

## 夏型過敏性肺炎について

夏型過敏性肺炎とはカビの一種であるトリコスポロンの胞子を反復吸入することによって起こるアレルギー性肺炎のことです。トリコスポロンの胞子を吸入して6～8時間して強い症状が生じ、発熱や咳、呼吸困難、だるさなどの症状があらわれます。

トリコスポロンは高温多湿で繁殖しやすく、流行時期は7月をピークに6月から10月に多く、アレルゲンの多くは自宅や職場に潜んでいるため、その環境から離れると症状が軽快したり消失したりしますが、再びその環境に戻ると悪化します。このような状態が続くと肺が線維化し、アレルゲンにさらされていなくても常に咳や呼吸困難で悩まされることになります。

夏型過敏性肺炎は早期発見、早期治療が重要です。

このような症状がある場合は早めに医療機関を受診するようにしましょう。

予防法としては、環境改善が一番です。カビが生えているところは清掃や消毒し、部屋の換気や風通しをよくしてカビが生えないような工夫も大切です。

## <カビが繁殖しやすい場所と対策>

### ・北側の壁

結露しやすいので、家具やベッドなどは壁から離して配置しましょう。また、カーテンは窓をこまめに開けるなどして乾燥を保ちましょう。

### ・足拭きマット

湿ったままにしていると、カビにとって好条件になります。使った後は干しましょう。

### ・エアコン

カビの巣窟になっていることがあります。フィルター掃除だけでなく、エアコン内部も点検しましょう。

### ・下駄箱

革靴はカビやすいので、汚れを落とし、乾燥させてから収納しましょう。除湿剤を置くのもおすすめです。

### ・ベッドの下

ベッドの下にはカビやダニのエサになるほこりがたまりがちです。定期的に掃除をしましょう。

### ・押し入れ

湿気のこもりやすい押し入れは閉めたままにせず、定期的にかけて風通しをよくしましょう。扇風機で風を送るのも効果的です。