

POLLUTION INTÉRIEURE

La maison passée à la loupe !

Radon, formaldéhyde, acariens, pesticides, bactéries, moisissures... Nos petits bobos de santé peuvent parfois s'expliquer par divers polluants incrustés dans notre habitat. Souvent, la lutte pour s'en débarrasser est simple. Mais elle exige de penser autrement mille petits gestes quotidiens.

PHILIPPE LAMOTTE



Marre de ces picotements aux yeux ou au fond de la gorge ? Ras-le-bol de ces migraines récurrentes ? Inquiet de ces vertiges ou de cette fatigue chronique que rien n'explique ? La solution est peut-être sous vos pieds ou dans votre chambre à coucher. Voire dans votre lit ou votre salle de bains. Tel est le soupçon nourri par un nombre croissant de médecins – généralistes, pédiatres et pneumologues en tête – qui, lassés de leur impuissance ou supposant que leur patient ne leur dit pas tout sur ses habitudes de vie à la maison, font appel aux Services d'analyse des milieux intérieurs, les Sami.

Sami ?

L'acronyme résonne un peu comme le prénom d'un ami sympa. C'est un peu cela. Concrètement, un spécialiste (médecin, pharmacien, biologiste...) sonne un beau jour à votre porte et, avec votre accord, examine votre logement sous toutes les coutures, questionnant les habitants sur leurs habitudes, leurs comportements et leur façon d'occuper les lieux. Nul voyeurisme, nulle inquisition dans cette approche. Juste le souci de trouver le gaz, la molécule ou la bête, soupçonnés, faute d'autres explications avérées, de vous empoisonner la vie au quotidien.

Et il y en a, des ennemis à domicile ! Passons rapidement sur les plus connus, comme le radon (un gaz radioactif émis par le sous-sol), l'amiante (une fibre utilisée autrefois dans des matériaux de construction, pour limiter la propagation du feu en cas d'incendie) ou le monoxyde de carbone (le « tueur silencieux », un gaz inodore émis par les installations de chauffage défectueuses). À côté de ces champions, relativement bien connus, sévit une batterie de polluants plus ou moins agressifs et moins connus. Chez certaines personnes, ils restent inoffensifs tandis que chez d'autres, ils entraînent des réactions plus ou moins marquées, par exemple de type allergique. L'asthme en est une des manifestations les plus classiques, mais les symptômes peuvent aussi être neurologiques ou dermatologiques.

Dans les Sami, tous provinciaux sauf à Bruxelles (*), on piste en priorité les bactéries et les moisissures, à l'origine de 65 % des problèmes. Ces minuscules êtres vivants ne sont pas forcément visibles mais,

en grandes quantités, ils forment souvent des petites taches (et parfois des grandes !) sur les parois et les plafonds. Les bûches peuvent également abriter. Ils adorent les pièces humides et surtout peu ventilées.

Autre indésirable, le formaldéhyde ou formol : un grand classique, qui imprègne les bois contreplaqués et agglomérés. Mais les Sami ont répertorié près de 40 composés organiques volatils (COV) de ce genre. « Par exemple, la plupart des bougies relâchent des hydrocarbures dans l'air ambiant, relève Catherine Keimeul, responsable du Sami de la Province de Namur. Et les gouttes perlant sur certaines plantes d'ornement peuvent être allergisantes. » Quant au Dr Alain Nicolas, directeur du Sami de la Province de Liège et fondateur du réseau, il déplore cette manie de que nous avons de « shampouiner » nos maisons et appartements. « C'est insensé ce que nous pouvons introduire comme molécules chimiques dans les lieux où nous passons, en moyenne, 85% de notre vie. »

Tous aux abris ?

Pas de panique. Il faut simplement ventiler régulièrement nos lieux de vie. Ce qui veut dire bien plus que les aérer. Seule la circulation d'un air neuf entre deux ouvertures (portes, fenêtres) permet de vraiment renouveler l'air et d'éviter d'éventuelles condensations, celles-là même qu'adorent les bactéries et les champignons microscopiques. Autre riposte : la lutte contre la poussière. Car elle véhicule les polluants dans l'air et abrite les acariens.

« Mieux vaut l'eau claire et le torchon que l'aspirateur », recommande Catherine Keimeul. Car celui-ci met surtout les particules en suspension sans réussir à éliminer les plus petites. Quant aux aspirateurs anti-acariens ou anti-allergènes, ils ne sont efficaces que si l'on remplace très régulièrement leurs filtres spéciaux. Une précaution souvent ignorée.

