

正しい「ダニの知識」がアレルギーを改善させる お父さん、お母さんが知っておきたい ダニとアレルギーの話

2021年11月24日発行

株式会社あさ出版(代表取締役:佐藤和夫、所在地:東京都豊島区)は高岡正敏 著『お父さん、お母さんが知っておきたい ダニとアレルギーの話』を2021年11月24日(水)に刊行いたします。

ダニは多くのアレルギーの症状に関係あり

ダニによってアレルギーを起こす人は、秋が一番多くなります。気管支喘息、アレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎のアレルゲン(症状の原因物質)となるのは、圧倒的にダニです。特にチリダニとその死骸です。これを除去すれば多くのアレルギーは軽減する可能性があります。

本書は、ダニの研究を50年続けてきた著者が、アレルギーに対する正しい「ダニの知識」を解説。ご本人はもちろん、子供のアトピーで悩むお母さん、お父さんにもわかりやすいように、図版やイラストを交えて説明しています。

アトピー、アレルギーに悩む子供とその親御さんに効果的具体的、かつ実践的なダニ除去の方法がこの1冊で理解できます。

お父さん、お母さんが知っておきたい

タイトル:ダニとアレルギーの話

ページ数:224ページ 著者:高岡正敏

価格:1,540円(10%税込) 発売日:2021年11月24日

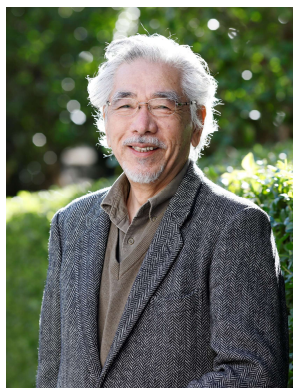
ISBN:978-4-86667-322-6

【目次】

- 第1章 ダニとアレルギーとはどんな関係がある？
- 第2章 「日本ならでは」の住宅事情が原因の一つ
- 第3章 そもそもダニってなんだ？
- 第4章 まずダニ対策の基本を理解しよう
- 第5章 寝室はダニの楽園だ！
- 第6章 寝具の正しいダニ対策
- 第7章 場所別にダニ対策を立てる
- 第8章 アレルギー対策の未来はどうなる？



【著者プロフィール】 株式会社ペストマネジメントラボ代表取締役。医学博士。獣医師



たかおか まさとし
高岡 正敏

1947年三重県松阪市生まれ。日本獣医畜産大学卒業。東京大学医科学研究所寄生虫研究部でダニの研究を始める。1975年東京医科歯科大学医動物研究室教務技官に就任。1978年獨協医科大学医動物学教室講師に。グアテマラにフィラリア症対策プロジェクトの専門員として1年間派遣される。1980年埼玉県衛生研究所環境衛生部技術吏員に就任。埼玉県立衛生短期大学非常勤講師、埼玉医科大学非常勤講師などを兼務。住居内のダニに関する調査を続け、莫大なデータを集める。2008年埼玉県衛生研究所を定年退職。

これまで行ってきたダニに対する調査結果をまとめ、アレルギー疾患に対する治療法と予防法を確立するため、株式会社ペストマネジメントラボを設立。アレルギー患者宅を訪問し、環境改善によるアレルギーの予防や改善に取り組む一方、住居内のダニに関する調査結果をまとめ、その体系化をめざしている。

主な著書に『ダニ病学』(東海大学出版会)、『ダニの生物学』(共著、東京大学出版会)、『アレルギー病学』(共著、朝倉書店)などがある。

ダニとアレルギー対策の10則

本書は以下10則にのっとりダニとアレルギー対策を解説していきます。

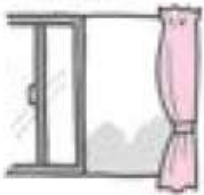
1. 生きているダニだけでなく、ダニの死体やフン、
切片もすべてアレルゲン(アレルギーの原因)になる。
2. ダニは多くのアレルギーの原因または発作のきっかけに関係している。
3. ダニを減らせば、多くのアレルギー症状は改善する可能性がある。
4. ダニを減らす鉄則は「殺す」より「増やさない」。
5. ダニを増やさないために一番効果があるのは「乾燥」。熱や薬より確実。
6. ダニの繁殖地(たとえば寝具や押し入れなど)の乾燥、清潔に気をつけよう。
7. ふとんを干したら、湿度が高くなる午後3時までに取り込もう。
8. 使わない寝具やぬいぐるみは乾燥剤と一緒に、ビニール袋に入れて密閉しよう。
9. 畳の上にカーペットやカーペットにラグを重ねる二重敷きは「ダニ天国」をつくる。
10. ハウスダストはダニアレルゲンの塊。こまめな掃除でアレルゲンを減らそう。



寝具の正しいダニ対策

ふとんや枕、シーツなど寝具類のダニ対策はとくに重要です。ふとん干しをするときの注意、ふとんに掃除機をかけるタイミング、さらにダニをふとん内部に侵入させない高密度繊維など、ダニの増殖をおさえる具体的な対策を本書で解説いたします。

换气



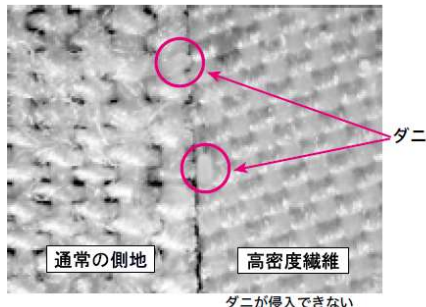
布団干し



炭で除湿



高密度繊維でダニの侵入を防ぐ



場所別にダニ対策を立てる

寝具以外にもダニは家中にいます。たとえば畳にはダニがいますが、畳の上にカーペットを敷くと、さらにダニが大量に繁殖します。それぞれの場所に応じたダニ対策について本書で解説いたします。

場所ダニ対策（例）

〔カーペットおよび各種マット類〕

- ・カーペットやマットはこまめに掃除機かけを行い、ときどき洗濯、クリーニングを行う
- ・カーペットの毛には方向性があるので、掃除機は左右前後にゆっくりかける

〔クローゼットや押し入れなど〕

- ・密閉性のない収納容器の場合は、大きなビニール袋に入れ密閉性を保つこと
- ・クローゼットや押し入れ、その他衣類の収納場所に炭や吸湿剤を設置する

〔食品および食器棚〕

- ・長い間食品を放置しない。とくにお好み焼きの粉やたこ焼きの粉は早めに食べる
- ・食器棚はときどきアルコールや家庭用洗剤でふく

等々場所に応じた対策法を解説