秋のハウスダスト対策

ハウスダストとは家の中のホコリやチリのことを言い、ダニの死骸や糞、人やペットの毛、衣類の繊維、カビなどを含みます。秋はダニによるハウスダストが一番多い季節です。夏の暑い時期はダニの発生ピークで、秋になると大量発生したダニが死骸となりハウスダストの量が急増するからです。ハウスダストはアレルギー症状を引き起こす原因となりますので、しっかりと対策をしましょう。

ダニの発生しやすい場所

本棚…ハウスダストは紙のあるところに集まりやすいので、本棚や新聞をまとめて置いてある場所は要注意です



カーテン…布製品は繊維くずやダニ、カビの発生源になります



布団などの寝具…ダニは湿度が高いところが大好き、寝ている間に汗をかいた布団はダニが繁殖しやすくなります



毎日まめにお掃除をしている家に比べ、週一回しか掃除をしない家では、ハウスダストに含まれるアレルギー物質の量が何十倍にもなるというデータがあります。
こまめなお掃除が大切です。

場所別お掃除の対策



バンバン
布団たたき
NG!!

ハウスダストはとても軽く、家族が動き出すと舞い上がりますが、朝一番は床に溜まっているので掃除には最適のタイミングです。掃除は上から下にする。はたきを使うとまき散らしてしまうのでモップなどで吸着させたり、水拭きをしたり、静かに掃除機をかける。カーテンなど布製品は洗濯をしましょう。



布団干しにダニを殺す効果はありませんが、繁殖を抑えます。布団干し後、表面に掃除機をかけるのが有効です。布団をたたくことは逆効果で、ダニの死骸や糞を細かく砕いてよけいに吸い込みやすくしてしまいます。布団の丸洗いも効果的ですし、布団乾燥機や、ダニ対策の施された寝具やグッズを用いるのも良いです。

