

Пылевая аллергия и её профилактика

Микроэкология дома частенько «дарит» нам аллергию. Её провоцируют синтетические материалы, из которых выполнены отделочные работы в квартире и изготовлена мебель, а так же шерсть домашних животных, грибок, моль, особенно часто, **пылевые (пироглифидные) клещи.**



Пылевых клещей можно увидеть лишь вооруженным глазом. Численность их неодинакова в разных квартирах и в разные периоды года. Пик приходится на конец августа – начало октября.

Излюбленное место их обитания:

- * постельное белье и принадлежности (матрасы, подушки, пододеяльники, простыни);
- * мягкая мебель и ковры;
- * домашняя обувь;
- * мягкие игрушки.

Клещи питаются омертвевшими чешуйками кожи и обитающей на них микрофлорой – бактериями и грибами.

Пылевые клещи не кусаются – вред приносят их выделения, которые накапливаются в домашней пыли и вместе с ней легко циркулируют в воздухе закрытых помещений, причем оседают медленно. Попадая на слизистые носа и глотки, быстро растворяются, запуская аллергическую реакцию, которая у людей, предрасположенных к ней, выражается дерматитом, бронхиальной астмой, ринитом, трахеитом. При наличии аллергических проявлений (насморк, дерматит, астматический кашель), следует обратиться к аллергологу. Аллергологическое исследование подтвердит или опровергнет Ваши опасения.

Меры профилактики:

- * регулярная влажная уборка помещений и влажная уборка пыли;
- * использование пылесосов с аквафильтрами;
- * применение увлажнителей воздуха;
- * освобождение спальных помещений от изделий, способных накапливать пыль (ковры, пуховые одеяла, тяжелые занавеси, мягкие игрушки);
- * еженедельная смена постельного белья и влажная уборка матраса;
- * не реже 1 раза в сезон стирка шерстяных одеял, просушивание на солнце и проветривание матрасов и подушек;
- * замена старых перьевых подушек новыми – не реже 1 раза в 5 лет;
- * хранение одежды в пластиковых пакетах, обуви – в коробках;
- * ежемесячная «санобработка» домашней обуви.

*Материал разработан ассистентом кафедры гигиены детей и подростков Е.В. Волох
г. Минск, БГМУ, 2018*