

Choisir un humidificateur devient rapidement difficile :

[Humidificateur électrique](#) ou à évaporation naturelle, humidification par ultrasons ou résistance chauffante, humidifier avec de la vapeur froide ou chaude, diffuser des eaux parfumées ou des huiles essentielles ...?

2 catégories d'humidificateurs : vapeur froide ou vapeur chaude

### 1. Humidificateur à vapeur froide

Un [humidificateur à ultra sons](#) diffuse de la vapeur froide, c'est le plus silencieux. Particulièrement conseillé pour les chambre de bébé, il est quasi-inaudible et vous pourrez diffuser des eaux parfumées ce qui favorisera un sentiment de bien être et de propre. Ces appareils sont les moins gourmands en consommation électrique.

### 2. Humidificateur à vapeur chaude

La majorité pourront [diffuser des huiles essentielles](#).

Attention aux huiles essentielles qui peuvent être dangereuses selon leur concentration, surtout pour les enfants en bas âge et les bébés.

Leur principaux défauts restent la consommation électrique importante et le bruit de "bouloir" qu'il provoquent.

Une utilisation dans les pièces de la maison autre que la chambre de bébé est préférable.

### 3. Les réglages

Deux réglages importants: le débit et l'hygrométrie.

Ce sont souvent des boutons de type potentiomètre (bouton rotatif).

Le réglage de l'hygrométrie permet de choisir le taux d'humidité que vous souhaitez obtenir, généralement de 0 % à 100 %.

Dans le cas d'appareils automatiques, un capteur d'humidité appelé hygrostat permet de déclencher ou d'arrêter le fonctionnement de l'appareil selon le taux d'humidité que vous aurez sélectionné.

Le débit correspond à une vapeur plus ou moins dense.

Plus vous augmenterez le débit, plus vous projetterez d'eau dans l'air rapidement.

D'une manière générale, il est préférable de mettre le débit à moitié de sa puissance afin d'éviter trop de projection d'eau jusqu'à obtenir une flaque au sol, si ce n'est pas suffisant, vous augmenterez le débit.

### 4. Les capacités

Choisissez l'appareil en fonction des dimensions des pièces que vous souhaitez humidifier. Dans les fiches techniques vous devez trouver la surface ou le volume conseillé pour un appareil.

L'autonomie de fonctionnement est très importante si l'humidificateur fonctionnera toute une nuit ou quelques heures.

Un adulte en bonne santé à besoin d'un taux d'humidité relative (HR) de 50 à 60 %, un bébé demande une humidité ambiante un peu plus élevée de 55 à 60 %.

L'irritation de la gorge, les picotements ou les saignement du nez, les rhumes à répétitions sont les conséquences d'une humidité trop faible.

Les bronchiolites à répétition chez le nourrisson en sont également la résultante.

## **6. Entretien**

[Pour les humidificateurs à vapeur froide](#), il suffit de bien nettoyer la pastille dorée dans le socle sous le réservoir.

c'est cette pastille qui produit les ultrasons et la suspension dans l'air des gouttelettes d'eau.

Pour les humidificateurs à vapeur chaude, nettoyer la petite cuvette en forme de casserole au même endroit que précédemment mais prêtez une attention toute particulière au calcaire qui pourrait endommager votre appareil.

Utilisez des [boules anti-calcaires pour humidificateur](#) afin d'allonger sa durée de vie.

Nettoyez à chaque utilisation le réservoir.

Certains réservoir ont déjà un composant anti-biotique permettant de limiter la prolifération de bactéries.

N'hésitez pas à nous appeler pour de plus amples conseils au 03.20.70.09.37

### **Voici quelques liens utiles :**

**Pas assez d'humidité, que faire ?**

[Un humidificateur pour humidifier l'air ambiant.](#)

**Votre bébé à des rhinites et rhinopharyngites à répétition, comment le protéger ?**

[Comment protéger la santé de votre bébé contre l'humidité](#)

**Inscrivez-vous pour un diagnostic gratuit en cliquant sur ce lien :**

[Inscrivez vous pour demander un diagnostic gratuit](#)

**Vous souhaitez connaître les techniques que nous utilisons :**

[Cliquez pour connaître nos techniques](#)