

La qualité de l'air intérieur,
un enjeu **One Health**



LES BONNES PRATIQUES

pour préserver la qualité de l'air intérieur

_____ **dans votre cabinet** _____

POURQUOI LA QUALITÉ DE L'AIR INTÉRIEUR EST ESSENTIELLE ?



Chaque jour, nous respirons plus de 15 000 litres d'air, dont 80 % en intérieur.

En hiver, les fenêtres restent fermées et les polluants s'accumulent :

- CO₂ (confinement)
- Poussières et particules fines
- Composés organiques volatils (COV)
- Moisissures dues à l'humidité

Conséquences possibles : fatigue, maux de tête, irritations, allergies, risques infectieux.

Les patients fragiles et le personnel soignant sont les plus exposés.

LES BONS RÉFLEXES pour un air plus sain



Ouvrir les fenêtres 5 à 10 min matin et soir, même en hiver



Veiller à l'entretien des bouches d'entrée et d'extraction de l'air, des systèmes de chauffage et de climatisation



Nettoyer ou remplacer les filtres régulièrement.



Contrôler la température (19–21 °C) et l'humidité (40–60 %), signalez toute odeur ou condensation inhabituelle



Limiter l'usage de produits parfumés, aérosols, et privilégier des produits à faible émissions