

## □ トピック □ インフルエンザ対策の落とし穴

本格的に気温が低下してくると同時に毎年のことではありますが、インフルエンザの流行も心配されています。すでに予防接種をうけられた方もいらっしゃると思います。

冬場にはウイルスが流行する要因がいくつかあり、その中に「ウイルスは乾燥に強い」という特徴があります。日本の気候は冬季に温度も湿度も低下し、寒くて乾燥しやすいのですが、空気は温めると相対湿度が低下し、より乾燥します。そこを補うのが「加湿器」なのです。

しかしこの加湿器、メンテナンス不足で「加湿器病」、正式には「過敏性肺臓炎」という病気の原因になることもわかってきました。加湿器は水をミストや気体にして空気中に放出するのですが、加湿器内には常に水分があり、かつ室内である程度温められているということで、微生物の温床になりがちです。そのような状態になると、細菌やカビだらけの水を室内にばらまくのでこれが原因でアレルギー性疾患が引き起こされてしまうわけです。加湿器をお使いの方は、時々中がヌルヌルしていたりすると思いますが、その原因がまさに細菌です！

これから加湿器を選ばれる方には十分注意をしていただければよいのですが、いまお使いの加湿器は定期的に乾燥や消毒を行い、うまく使っていただきたいと思います。

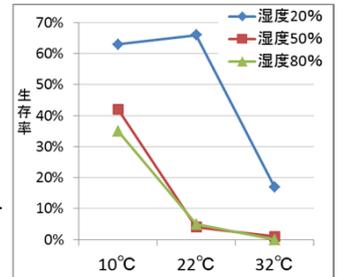


図 室内環境(湿度と温度)による6時間後のインフルエンザウイルスの生存率 (Harperらの報告,1961より)

## □ お知らせ □ 「エリアクリン」と「ディゾルパウウォーター」



エリアクリン  
CS-P102

ディゾル  
パウウォーター

湿度が下がりがちなこの時期、加湿器を上手く使うことで乾燥やウイルス対策となるといいますが、上記のように、加湿器にもデメリットがあることが分かってきています。ではもっと「加湿」と「殺菌」を上手く行う方法はないかということで、今回ご紹介するのが、微酸性次亜塩素酸水溶液「ディゾルパウウォーター」と、専用加湿器「エリアクリン」です。

この製品はさまざまな食中毒菌を含む微生物やウイルスなどに対する効果があるというデータをきちんと第三者機関でとっており、それに基づいた使用法をきちんと決められています。

家庭や工場内での除菌や消臭、訪問来客者などが来られる事務所や病院、保育所など人が多く集まる施設での集団感染の予防など、お勧めの用途もさまざまです。ヒトの健康は社会にとっても、会社にとってもメリットが多くあります。これからの時期必要になってくる対策の一つなので、是非一度お問い合わせください。

## □ 豆知識 □ 辛いものを食べると体は温まる？

気温が下がって鍋物などが美味しい時期になりましたね。みなさんもこの時期、病気に負けないためにも温かくておいしいものを食べて体を温めていることでしょう。

温かくなりそうなもので一番に浮かぶのは、「辛いもの」でしょうか。食べると体がポカポカして温まるように感じます。しかしこれは一時的なもので、唐辛子などの香辛料の刺激で体温が上がると、急激に体を冷やそうとします。汗をかくのもそのためです。このため、唐辛子などは逆に体温を下げる効果が高いといわれます。よく考えてみると、東南アジアやインド、中米など、辛いものを食べるのは暑い地域が多いのもうなずけますね。

ではどのような食材が良いかというと、カリウムの少ない食べ物や、鉄分、タンパク質、塩分を多く摂るのがお勧めです。お肉やお魚、味噌や塩、ニラやネギのようなユリ科植物、ショウガなどは体を温めてくれます。逆に生野菜やジャガイモなどの根菜、果物、砂糖などは体温を下げてしまうので少し控えめにするとよいでしょう。とはいえ何事もバランスが大事なので、おいしいものもいろいろ食べて、冷え性や病気になりにくい体を作りましょう。



総合衛生コンサルタント・生物害防除

東洋産業株式会社

URL: <http://www.to-yo-s.co.jp>

本社: 岡山県岡山市北区新屋敷町3-19-20

TEL(086)241-8080 FAX(086)241-8094

拠点: 大阪, 姫路, 岡山, 倉敷, 福山, 広島, 高松, 松山

関東(市川)