

08.02.2023 – 13:45 Uhr

Comment bien se protéger en hiver - Le rôle de l'humidité de l'air sur les virus de la grippe



Pendant les mois d'hiver, lorsque nous restons plus longtemps dans des espaces fermés, il est particulièrement important de garder un œil sur l'humidité de l'air. En effet, si l'air est sec, les virus du rhume et de la grippe restent dangereux plus longtemps que si l'air ambiant est bien humidifié. Une possibilité de réduire le risque de contagion mutuelle et d'améliorer le bien-être général est d'utiliser un humidificateur d'air. Nous vous expliquons ici pourquoi les humidificateurs sont un facteur important de protection contre les virus du rhume.

Nos muqueuses, comme celles de notre nez et de notre gorge, sont notre première ligne de défense contre les virus et les bactéries. Elles produisent de l'humidité et des anticorps qui nous protègent contre les infections. Mais, lorsqu'elles se dessèchent, leur résistance diminue et nous devenons plus vulnérables à ces maladies. En hiver notamment, l'air peut être très sec dans les espaces fermés pendant la période de chauffage, ce qui a un effet négatif sur nos [muqueuses](#) du nez et de la gorge. L'idéal serait que les virus du rhume n'atteignent pas nos voies respiratoires. Comme les virus se propagent par le biais de gouttelettes, un air ambiant bien humidifié permet aux gouttelettes infectées de tomber plus rapidement au sol et de quitter ainsi la zone autour de notre nez et de notre bouche. Si l'air est sec, elles restent plus longtemps en suspension dans l'air, ce qui augmente considérablement le risque de contagion mutuelle.

Les humidificateurs d'air jouent un rôle important dans la protection contre les virus du rhume

Pour minimiser les effets négatifs d'un air ambiant sec, l'utilisation d'un humidificateur d'air est une bonne solution. Ces appareils augmentent l'humidité de l'air et réduisent le risque de contagion mutuelle en renforçant les muqueuses et en éloignant plus rapidement les virus du rhume de la zone dangereuse. Les familles avec enfants et les entreprises disposant de grands bureaux ouverts connaissent bien le jeu : quelqu'un apporte un rhume de l'extérieur, qui se propage ensuite successivement aux personnes avec lesquelles on vit ou on travaille dans la même pièce.

Globalement, l'utilisation d'un [humidificateur d'air](#) peut être une mesure importante pour réduire le risque de rhume et de contagion mutuelle. En outre, ils contribuent à atténuer les symptômes du rhume. De plus, ils sont bénéfiques pour la santé et le bien-être, en particulier pour les personnes souffrant de maladies préexistantes telles que l'asthme ou les allergies.

À propos de l'entreprise

ecofort SA est un fournisseur suisse de produits innovants, de haute qualité et efficaces sur le plan énergétique pour un climat intérieur confortable et sain à la maison et au travail. ecofort pense qu'un climat intérieur confortable et sain doit être compatible avec une utilisation responsable de l'énergie. L'entreprise distribue des marques qui sont uniques en Suisse et développe des marques propres qui font de l'ombre aux produits existants. Fondée en 2011, l'entreprise a son siège à Nidau (BE) et emploie 23 personnes. <https://ecofort.ch>

Adresse de l'entreprise

ecofort SA
Ipsachstrasse 16 | 2560 Nidau
032 322 31 11 | info@ecofort.ch

Personne de contact

Thierry Graf

Direction | Médias

032 511 11 74 | thierry@ecofort.ch

Medieninhalte

Le puissant humidificateur pour grandes pièces ecoQ HumidAir U1500 est idéal pour les pièces d'habitation et les bureaux ouverts jusqu'à 200 m².

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100090122/100902608> abgerufen werden.