
cave

**SOMBRE**  
endroits sombres

**CUISINE**  
cuisine



## COMMENT VIT ARTHUR ?



**Arthur la moisissure** est un des acteurs principaux de la décomposition. On dit qu'**Arthur la moisissure** est **saprophyte**, c'est-à-dire qu'il se nourrit de vieux papiers, de tissus, de plantes mortes etc.

Lorsque **Arthur la moisissure** et sa famille s'installent quelque part, ils forment une colonie. Au bout de quelques jours, cette colonie peut être visible à l'œil nu. On voit alors des petits filaments blancs, noirs, gris ou verts.

Pour créer de nouvelles moisissures, **Arthur la moisissure** envoie des millions de petites graines (les spores) dans l'air. Ces spores sont inoffensives ...

... SAUF SI ON EST ALLERGIQUE !

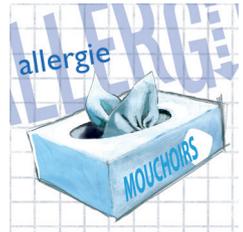
spores  
**SPORES**

**DÉCOMPOSITION**  
décomposition

**COLONIE**  
colonie



## ÇA VEUT DIRE QUOI : "ÊTRE ALLERGIQUE" ?



Si tu as souvent le nez qui coule, les yeux qui piquent, du mal à respirer ou la peau qui gratte, tu es peut-être allergique.

Ton corps réagit alors trop fort à un élément étranger. On appelle ces éléments étrangers des **allergènes**.

**Arthur la moisissure** produit des **allergènes** contenus dans ses spores. Les spores peuvent provoquer des allergies lorsqu'on les respire. Ces allergènes sont appelés pneumallergènes.

## MAIS QUE FAIRE POUR ALLER MEUX ?

RESPIRER respirer

PNEUMALLERGÈNE pneumallergène



SPORES spores

## ÉVITER ARTHUR !



Pour agir contre ton allergie, tu dois éviter **Arthur la moisissure** et sa famille. Pour cela, il faut :

- aérer et ventiler la maison régulièrement en contrôlant l'humidité
- nettoyer à l'eau de Javel les poubelles, les salles d'eau, les joints de réfrigérateur et de machines à laver
- utiliser des peintures **fongicides** et employer une solution **fongicide** pour la literie
- éviter les papiers peints et les plantes d'intérieur
- éviter les promenades en forêt après la pluie et le brouillard ; éviter de ramasser des feuilles et du bois morts.

## ET LES MÉDICAMENTS ?

# PAPERS PEINTS

éviter les papiers peints

utiliser des peintures  
et solutions fongicides

# FONGICIDE

# HUMIDITÉ

contrôler l'humidité

# PLANTES

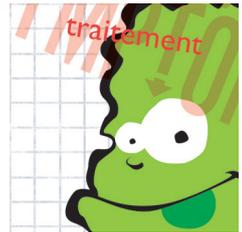
éviter les plantes d'intérieur



# EAU DE JAVEL

nettoyer à l'eau de javel

## COMMENT SOIGNE-T-ON L'ALLERGIE ?



D'abord, il y a des médicaments qui soulagent le nez qui coule, les yeux qui piquent, la gêne respiratoire, la peau qui gratte etc. Mais cela n'est parfois pas suffisant !

Le traitement qui agit sur les symptômes et la cause de ton allergie, c'est la désensibilisation. Cela consiste à prendre régulièrement des **extraits** de moisissures pour réhabituer son corps.

Le médicament se prend sous forme de gouttes sous la langue.

Ce traitement dure plusieurs années ; il est nécessaire que tu sois bien informé pour rester motivé.



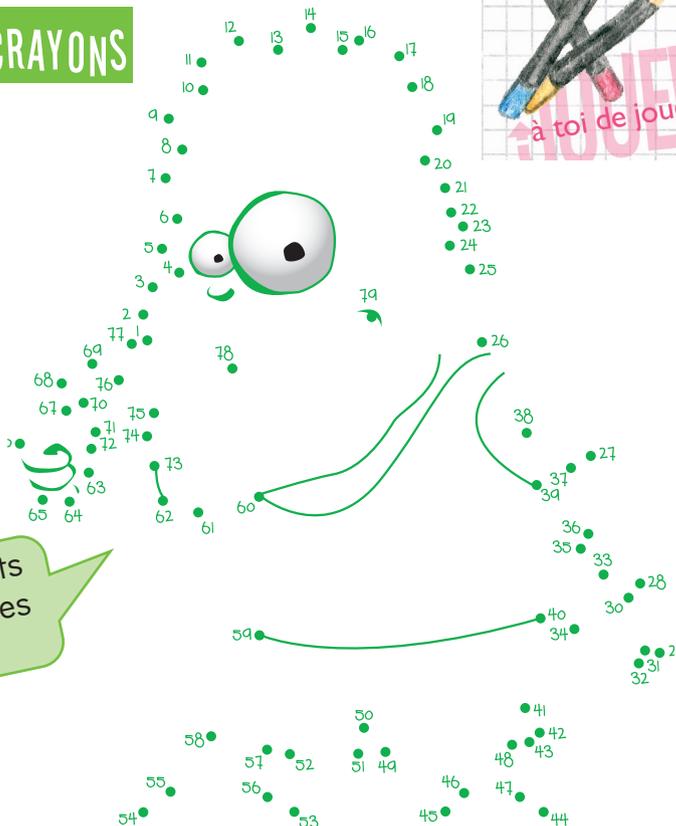
# VOIE SUBLINGUALE

prise du médicament  
par la bouche  
sous la langue

INFORMÉ  
MOTIVÉ  
SOULAGÉ!

