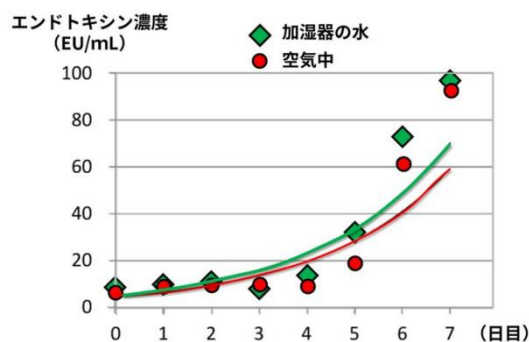


原因は 加湿器のタンクの中に繁殖した真菌（カビ）や細菌などの微生物が エアロゾルによって部屋に噴霧され、それを吸うことによって肺炎が起こすことがあり「加湿器肺炎」とも言われます。新型コロナ流行後、在宅での加湿器使用が増えたため、患者数が増加傾向にあります。

あくまでアレルギー性の肺炎で、感染症ではありません。微生物の細胞壁に含まれる「エンドトキシン」という物質が悪さをしているのではないかという報告もあります。加湿空気と加湿器の水のエンドトキシン濃度は、4～5日目から指数関数的に上昇することが分かっています。（図2）また 加湿器の水を入れ換えても入れ換え後 5 日目には加湿器内に残存した微生物が増殖し、入れ換え前と変わらない水準に汚染されることも明らかになっています。



（図2）

加湿器を正しく使用するために重要なのは加湿器の掃除の頻度です。水を入れるタンクは毎日、中のフィルターやトレイは2週間に1回は掃除をする必要があります。また タンクに入れる水は1度沸騰をさせた水、ミネラルウォーターを使用より「水道水」の方が Better。理由は 水道水に含まれている微量の塩素に殺菌効果があり、雑菌の繁殖を抑えてくれるという効果があるためです。更に タンクの水を入れ替える際には すすぎ（振り）洗いが推奨されます。但し 水道水でも水切れに対して“タンクへの水の継ぎ足し”は不可。理由は 水道水には塩素が含まれていますが、タンクに入れた水道水の塩素は半日ほど抜けてしまい、雑菌が繁殖しやすくなり、その都度 水を入れ替えることが重要です。フィルターに関しては クエン酸や重曹で漬けおき洗いをすると雑菌除去が可能です。

汚染された加湿器を使用し、病原微生物やその成分であるエンドトキシンによって、呼吸器症状が発症することがあります。加湿器の水は4～5日目から汚染されます。従って 水はできれば毎日交換し、週に1回程度はフィルター洗浄やトレイ清掃が必要です。現在 空気が乾燥ぎみで、猛威をふるっているインフルや風邪の予防として空気清浄機・加湿器の活用は大切ですが、正しい使用方法を心がけたいものです

生き物に 土日はないと 知る畑

バスで行く トイレ巡りのよな ツアー

令和7年 啓 蟄