

加湿器による肺炎 加湿器肺とは!?

1月になり寒さが厳しくなってきました。空気もかなり乾燥してきており、気管支やノドの粘膜が弱まり、風邪やインフルエンザなどウイルスの感染が起こりやすくなります。加湿器を利用して部屋の湿度を保つことは、風邪やインフルエンザなどの予防にとっても大事ですが、**加湿器が原因で肺炎になることがありますので注意が必要です。**



加湿器肺とは

加湿器の中に発育したカビや細菌などを吸い込むことで起こる肺炎で、専門的には**過敏性肺炎**という**アレルギー性肺炎**の一種です。アレルギー性のため、同じ加湿器を使用している人も全員が発症するわけではありません。



加湿器肺の主な特徴

以下のような特徴的な症状がある方はご相談下さい。

- ☑ 咳、息苦しさ、発熱、倦怠感など
- ☑ 家に帰る(加湿器を使用する)と調子が悪くなる
- ☑ 抗菌薬(抗生物質)を飲んでも効かない



治療・予防

軽症の場合は、原因となる加湿器の使用を中止することで改善することが多いですが、**状態によっては入院での酸素吸入やステロイド治療などが必要になる場合もあります。**

加湿器肺の予防は、**加湿器をこまめに手入れすることが大切です。**タンクの水は継ぎ足したりせずに毎日交換し、必ず水道水を使用しましょう。タンクやフィルターなどの掃除は使用する加湿器の説明書に沿ってメンテナンスをして下さい。

また、加湿器肺とは別に、加湿器の中でレジオネラ菌という細菌が増えて、これを吸い込むことで**レジオネラ肺炎という感染症を起こす**ことがあります。高齢の方や免疫力が低下している人は、重症化のリスクが高くなりますので注意が必要です。

乾燥や感染対策のためにも加湿器を使用する際には日々の清掃やメンテナンスに注意を払って、厳しい冬を乗り切りましょう。



花粉症速報

1月下旬からの対策を!

2024年のスギ花粉シーズンは、ほぼ例年並みの時期にスタートし、**九州は2月上旬が飛散開始となる見込み**です。

九州では、花粉の飛散傾向は例年比で並~やや多いとされています。昨年の飛散量が多かったため、前シーズン比では少なくなる見込みです。



⚠️ 早めの対策がカギ

スギ花粉は、飛散開始となる前からわずかな量が飛び始めますので、**2月上旬に飛散開始が予想される九州地域では、1月下旬からの早めの花粉対策**を始めましょう。

花粉症によるアレルギー性鼻炎は、一度症状が出てしまうと鼻の粘膜がどんどん敏感になり、症状が強く出やすくなってしまいますので、**症状がひどくなる前からの早めの治療をお勧め**します。具体的には、花粉が飛散開始する1~2週間前からアレルギーの薬を飲み始めることで発症時期を遅らせ、花粉が飛ぶ最盛期の症状を軽くする効果が期待できます。また、テレビやインターネットでの花粉情報を確認して、早めの対策を心がけましょう。

症状が出る前に対策を!

