

Vivre avec une perte d'odorat (anosmie) - Fiche conseil

Votre odorat a diminué. Il vous faut être particulièrement vigilant sur les points suivants.

- Pour éviter les accidents ou les situations désagréables :
 - vérifiez la date de péremption des aliments,
 - équipez votre domicile d'un détecteur de fumée,
 - redoublez de vigilance si vous utilisez une cuisinière à gaz,
 - prenez des douches régulièrement.
 - Pour conserver du plaisir lors des repas :
 - utilisez des additifs aromatisants,
 - variez les textures des aliments.
-