

# 夏に向けてダニ（ハウスダストマイト）対策!!



温度と湿度の条件がそろそろ春から夏、梅雨の時期にダニは急増します。

そして、ダニは咬まれてかゆいだけでなく、死骸や糞がアレルギーとなる場合があります。

## ★ダニ対策のポイント

### ①湿度を下げる

→ダニは湿度の高いところが大好きです。

湿度を低く (40-60%) にすることで、繁殖力を弱めることができます。

### ②ホコリの量を減らす

→週1回、完璧に掃除機をかけましょう。(毎日軽く掃除機をかけるより効果的です)

お布団やソファにかけている布なども吸引掃除しましょう。

ペットの寝床やおもちゃなどは熱湯で洗浄してから完全に乾燥させましょう。

### ※注意事項

- 生きているダニよりも死骸や糞の方がアレルギーになりやすいです。
- 燻煙タイプの殺虫剤だけではあまり効果がありません。
- 掃除をしている間は、アレルギーを持つ方やペットは部屋の外にるようにしましょう。

この時期すごくかゆくなる、そんなときは SPOT TEST(アレルギー検査) をしてみませんか?

