

まちの保育園 吉祥寺の子育て情報誌

まちのこどもと

第九号 .. 二〇二五年二月

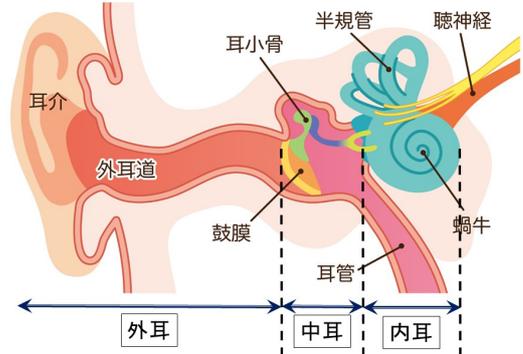


3月に入ると厳しい寒さは和らぎますが、今度は花粉が辛い季節。辛いのは大人だけではなく、子どものアレルギー発症が低年齢化しているそうで、子どもたちも花粉などに悩まされています。手洗いうがい・マスク着用以外にも、生活のリズムを整え栄養と休息をしっかりとることで、体調を整えていきましょう！

3月3日は『耳の日』

『耳の日』は、難聴と言語障害をもつ人びとの悩みを少しでも解決したいという、社会福祉への願いから始められたもので、日本耳鼻咽喉科学会の提案により昭和31年に制定されました。学会では、毎年『耳の日』に、難聴に悩んでいる方々の相談や、一般の人びとにも耳の病気のことや、健康な耳の大切さを知ってもらうための活動を行っています（日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会HPより）。

耳の構造



主な耳の病気

1. 耳垢栓塞・外耳道炎

耳垢がたまって外耳がふさがった状態。プールの水などが外耳孔から入り、耳垢が膨張することも原因となる。症状は、聞こえにくさ・耳鳴り・耳痛など。また外耳道炎では、外耳道への異物（綿棒、ティッシュ、虫など）により外耳道の皮膚が傷つき炎症が起こると、耳痛・耳漏（耳だれ）が生じる。異物（耳垢含む）を取り除くことが治療となる。

2. 急性中耳炎

中耳（鼓膜より奥）に細菌やウイルスが入り込み炎症が起こる。症状は、耳痛・発熱・耳漏（耳だれ）など。乳児では機嫌が悪くなり耳を触るのが兆候となる。風邪などをきっかけに生じることが多い。治療では重症度によって、抗菌剤を使用する。

3. 滲出性中耳炎

中耳や粘膜から滲み出た滲出液が中耳腔にたまった状態。発熱や耳痛などの症状がなく、耳の聞こえづらさや耳の閉塞感が症状にある（そのため気づき辛い）。乳児だと言葉の遅れの原因にもなるため注意が必要。自然に良くなることもあるが、程度によっては内服加療や鼓膜を切開したり、チューブを入れることもある。

その鼻水、そのまま大丈夫！？

耳と鼻は耳管という細い管で繋がっています。そのため鼻水が耳に垂れ込むと、上記のような中耳炎や副鼻腔炎などの原因となります。特に子どもの耳管は大人より太く短く水平なため、鼻水が中耳腔に入りやすい構造になっています。鼻をかめない乳児が中耳炎になりやすく繰り返しやすいのはそのためです。



鼻水が出るようになったら早めに受診しましょう！2歳ごろから鼻をかむ練習をしましょう！