« Généralement, le simple bon sens suffit, souligne la pharmacienne. Se débarrasser de la plante verte incriminée, éloigner les

animaux domestiques à poils et à plumes, ne plus stocker les bûches dans le salon, limiter le tabagisme et les meubles en aggloméré, etc. » En fait, ce n'est que dans les cas les plus mystérieux que l'intervention d'un Sami s'avère nécessaire. Il revient alors à ces spécialistes de réaliser des prélèvements d'air et de les analyser en laboratoire. Ou de prendre des échantillons de matières suspectes et de les mettre en culture afin d'identifier la souche exacte incriminée. Certaines moisissures, par exemple, adorent la colle à tapisser. C'est le cas de la redoutable *Stachybotry alba*, potentiellement mortelle.

Pression économique

En lançant il y a douze ans le premier Sami belge, le Dr Nicolas s'était donné dix ans : au bout de cette période, estimait-il, les problèmes du bâti de la Province de Liège seraient résolus. Aujourd'hui, il reconnaît un excès d'optimisme... teinté d'amertume. « La pression économique est tellement forte qu'il faut une génération pour bannir un produit toxique du marché. Le monde politique est trop timide lorsqu'il faut légiférer. Trois lignes suffiraient dans la législation urbanistique, par exemple, pour protéger toutes les nouvelles habitations contre le radon via une bâche spéciale. » Et d'ajouter son dépit lorsqu'il rencontre, encore aujourd'hui, des architectes qui n'ont jamais entendu parler des effets de ce gaz...

Dans dix ans, les Sami auront probablement encore du pain sur la planche. Ne fût-ce qu'en raison des problèmes de santé liés aux ondes électromagnétiques. Au Grand-duché de Luxembourg, pays pionnier dans la lutte contre les pollutions intérieures, les demandes des particuliers inquiets à ce sujet commencent à se multiplier. Les Sami s'attendent donc à devoir gérer une évolution identique. Mais pour éviter les recours intempestifs à leurs services – gratuits, faut-il le préciser – les Sami n'interviennent que sur demande du médecin, auquel est envoyé le rapport de visite. Et ils n'interviennent jamais dans l'urgence, malgré leur surnom d'ambulances vertes.

En attendant, à Paris et jusqu'à Lisbonne, on s'intéresse de près au succès des services belges. Qui, parmi d'autres victoires, ont contribué à faire progresser la législation wallonne sur les critères d'insalubrité des logements. ■

Principaux polluants du logis

Voici quelques-uns des polluants intérieurs les plus souvent rencontrés par les Sami. Une liste nullement exhaustive.

Formaldéhyde : présent dans la plupart des meubles en bois aggloméré et contreplaqué, il est progressivement relâché dans l'atmosphère. Aussi présent dans certains matériaux isolants et jusque dans les tentures rigides. Symptômes : irritations des yeux, migraines, nausées, somnolence. Suspicion de cancer. Remède : ventiler.

Radon : gaz inodore et naturel, radioactif. Supposé responsable de près de 700 décès par an en Belgique (cancer du poumon). S'infiltré dans l'habitat par les fissures. Une maison peut être touchée dans une rue, celle d'à côté être indemne... Remède : ventiler, colmater les brèches. Dans les nouvelles habitations, poser une membrane étanche en plastique spécial lors de la construction.

Acariens : les fientes de ces arachnides peuvent être allergisantes (dermatites, rhinites, asthme...). Présentes dans literies, fauteuils en tissu, tapis, peluches... Remèdes : mieux réguler température et humidité ; limiter drastiquement la poussière ; utiliser des housses spéciales pour literies...

Pesticides : produits et appareillages antimoustiques, de protection des plantes ou du bois. Risques divers pour le foie, le système digestif, immunitaire, etc. Remède : bannir de telles molécules chimiques à l'intérieur et ventiler.

Monoxyde de carbone : inodore, résultat d'une mauvaise combustion dans les appareils de chauffage. Danger de mort ! Signes annonciateurs : nausées, maux de tête, vomissements... Remède : ventiler en urgence et, surtout, réparer l'appareil !

Laines de roche et de verre : vieilles et/ou mal placées, elles se décomposent en fibres qui engendrent une irritation cutanée et des voies respiratoires supérieures, démangeaisons cutanées, gorge sèche, toux. Remède : remplacer.

Aussi : se méfier des produits miracles, vendus notamment sur le Net. Exemple : les ficus (plantes) prétendue efficaces contre le formaldéhyde, le lierre capable de fixer le benzène et les odeurs de tabac. Autre attrape-nigaud soulevé par les Sami : les plantes qui annuleraient l'effet des ondes électromagnétiques. En fait, elles peuvent être allergisantes...

(*) Consulter www.sami.be

À Bruxelles, il s'agit du Cripa 02/775.77.69.