

居室尘螨怎样除？

尘螨，是引起过敏性鼻炎的主要过敏原。尘螨长期存在，导致疾病迁延不愈，长期困扰患者。



尘螨

是否患者只要接触尘螨就过敏呢？

不是。只有尘螨数量较多时，才会发病。刚刚能引起发病的量称为阈值。如果能将居室中尘螨的浓度降低至发病阈值以下，患者即可以不发病。**尘螨主要滋生在居室的床垫、窗帘、地毯、布艺沙发及布艺玩具中。**

怎样有效除螨，将其浓度降至阈值以下呢？

包括物理方法和化学方法

物理方法（选择其一）：

1. 60℃以上的水清洗床单、被罩及枕巾，每2周1次
2. 清洗寝具后可用热烘、熨斗熨烫
3. 将床垫、衣被在40℃环境下暴露24小时；在45℃环境下暴露8小时；在50℃环境下暴露2小时；甚至在60℃环境下暴露10分钟
4. 使用防螨床垫、被芯及枕芯
5. 使用防螨的床单、被罩及枕套
6. 使用床上吸尘器



化学方法：

1. 杀虫剂杀螨
2. 喷洒益菌于环境中
3. 使用涂有防螨化学制剂纺织产品

由于化学制剂本身就可能成为新的过敏原，且可能对机体存在潜在危害，我们更加推荐使用物理方法。

