

# まどろいばさるん(おとこ)さん

(78)

## “おなご先生”の独り言in診察室

りびえするの読者の皆さん、まめにしておられますか。夏休みのお子さんほどげですか。気を付けたいたのは夏風邪で、その後起こる中耳炎です。そこで今回は“中耳炎、お子さんをよく観察してごしなはい”の巻。

人間の耳は外から順に、外耳、中耳、内耳の3部構造になっています。音は外耳道を通り振動が鼓膜に伝わり、鼓膜は震えてその振動音を増幅して中耳に伝え、さらに内耳へ伝え私たちは音を聞くということになります。

この耳管は鼻やのどとつながっています。飛行機に乗ったり高い山などに行ったりすると、耳がキーンとなったりしますね。耳管は中耳内の気圧を調節したり、粘液を外に逃がしたりする働きを持っています。

急性中耳炎は多くの場合、風邪をひいた後に細菌感染によって起こります。風邪をひくのとや鼻でウイルスや細菌が増殖します。普段中耳は耳管が閉じており、外界とは遮断されているので無菌ですが、風邪をひき咽喉頭炎を生じると、増殖した細菌が耳管を通じて中耳に侵入し中耳炎を起こしてしまいます。耳管

の結果となります。中耳炎の主な症状は耳の奥の痛み、耳だれ(浸出液ですが多くは膿が鼓膜の一部破って出てきたもの)、発熱、耳閉塞感などです。大人はこれらを判断し耳鼻科などかかりつけの医師に相談できますが、子どもは話さずともは症状を言えないので、親が気を配って次のようなことがないか気を付けねばなりません。

発熱、食欲不振、機嫌不良、耳をかまうなどです。手のひらを平行に耳の穴に押し付けるように

が鼻やのどとつながっているためにはば菌に感染しやすくなり、中耳炎を生じて、子どもが泣いたり嫌がれば耳の奥が痛いということになります。その際は中耳炎の可能性が高いので、かかりつけの医師に早めに相談しましょう。

### “中耳炎、お子さんをよく観察してごしなはい”の巻



また、耳管が成人に比べて短く、あごが未発達で耳管が水平なために細菌が耳管を通りやすく、細菌など不要なものを咽頭へ排出する働きが弱いためともいわれています。

中耳炎の治療は抗菌薬を内服したり、ひどい場合は鼓膜を切開して膿を排出したりします。中耳炎は適切な治療をすれば約2週間くらいで治ります。途中耐性菌を生じさせないためには自己中断せず、きちんと指示通り抗菌薬を飲むことが大切です。

また鼻を上手に片方ずつそっとかむように心掛けます。鼻汁を鼻にためておくのは感心しません。

小さな子どもは自分で出せないの、親が鼻吸引器などで片方ずつ上手に吸引してあげましょう。さて、中耳炎にならないためには夏風邪の予防が大切です。基本は手洗い、うがいですね。バランスのよい食事、十分な睡眠を取り、夏休みだからといってだらだらと過ごさず、規則正しい生活をすることも大事です。

暑いからとエアコンのかけ過ぎも要注意で、外気温との差を5度以内にとり就寝後はエアコンのつけっ放しでなく、タイマーをセットして冷え過ぎぬように夕方方は外気温が下がって涼しくなったりするので、一度エアコンを切って外気を入れするなど工夫してみてください。

それでは、夏風邪なんかには負けずこに夏休みを乗り切りましょう。宿題も忘れずにね。(いんべ 杉谷内科小児科 医院院長・杉谷美代子 松江市東忌部町)