

ダニアレルギー



Q ダニを徹底的に退治しないと、子どもがダニアレルギーになってしまいますか？

A ダニアレルギーの原因となるヒョウヒダニはどの家にもいます。完全に退治することはできませんが、増えすぎないようにするのがポイントです。無理をせず、掃除や寝具の手入れを続けることが予防につながります。

Q アレルギーが心配なのですが、室内のダニの量が測れるのですか？

A 室内のダニの糞や死がいに含まれるダニアレルゲン量を調べる検査を受け付けています。ご希望の方は、下記までご連絡ください。



世田谷保健所生活保健課

〒154-8504 世田谷区世田谷4-22-35 区役所第2庁舎

☎03-5432-2903

FAX 03-5432-3054

平成21年3月初版発行
平成23年3月第3版発行
平成24年3月第4版発行

もしがして ダニアレルギー？

子どもに増えている
ダニアレルギーを予防するために



アレルギーはいろいろなものが原因となって、からだにさまざまな症状を起こします。その中で、住まい方と大きくかわるのが、ダニアレルギーです。子どものアレルギーが増えています。ダニアレルギーにならないように、住まい方を見直してみましょう。

世田谷区世田谷保健所

アレルギーとは？

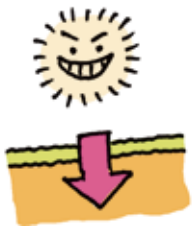
からだを守る免疫機能が、過剰反応を起こしてしまうのが、アレルギーです。ダニや食品、花粉、カビなどアレルギーの原因物質(アレルゲン)が、からだに入ることによっておこります。

アレルギーになりやすい人は？

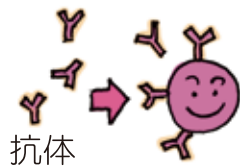
どちらかの親がアレルギーの場合、子どもがアレルギーになる確率は3倍になります。しかし、新たにアレルギーになる子どもも多く、アレルギーの発症には、生活環境が大きく影響を与えています。

アレルギーのしくみ

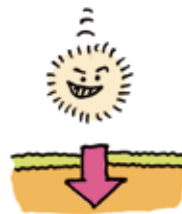
①アレルゲンが体内に入る
アレルゲン(原因物質)は
ダニ、食品、花粉など



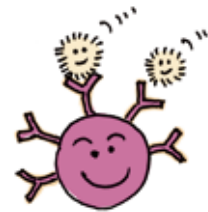
②血液中に抗体がつくられ、
粘膜や皮膚の中にある
細胞にくっつく



③もう1度、
アレルゲンが
体内に入る



④侵入したアレルゲンが
抗体にくっつく



⑤細胞が化学物質を
放出する



⑥放出された化学物質により、
からだに炎症をおこし、
アレルギーが発症する



アレルギーは成長すると症状が変わる

アレルギーに
なりやすい体質

出生



アトピー性皮膚炎
食物アレルギー

6ヶ月



気管支ぜん息

アレルギー性結膜炎

3歳

思春期

成人型気管支ぜん息



アレルギー性鼻炎

アレルギーマーチ

一部は自然によくなる

アレルギーマーチ 早めの予防

成長の段階で、アトピー性皮膚炎の赤ちゃんが食物アレルギーからダニアレルギーへと変化し、1~3歳ごろ気管支ぜん息になり、少し大きくなってからアレルギー性鼻炎になるというように、成長とともに症状が変化していくことがあります。これをアレルギーマーチと呼んでいます。

このアレルギーマーチを防ぐため、早めの対策をお勧めします。1歳過ぎてダニアレルギーが発症する前に、ダニ対策をしておきましょう。

ダニアレルギーを予防する住まい方

●室内のダニアレルゲンを減らそう

ダニの増殖を防ぐのと同時に、室内にダニアレルゲンがたまらないようにしましょう。

1 ていねいな清掃

掃除機がけ

寝具やじゅうたんを中心に週1回以上、1m²あたり20秒間、ダニアレルゲンやダニのえさとなるアカやフケなどを吸い取ります。



2 風通しをよくし、湿度を下げる

室内の湿度を50%程度に洗濯の部屋干しや加湿器を使う時は注意しましょう。



3 寝具を乾燥させる

ふとんの日干しやふとん乾燥機の使用
ベッドのマットレスの乾燥
ダニアレルゲンを除くため、ふとんを取り込んだ後、掃除機を裏表にかけましょう。



4 洗えるものは水洗い

シーツなど 週1回洗濯
ダニアレルゲンは水洗いすることにより、減らすことができます。



アレルギーの原因となるヒョウヒダニ

○ヒョウヒダニ（チリダニ）は一般家庭のじゅうたん、ふとん、畳などに普通にいるダニです。体長は0.3～0.4mmで夏季に増えますが、年間を通じて発生します。このダニはアレルギーの原因となりますが、人を刺すことはありません。

○ヒョウヒダニの死がいやフンがアレルギーの原因物質（アレルゲン）となります。ダニアレルゲンはハウスダストの中の主なアレルゲンで、ハウスダストアレルギーとダニアレルギーはほぼ同じ意味です。

1 高温多湿

温度20～30℃
湿度60～80%

2 えさ

アカやフケ、
食べこぼしなどの
有機物
カビ



ヒョウヒ
ダニの
繁殖条件



3 潜む場所（卵を産んで繁殖する場所）



じゅうたん



布製ソファ



ふとん・マットレス



畳

ダニは繁殖条件がそろえば爆発的に増えますが、冬のような条件ですと、増えることはできずだんだん減っていきます。最近の住宅は気密性が高く、換気が不足がちのため、冬でも住宅内が高温多湿となり、ダニが増えやすい状態となっています。