

“ไรฝุ่น” วายร้ายตัวจกจาง ตัวการอันดับ 1 โรคภูมิแพ้



“โรคภูมิแพ้” เป็นโรคที่พบบ่อย โดยมีสาเหตุแตกต่างกันออกไป อาทิ สภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สิ่งแวดล้อม ฝุ่น ควัน และบางรายเกิดจากพันธุกรรม อาการของโรคภูมิแพ้โดยทั่วไป จะมีอาการคันจมูก น้ำมูกไหล จามบ่อย แ่นจมูก เจ็บคอ ซึ่งจากการสำรวจในประเทศไทยพบว่า ในช่วงประมาณ 40 ปีที่ผ่านมา อุบัติการณ์ของโรค เพิ่มขึ้น 3-4 เท่าตัวเลยทีเดียว และตัวการสำคัญที่ทำให้เกิด “โรคภูมิแพ้” คือ “ไรฝุ่น” วายร้ายตัวจกจางที่ทุกครอบครัวต้องระวัง เพราะเจ้าไรฝุ่นตัวเล็กๆ แต่อนุภาพร้ายแรงมาก สามารถทำให้เกิดโรคภูมิแพ้เรื้อรัง บางรายลุกลามถึงโรกระบบทางเดินหายใจ

นายแพทย์พลพงศ์ ชยวงศ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้าน โสต ศอ นาสิก กล่าวว่า “ไรฝุ่น” จัดเป็นสัตว์ตระกูลเดียวกับ หิด แมงมุม แต่ตัวเล็กกว่ามาก มีขนาดเล็กประมาณ 0.1-0.3 มิลลิเมตร มีสีขาวคล้ายฝุ่น วิ่งเร็ว อยู่ปะปนในฝุ่น จึงทำให้มองเห็นด้วยตาเปล่าได้ยาก ต้องใช้กล้องขยายส่องดู ไรฝุ่นเป็นสาเหตุสำคัญในการก่อโรคภูมิแพ้ ไรฝุ่น 2 ชนิดที่พบบ่อยในฝุ่นบ้านและก่อให้เกิดโรคภูมิแพ้ ได้แก่ โรคภูมิแพ้ ไรฝุ่นชนิด *Dermatophagoides pteronyssinus* (DP) และ *Dermatophagoides farinae* (DF) ห้องนอนคือแหล่งที่พบตัวไรฝุ่นอาศัยอยู่ค่อนข้างมาก เพราะอุณหภูมิและความชื้นที่พอเหมาะ ซึ่งจากการวิจัยพบว่า โดยเฉลี่ยแล้วในห้องนอน จะมีตัวไรฝุ่นอาศัยอยู่บนล้านตัว พบมากตามที่นอน ผ้าปูที่นอน หมอน ผ้าห่ม พรม และผ้าม่าน ตัวไรฝุ่นอาศัยอยู่ด้วยการกินขี้โคล และรังแคของคน โดยปัจจุบันพบว่า คนป่วยเป็นโรคภูมิแพ้สูงถึง 18 ล้านคน โดยแบ่งเป็นโรคภูมิแพ้จากไรฝุ่น 30% เพราะไรฝุ่นจะแฝงอยู่ทุกที่ในบ้าน อาทิ ห้องนอน พรม ตุ๊กตา เราไม่สามารถมองเห็นด้วยตาเปล่า ซึ่งไรฝุ่นจะสามารถเติบโตได้ดีในอากาศชื้น เฉลี่ยอุณหภูมิประมาณ 25 องศา ความชื้น 70-80 หน่วย ซึ่งไรฝุ่นจะออกไปได้มาก สามารถขยายพันธุ์รวดเร็ว โดยเฉพาะในห้องนอน

ด้าน นายคมศานต์ จิวากานนท์ กรรมการผู้จัดการ ผู้ผลิตและจำหน่ายหมอนโรงแรม 6 ดาว แบรินดัลลักซ์ชาว์รี่ กล่าวว่า ปัจจุบันประชาชนส่วนใหญ่มีปัญหาการเกิดโรคภูมิแพ้ เฉลี่ยอายุตั้งแต่แรกเกิด โดยแต่ละคนก็มีความแตกต่างกันออกไป แต่ที่พบบ่อยที่สุด คือ ปัญหาภูมิแพ้ที่เกิดจากไรฝุ่น ซึ่งเป็นปัญหาที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะไรฝุ่นจะแฝงตัวอยู่ในสิ่งต่างๆ รอบตัวเรา โดยที่เห็นชัดที่สุด คือ ห้องนอน เนื่องจากวัสดุที่นำมาใช้ผลิตเครื่องนอน อาทิ หมอน ผ้าปูหรือที่นอน จะเป็นแหล่งสะสมของฝุ่นได้เป็นอย่างดี ดังนั้นในปัจจุบันคนส่วนใหญ่จึงให้ความสำคัญกับการเลือกเครื่องนอนเป็นอย่างมาก โดยล่าสุดเราได้ค้นพบเส้นใย “ไมโครคัลม” เส้นใยขนาดเล็ก เป็นเส้นใยที่ใช้สารตั้งต้นในการทำเส้นใย เส้นใยจะมีสีขาวเงาและคุณภาพ ร้อยเปอร์เซ็นต์ เพราะไม่ได้ถูกรีไซเคิลเป็นเส้นใยที่มีความละเอียดสูงมาก อีกทั้งกระบวนการผลิตนั้นใช้เทคนิคพิเศษโดยใช้แรงลมเป่าหมอนเป็นตัวควบคุม เราจึงสามารถกำหนดระดับความสูงต่ำได้เองตามความต้องการ

สำหรับใครที่ป่วยเป็นโรคภูมิแพ้ เราสามารถป้องกันได้ด้วยวิธีง่ายๆ 1. ควรทำสะอาดห้องนอนเป็นประจำ 2. ควร

เลือกที่นอนที่ทำจากวัสดุสังเคราะห์เพราะสามารถทำความสะอาด 3. ห้ามใช้หมอนที่ทำด้วยขน ขนห่าน หรือขนเป็ด โดยเด็ดขาด 4. ควรใช้เครื่องดูดฝุ่นในห้องตามพรม พื้น และผ้าปูที่นอนในห้อง และถ้าเป็นไปได้ เอาหมอนและพรมออกจากห้องเสียให้หมด 5. เวลาทำความสะอาดไม่ควรใช้ไม้กวาดขนไก่ปัดฝุ่น แนะนำให้ใช้ผ้าชุบน้ำเช็ดแทน 6. ถ้าจำเป็นจะต้องใช้ผ้าปูที่นอนควรจะซักทุก 6 สัปดาห์ 7.ไม่ควรเลี้ยงสัตว์ชนิดใดในบ้าน

#

ขอขอบคุณ มา ณ โอกาสนี้ ...สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

บริษัทซีเคิร์ท คอมมูนิเคชั่นส์ จำกัด

จิรสุดา จิตรากรณ์ (ไก่) 064 301 2555