

「敷きふとんの裏面の結露による濡れ」

<原因>

人は寝ている間にコップ一杯分くらいの汗をかきます。その汗は、掛けふとん、敷きふとんの外に放湿されますが、フローリングでは、湿気が吸収されないため湿気が結露して水滴となります。冬季に窓ガラスに露がつき、濡れてくる現象と同じです。この現象は部屋の温度が低い冬季にできやすく、放湿性の良いふとんほど結露しやすくなります。

<アドバイス>

フローリングは湿気を吸いませるので、フローリングに敷きふとんを敷くときは吸湿パッドなどを下に引くと結露の軽減になります。敷きふとんはこまめに日干ししてください。敷くふとんは敷きっぱなしにしておくと、カビが発生しますので、毎日のふとんの上げ下ろしをお願いします。

「ダニに咬まれた」

<原因>

ダニはふとん以外から移って来ることがほとんどです。身近にいるチリダニ類は、刺さないが、ぜんそくやアレルギー疾患の引き金になります。刺咬性のあるダニは、ツメダニ類などです。

<アドバイス>

ダニを増やさないためには、下記条件を1つでもなくすことをおすすめします。

- ①エサがあること。(人のアカ、フケなど)
- ②温度、湿度が適度にあること。20~30℃、60~80% (RH)
- ③卵を産む場所があること。(ふとん、カーペットなど)