



くるまのエアコンは、なぜ、からだわるの

「冷ぼう病」になったりすることがあるため

くるまのエアコンが、「からだわる」といわれたりするのは、冷ぼうを強くして、車内を冷やしすぎた結果、「冷ぼう病」になることがあるのを、心配してのことです。

エアコンというのは、冷ぼうしたり、暖ぼうしたり、湿気をとったり、空気をきれいにしたりと、わたしたちのまわりの空気を、くらしよい状態に、調節するための装置です。ですから、正しい使い方さえすれば、わたしたちのくらしには、大変便利な機械なのです。しかし、正しい使い方をしないと、「冷ぼう病」になったりすることもあるのです。

「冷ぼう病」になるのは

「冷ぼう病」というのは、冷ぼうが強すぎるために、起こる病気です。気温の高い季節に、からだを冷やしすぎると、それまで高い気温に合せていた、体のはたらきがみだされ、体の冷え、だるさ、頭痛、めまいや、胃腸障害、神経痛、夏かぜなどにかかることがあります。これを「冷ぼう病」といっています。

予防法としては、温度を下げすぎず（25℃以上）、外の温度との差を、5℃以内にするのがいいようです。（監修・保志 宏）

