

En venir à bout avant août!

Comment faire pour se débarrasser de cette plante détestable? Il existe plusieurs moyens de contrôle. La façon la plus simple de l'éliminer est de l'arracher. Cette méthode est idéale pour les petites surfaces.

Comme elle est sans danger au toucher et ne provoque aucune réaction cutanée, le meilleur moment pour la faire disparaître est de l'arracher avant la floraison, c'est-à-dire avant le mois d'août.

Pour une opération de grande surface, il faut agir de façon plus large. Le pollen de l'herbe à poux peut voyager sur une distance dépassant les 200 kilomètres. Sachant que l'herbe à poux adore se développer et garnir les abords routiers de nos autoroutes, des routes principales et secondaires, la

Le pollen de l'herbe à poux peut voyager sur une distance dépassant les 200 kilomètres.

vaporisation d'un herbicide écologique sélectif est maintenant le meilleur moyen pour l'éliminer. Cet herbicide est totalement naturel et n'engendre aucun effet nocif pour la santé et l'environnement. Ce traitement breveté est effectué par des gens compétents à l'aide d'équipements spécialement adaptés, afin de traiter de grandes zones infestées.

Alors si vous constatez que l'herbe à poux envahit les abords de vos routes, n'hésitez pas à contacter votre municipalité.

Pour en savoir davantage sur l'herbe à poux, communiquez avec les professionnels de la santé de l'Association pulmonaire au 1 800 295-8111 poste 232 ou visitez le site Internet : www.pq.poumon.ca

Les services offerts par l'Association pulmonaire sont assurés par des professionnels spécialisés en santé respiratoire. Que ce soit pour des problèmes reliés à la MPOC (bronchite chronique – emphysème), à l'asthme ou tout autre maladie respiratoire, ou pour de l'information sur les différents programmes d'aide pour la cessation tabagique, nos lignes téléphoniques sans frais sont à votre disposition.

**Info
Asthme**

1 800 295-8111
POSTE 232

**Ligne
Poumon-9**

1 888 768-6669
POSTE 232

**Info
Apnée**

1 800 295-8111
POSTE 232

**Info
MPOC**

1 866 717-MPOC (6762)

En contribuant généreusement aux campagnes de financement, vous assurez le maintien de ces services. Les legs testamentaires, les dons commémoratifs et les dons planifiés sont aussi des façons concrètes de soutenir l'Association pulmonaire.

† L'ASSOCIATION PULMONAIRE^{MD}
Québec

Siège social

855, rue Sainte-Catherine Est, bureau 222, Montréal QC H2L 4N4
Tél.: (514) 287-7400 ou 1 800 295-8111 • Téléc.: (514) 287-1978
Courriel: info@pq.poumon.ca • Internet: www.pq.poumon.ca

MEHP07

† L'ASSOCIATION PULMONAIRE^{MD}
Québec

VENIR À BOUT DE L'HERBE À POUX



1 800 295-8111
www.pq.poumon.ca

L'herbe à poux affecte en moyenne 10 % de la population québécoise. Chez les gens prédisposés, son pollen provoque des réactions allergiques désagréables à partir du mois d'août jusqu'aux premières gelées de chaque année.

Alors sans plus attendre, apprenez à identifier cette mauvaise herbe qui porte le nom latin d'*Ambrosia artemisiifolia* L., la plus répandue au Québec.

L'apparence de l'herbe à poux

À quoi ressemble cette plante responsable de l'inconfortable rhume des foins? Elle a plutôt l'allure inoffensive et s'apparente à presque n'importe quelle mauvaise herbe. Voilà donc son atout : savoir passer inaperçue!



L'ambrosia

Herbe à poux avec sa tige couverte de poils et ses feuilles d'un vert grisâtre.

La petite herbe à poux atteint une hauteur moyenne de 70 cm. Sa tige, couverte de poils, est surmontée de feuilles d'un vert grisâtre, minces et étroitement découpées. Elles sont opposées à la base et s'alternent dans le haut. Pendant les mois de juin et de juillet, la plante se garnit de petites fleurs vertes regroupées en forme d'épis au sommet des tiges. En août, la floraison éclate pour laisser s'élever dans l'air des milliards de grains de pollen. Et voilà, le mal est répandu!

Un habitat urbain

Pour éliminer l'herbe à poux, encore faut-il savoir où elle a élu domicile. L'herbe à poux est une opportuniste. Elle s'épanouit en colonie. On la retrouve aux abords

des trottoirs, des ruelles, des voies ferrées, dans les chantiers de construction et les terrains vacants. Vous pouvez même la retrouver dans un recoin du jardin. L'herbe à poux est une mauvaise herbe qui pousse dans des conditions de croissance difficiles (sols pauvres et perturbés).

Des symptômes plutôt désagréables

Le pollen de cette plante est responsable de la rhinite allergique, communément appelée rhume ou fièvre des foins ainsi que de l'aggravation des symptômes chez 50 % des asthmatiques. Ces pollens stimulent une panoplie de réactions allergiques telles que :



Le pollen

- irritation et écoulement nasal
- éternuements à répétition
- yeux rouges, enflés et larmoyants
- congestion des sinus
- problèmes respiratoires
- asthme

Subir ces symptômes provoque beaucoup d'inconfort et diminue considérablement la qualité de vie des personnes atteintes.

Les problèmes de santé reliés à l'herbe à poux engendrent des coûts sociaux importants ainsi que de l'absentéisme au travail. Malgré tous les médicaments sur le marché (antihistaminiques, décongestionnants et anti-inflammatoires), ceux-ci ne procurent qu'un soulagement partiel et temporaire. Pour certains, un traitement de désensibilisation peut aider à diminuer l'intensité des symptômes.

Ce phénomène mérite toute notre attention. Une solution radicale s'impose : enrayer le problème à la source en se débarrassant de la coupable!

Ne pas confondre, avec l'herbe à puce

L'herbe à puce a plutôt tendance à pousser à proximité des zones boisées. Cette plante porte des feuilles trifoliolées et des fruits durs dont la couleur varie du jaune au blanc terne. Ces feuilles sont presque lisses, parfois lustrées et alternent sur une tige ligneuse. La plante, en contact avec la peau, provoque aussitôt des démangeaisons cutanées. L'herbe à puce sécrète une huile (l'urushiol) qui, sur la peau, est responsable de l'inflammation douloureuse.

L'herbe à puce ne présente aucun danger au toucher et peut donc être arrachée sans conséquence en tout temps. La capacité de survie de ses graines dans le sol est de plus de 40 ans, d'où l'importance de prendre tous les moyens nécessaires pour la faire disparaître aussitôt repérée.



L'herbe à puce a plutôt tendance à pousser à proximité des zones boisées.



L'herbe à poux semble avoir un penchant pour les zones habitées.