



陪伴人們每晚安睡八小時的枕頭，重量會隨着使用的時間而增加，英國的研究發現，塵蟎屍體、細菌和皮膚碎屑等會積聚在枕頭內，使用兩年後枕頭重量會因此增加三分之一。研究指出，枕頭已成為致敏原的溫床，而合成乳膠製成的枕頭較羽毛枕更骯髒；醫院病房內的枕頭，更有機會成為威脅人體健康的惡菌集中地。本港傳染病專家稱，枕頭內藏細菌，會增加疾病傳播機會，建議經常清洗枕頭。



研究指出，合成乳膠製成的枕頭較羽毛枕更骯髒。
(資料圖片)

枕頭藏污惡菌溫床

負責研究的英國機構Barts and the London NHS Trust，對當地符合國民健康服務(NHS)標準的枕頭，和一款專供醫院使用的枕頭，經加工的防菌枕頭作比較。該款供醫院使用的枕頭，外層有一層薄膜密封，而不是像一般枕頭，只以針線縫合方式為枕頭封口。

經過兩個月後，外層有薄膜密封的枕頭，沒有發現藏有細菌，但符合NHS標準的枕頭，卻被驗出含有微生物。

英國聖巴茲醫院首席臨床科學家Art Tucker指出，一般人將枕頭放入枕頭袋內，只可改善外觀和感到枕頭的氣味較清新，此舉只是將枕頭內

令人討厭生物蓋着而已。專家指出，枕頭是培養細菌的溫床，因為製造枕頭的海綿狀物料能吸收人體體液，為細菌提供多種營養，加上人睡覺時的體溫，極適合細菌繁殖。

每半年應清洗一次枕頭

有枕頭生產商建議，最少每半年應清洗一次枕頭，還建議將枕頭放入洗衣機清洗，又或置於陽光下曬，以便將塵蟎及細菌殺死。傳染病專科醫生勞永樂稱，枕頭和被褥都會隨着使用時間長，積聚細菌和塵蟎。若有關床上用品多人共用，傳播疾病機會更大，故不少枕頭或床褥生產商，會使用容易清洗的物料，減低塵蟎或細菌孳生，但市民也要經常清洗枕頭，最好放入洗衣機清洗，以便將藏在枕頭內的微生物殺死，為枕頭減磅。

■本報綜合報道



塵蟎是枕頭內其中一項令人產生敏感的原。 (資料圖片)



陪伴人們安度睡眠時間的枕頭，原來是威脅人體健康的惡菌溫床。
(資料圖片)