

薬包紙やくほうし

第138回

医療保険委員会委員

堀 成実



一般社団法人岐阜県薬剤師会

風に冬の気配を感じる季節となってきました。空気の乾燥しやすい冬期は、風邪やインフルエンザ等への感染予防対策、また肌荒れ対策として適度な湿度を保つことが重要であり、そんな時多くの方が重宝するのが「加湿器」ではないでしょうか。

ただ、この加湿器、衛生管理に注意を払わないと、かえって健康を損ねる可能性があるのはご存じでしょうか。特に、手軽に使用できる超音波式の加湿器では、清掃を怠るとタンク内で細菌が増殖し、過敏性肺炎やレジオネラ症などの発症リスクがあがります。今後増えてくる加湿器の使用に備えて、今一度お手入れ不足による健康リスクを知るとともに、正しいお手入れ方法をアップデートしておきましょう。

「お手入れ不足による健康リスク」

## ①過敏性肺炎

痰を伴わない乾いた咳や息切れ、発熱が特徴です。一種のアレルギー反応と言われています。抗原（原因となる細菌を回避すれば自然と治ることが多いですが、ある程度まで悪化した場合はステロイドなどで治療されることもあります。

## ②レジオネラ症

## 加湿器で病気に!?知っておきたい正しい使い方

重症のレジオネラ肺炎と、軽症のボンティアック熱が主な病型です。ボンティアック熱は突然の発熱、悪寒、筋肉痛などの症状がみられますが、多くは2～5日で自然軽快します。重症化し、レジオネラ肺炎となると咳や高熱、血痰、胸痛、呼吸困難などがみられ、最悪の場合、呼吸不全や腎不全、多臓器不全を経て死に至ることもあります。治療は初期であれば一般的な抗生剤（マクロライド系、ニューキノロン系、リファシピンなど）が有効です。

## 「加湿器使用時の衛生管理上のポイント」

①超音波振動などの加湿器を使用する際には、毎日水を変え、容器を洗浄しましょう。レジオネラ菌は60℃では5分間で殺菌されるため、水を加熱して蒸気を発生させるタイプの加湿器は、感染源となる可能性は低いと言われています。

②加湿器に入れる水は必ず水道水を使用しましょう。ミネラルウォーターや浄水器の水は、雑菌等が繁殖しやすいです。

加湿器の正しい使用を心がけ、すぐそこまで来ている冬の乾燥を健康に乗り切っていきましょう！