Junta de Andalucía
Consejería de Salud y Consumo

HOSPITAL UNIVERSITARIO CLÍNICO SAN CECILIO

SERVICIO DE ALERGOLOGÍA
Tfno. 958021892

RECOMENDACIONES AL PACIENTE ALÉRGICO A LOS ÁCAROS PARÁSITOS DEL POLVO DOMESTICO

Medidas de evitación:

- Usar colchón y almohada de fibra sintética (poliuretano) o enfundar el colchón con coberura hermética: fundas antiácaros..
- Enfundar la almohada o lavarla semanalmente.
- Lavar la ropa de cama con agua caliente (60ºC).
- Evitar dormir o recostarse sobre muebles tapizados.
- Quitar alfombras, moquetas y obejetos que puedan acumular polvo (peluches, libros).
- También es aconsejable reducir la humedad ambiental a menos del 50%. Se desanconseja el uso de estufas de gas. Cualquier aumento de humedad, como cuando se utiliza un humidificador, estimulará el crecimiento de ácaros y moho.
- Existen agentes químicos que matan los ácaros o alteran sus antígenos para la limpieza de muebles tapizados, colchones o ropa.
- No se aconseja tener animales de pelo o de pluma en el domicilio.
- Utilizar aspiradora para la limpieza de su domicilio (en ausencia del enfermo) y limpiar el polvo frecuentemente y con un paño húmedo. Se aconsejan los aspiradores con filtros HEPA.
- Segunda vivienda: airear y ventilar la habitación a la llegada o previamente por otra persona. Hacer la cama el día de la llegada con ropa no almacenada por mucho tiempo.
- Evitar el uso de insecticidas, ambientadores, humo de tabaco, sustancias olorosas...

Hospital Universitario San Cecilio
Avd. De la Investigación, s/n
Teléfono 958 02 18 92