



1 ふとんのダニ退治



天日干しのあとはたたきより、掃除機がけを

天干しタイムは、晴れた日の午前10時から午後2～3時頃がベスト。この時間内で、裏表共にバランスよく干すようにして。夕方まで干すと、湿気を吸ってまたジメっとしてくるから注意。取り込む時に、ふとんをたたき人がいるけれど、これはバツ。布地を傷めるし、飛び散ったダニの死骸や糞を吸い込む危険も。それより、掃除機がけで汚れを吸い取るのが賢い選択。ふとん専用ノズルを使えばスムーズ。

黒い布やポリ袋をかければ天日干しの効果倍増

天干しの効果をさらに上げる秘密兵器は、黒い布。これをふとんの上にかけて干すと、さっそく変化が。太陽熱を吸収したふとんの表面の温度がぐぐっと上昇し、季節によって60度近くまではね上がることもある。こうなれば、ダニもイチコロ。取り込んでから、死骸や糞を掃除機で吸い取ればパーフェクト。黒いポリ袋をつなぎ合わせたものでもOK。また、ダニ退治専用のふとん干し袋も市販されているから、上手に利用したい。



ふとん乾燥機に、ふとん圧縮パック。強力グッズでダニ退治

はさむタイプの場合は、必ず裏表バランスよく乾燥させて。最近では、ダニ退治の関連商品も充実してきたけれど、もう一つの注目株はふとんパック。圧縮によって、中の酸素がなくなるため、ダニは酸欠状態でダウン。その際に、使い捨てカイロを一つのふとんにつき3個ほど入れておくと便利。シーズンオフの時に、ふとんのダニが増殖する心配もありません。すぐれたグッズの数々を利用して、ダニ退治を完璧に。

2 その他の寝具のダニ退治



洗える寝具は、すべて丸洗い

シーツやカバー、タオルケット、パジャマなど、洗える寝具類は、とにかくまめに洗うのが原則。ちょっと大物の毛布やベッドパットも、大きめの洗濯機で洗えるので、できれば定期的に丸洗いを。洗濯機をぐるぐるまわせば、繊維の中にひそんでいたダニやダニの死骸、糞まで、ほとんどが洗い流されて消滅。洗濯がすんだら、日当たりのいいところか乾燥機で乾かせば、もうダニの悩みはなし。

ベッドの上での飲食はやめる

ベッドの上で、お菓子をポリポリ、ジュースやお茶で一服……。ついやりたくてしまいうけれど、これはご法度。ただでさえダニに侵略されやすい寝具にエサをバラまけばどうなるか想像がつかず。ダニにとってますます居心地のいい環境になり、数は増える一方です。食べこぼしはそのまま、寝具類の洗濯や乾燥は手抜き。こんな生活では、寝具はダニの巣になるばかり。同時にあなたの健康も脅かされていきます。もし食べこぼしたら、すぐ洗濯しましょう。

