

冬までにおきたいダニの話

爽やかな風が心地よく、スポーツやレジャーが楽しい季節となりました。しかし、5・6月、9・10月はダニによる不快苦情が多い季節でもあります。そこで今日は、冬までにおきたいダニの話をご紹介します。

この時期に苦情が多いのはなぜ？

5・6月頃から盛んに繁殖したダニが寿命を終え、9・10月頃にダニアレルゲン量が最盛期になることにより、通年性アレルギーの患者さんが症状を訴えることが多くなる時期だからです。特に朝、晩の冷え込みも関係して喘息の患者さんが発作を起こすことが多いのも、この時期です。

アレルギーの原因となるダニ

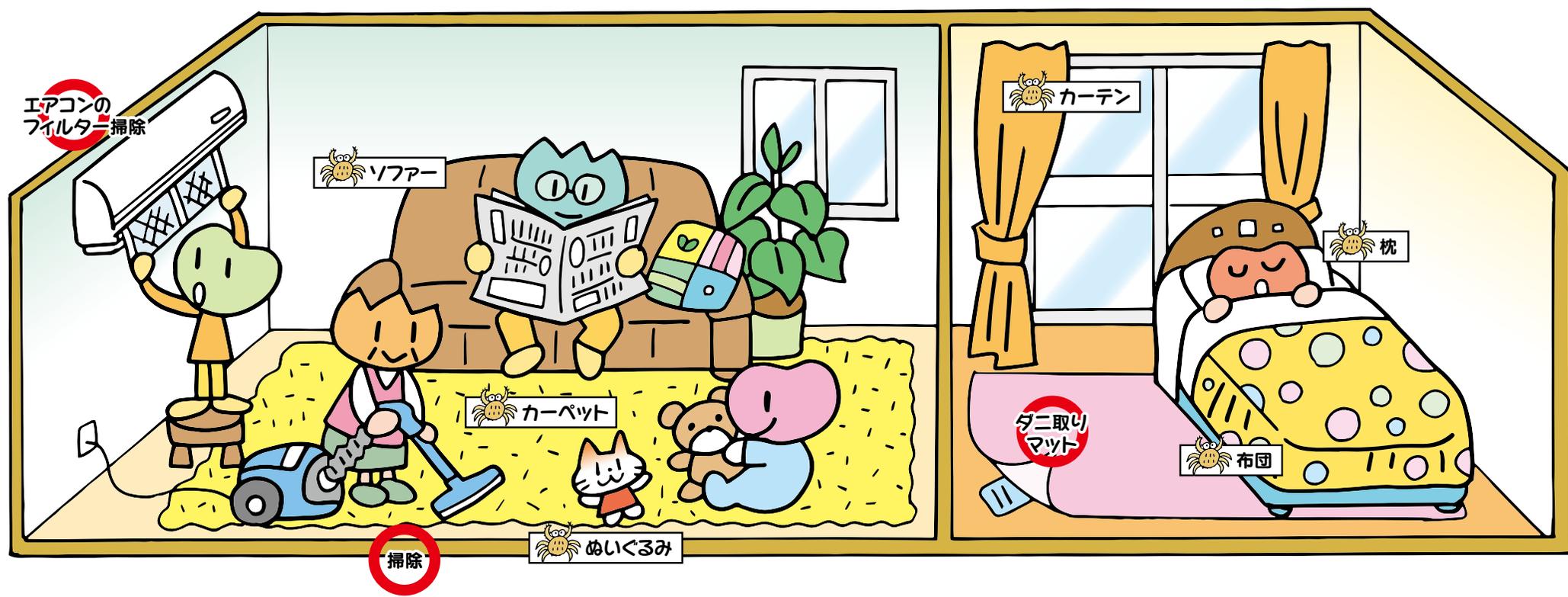
ヤケヒョウヒダニやコナヒョウヒダニなどがアレルギーの原因となります。世界的に居住空間内での優先度が高いダニで本来、直接人体には影

どんなところに多いの？

ダニは気温25～30℃、湿度60～90%くらいで活発に行動するため、暖かくて湿気がこもりやすく、人の肌が触れる布団やカーペット、カーテン、ソファ、ぬいぐるみ等は生息しやすい環境と言えます。

ダニ対策はどうしたらいいの？

- ①掃除
ほこりを出さない小まめな掃除、これに勝るものではありません。最低でも週2回以上、換気を行いながら掃除機がけをしてください。ダニは吸引時のショックで死にますし、生き残っても紙パックは通過できません。また、掃除機やエアコンのフィルター掃除もお忘れなく。
- ②寝具の天日干し
ダニは50℃の状態でも20分経つと死



掃除

にますが、これからの季節、秋田の天日干しでは寝具全面を50℃にすることはできません。そういう場合は、布団乾燥機を使用しましょう。そして乾燥後は必ず全面に掃除機がけをしましょう。布団専用のノズルを使い、1分以上吸引してください。干しただけの布団はダニの死骸や糞などのアレルギー物質でいっぱいです。

- ③洗濯
シーツやカバー、タオルケットは週1回、可能ならシーズン毎に布団の丸洗いをしましょう。ダニそのものは洗濯で死にませんが、糞や卵、餌となるのがれ落ちた人間の皮膚やフケ等は洗い流すことができます。
- ④防ダニ製品の利用
高密度織りの布団カバーやダニ捕りマット等、いろいろな製品があります。

現代は暖房が完備され、また屋内でペットと共に生活する方も多く、冬場であってもダニが生息しやすい環境になっています。
冬を迎える前に屋内のダニ退治を試みませんか。
(秋田県薬剤師会 学校薬剤師部会 伊藤恵)

地域の皆様のために新しく作られた“認定かかりつけ基準薬局”です



処方せんの有効期限は
処方日を含めて4日間です。

秋田県薬剤師会

秋田市千秋久保田町6-6 TEL.018-833-2334
E-mail info@akiyaku.or.jp http://www.akiyaku.or.jp