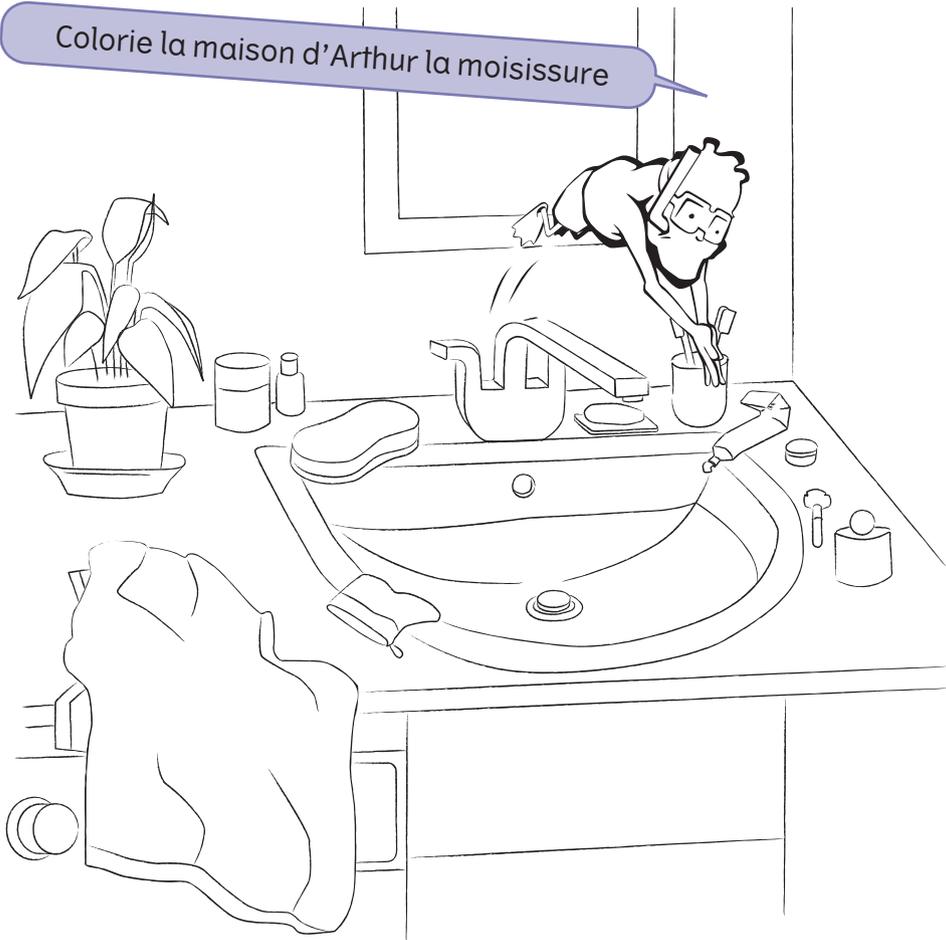


# À TES CRAYONS



Relie les points  
dans l'ordre des  
chiffres.

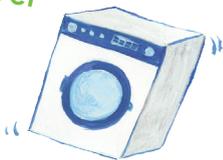
Colorie la maison d'Arthur la moisissure



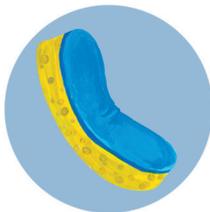
# À TES CRAYONS !

Relie les objets qu'il faut nettoyer à l'eau de Javel avec une éponge.

• la machine à laver



• le lit



• les plantes



• la cuisine

• la douche



• les cadres de fenêtres



• les robinets



## DÉFINITIONS

**Microscopique** : cela veut dire que quelque chose est tellement petit qu'on ne peut le voir qu'avec une sorte de loupe très forte qu'on appelle un microscope.

**Saprophyte** : ce mot vient du grec *sapros* = pourri et *phyton* = plante. Une moisissure saprophyte se nourrit donc de choses en décomposition (plantes, nourriture etc).

**Fongicide** : ce mot vient du latin *fungus* = champignon et *caedere* = tuer. Une solution fongicide est un liquide qui tue les moisissures.

**Allergène** : c'est un élément étranger à ton corps, d'origine animale ou végétale, qui peut rendre malade certaines personnes.

**Désensibilisation** : c'est le fait d'administrer de petites doses d'allergènes pour permettre à ton corps de les tolérer.

**RÉPONSE** : les robinets, la douche, la cuisine, la machine à laver et les cadres de fenêtres. Les plantes d'intérieur ne se lavent pas à l'eau de Javel mais il vaut mieux les éviter. Il faut aussi traiter le lit avec une solution fongicide et dénatrante des allergènes.

ma vie **d'allergik**

DANS LA MÊME COLLECTION



Edén  
le pollen



Adrien  
l'acarien



Prosper  
le phanère



Chloé  
la graminée

Vous trouverez des informations plus détaillées  
dans nos fiches conseils chez votre médecin spécialiste  
ou sur les sites [alk.fr](http://alk.fr) et [maviedallergik.fr](http://maviedallergik.fr)

[www.alk.fr](http://www.alk.fr)

